

※坂井園の認知症対応型デイサービスにおいて「らくしゅう式機能訓練」は、基本サービスに含まれます。

認知症予防と機能の改善



「脳トレ」と「らくしゅう式」の違い

NHK 情報番組「あさイチ」でも紹介されたプログラム「らくしゅう式機能訓練」を中越エリアで初導入しました。

「らくしゅう式機能訓練」は、**脳を元気にし、意欲を取り戻し、運動メニューに取り組んでもらうことを目指しています。**一時的な脳の活性化を楽しむ「脳トレ」とは異なり、**脳機能の改善・予防を目指しています。**週1回の利用でも効果が出たとの事例もあります。

坂井園では、多種多様な機能訓練プログラムを随所に配置。デイサービスで1日を過ごす中で、**知らぬ間に機能訓練に参加していきます。**楽しく頭を使い、体を動かし、人とかわり合うことで、様々な脳への刺激を得ることができ、ご利用者様の自立を推進していきます。

NHK 情報番組 「あさイチ」でも紹介された

「らくしゅう式 機能訓練」を導入しました！

デイサービスセンター坂井園（認知症対応型デイサービス）

らくしゅう式スタッフがサポートします！！

デイサービスセンター坂井園（ 認知症対応型デイサービス ）  
〒954-0104 新潟県見附市坂井町81番地1  
電話 0258-61-2065

定員／12名  
営業時間／8：30～17：30  
送迎／有 風呂／有 昼食／有

# 「らくしゅう式 機能訓練」のご案内

## ●脳科学の裏付け&確かな改善実績がある脳機能訓練

官公庁の介護予防教室で「らくしゅう式 機能訓練」に週1回3ヶ月間取組んだ78歳を超える受講者群が「MMSE」（脳全体のはたらきを測るテスト）の得点を大きく改善、また「単語記憶テスト」も同様に大幅に改善いたしました（右図）。

### <指導・推薦の先生>

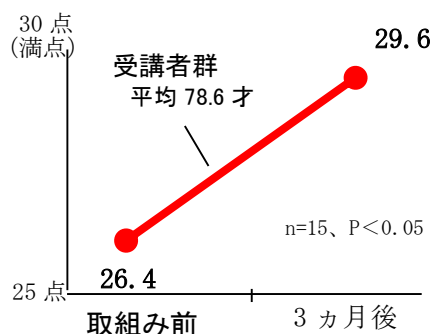


諏訪東京理科大学  
篠原菊紀教授（脳システム論）

東京大学大学院教育学研究科修了  
著書「ボケない脳をつくる」（集英社）  
ほか多数。TV「ためしてガッテン」  
「クローズアップ現代」等解説多数。

## ◆「らくしゅう式機能訓練」の改善実績

### ①MMSE（認知機能テスト）の得点変化



### ②単語記憶テスト（短期記憶をはかる）



### ③参加者アンケート結果 変わらない7%

日常の行動が良くなった93%

平成20年1-3月東京都千代田区  
介護予防教室における改善実績

## ●意欲が衰えた方や、認知症の方、車いすの方などほとんど全ての方が脳機能の改善をはかれます。

多種多様な機能訓練プログラムを随所に少しずつ配置。デイで1日過ごす中で、全ての方が知らぬ間に機能訓練に参加していきます。

## <坂井園での取組み例>

※研修を受講したスタッフが体系的（システムティック）に実施しています。

### 朝の挨拶のとき（全員）

#### 回想・会話促進プログラム

- \*見当識強化プログラム
- \*回想プログラム（記憶・意欲）

### お帰り準備のときに（全員）

#### 踊り型・機能訓練

- \*あんたがたどこさ（前頭葉の活性化）

### お茶会時に（全員）

#### カード型・記憶強化プログラム

### 昼食前に（全員）

#### 活脳・口腔体操プログラム

### 午前中（全員）

#### 運動型・機能訓練（座位）

- \*はまちゃん体操（上・下肢筋力強化）

#### レク型・機能訓練

- \*後だしジャンケン（判断力・記憶力）

### （希望者・選択制）

#### 学習型・機能訓練

- \*買い物計算（計算・計画力）
- \*かなひろい（音読・注意分割力）

#### 右脳パズル

- \*空間認識力/ひらめき力の強化

#### 活脳・視覚強化プログラム

- \*視覚的注意力/記憶力の強化

