

報道関係各位

2015年10月28日

株式会社ツクイ

## ツクイのデイサービス、認知症予防に向けた機能訓練を開始

～ コグニサイズ\*の考えをベースにしたエルゴメーター「コグニバイク」を新規導入 ～

株式会社ツクイ（本社：横浜市港南区、代表取締役社長：津久井宏）が運営するデイサービスは、この度、国立長寿医療研究センターとインターリハ株式会社が共同開発したコグニサイズの考えをベースにしたエルゴメーター「コグニバイク」をデイサービス 94 か所へ導入し、認知症予防に向けた機能訓練を本格的に開始することとなりました。

厚生労働省は 2012 年、超高齢社会を迎えたわが国における認知症の高齢者数は約 462 万人、またその前段階である軽度認知障害（MCI）の数は約 400 万人と 65 歳以上の約 4 人に 1 人に上ると推計しています。高齢化が進むに従い、認知症の高齢者数も増加することが予測され、認知症予防への対応が課題となっています。

当社のデイサービスにおいても、認知症予防に向けて様々な取り組みを検討してきました。認知症につながるリスク要因は、生活習慣病や喫煙、うつ病、運動不足などがあげられており、これらの要因を除いていくことが重要になってきます。この中でも、運動不足の解消は認知機能の維持・向上に効果的だと言われています。また、軽度認知障害(MCI)には、頭を使いながら運動をするデュアルタスク(二重課題)トレーニングが効果的な予防対策の 1 つだと言われています。

今回、認知症予防の運動プログラムとして国立長寿医療研究センターが推奨しているコグニサイズの考えをベースに、体（ペダルの負荷・回転）と頭（記憶・計算など課題）を同時に使うデュアルタスク方式のエルゴメーター「コグニバイク」を当社のデイサービス 94 か所へ導入することといたしました。コグニバイクは、コグニサイズのバリエーションの 1 つで、省スペースで転倒リスクがほとんどなく、体力の弱い方でも楽しみながら効果的な運動ができるものです。

今後は、当社のデイサービスにおけるコグニバイクの利用データを国立長寿医療研究センターの協力のもとで分析し、新たなプログラムの開発につなげていくとともに、多くのお客様に継続してご利用いただくことで、認知症予防の研究がさらに発展していくものと期待しています。また、当社においては要介護高齢者の認知症予防に対する効果検証にも取り組んでいきます。



当社には、2015年9月末現在、理学療法士138名、作業療法士81名、言語聴覚士18名の計237名が在籍し、全国のデイサービス等において機能訓練を実施しています。コグニバイクの導入により、デイサービスでの個別機能訓練への積極的参加が促せるとともに、より一層のお客様の拡大が図れるものと考えています。

当社は、これからも認知症予防に向けた取り組みについて様々な視点を持ち続けるとともに、機能訓練の提供による「心身機能・生活機能の維持・向上」を通して、お客様の在宅生活を支えていきます。

【ご参考】

コグニサイズとは、国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。英語の cognition（認知）と exercise（運動）を組み合わせて cognicise（コグニサイズ）と言います。Cognition は脳に認知的な負荷がかかるような各種の認知課題が該当し、Exercise は各種の運動課題が該当します。運動の種類によってコグニステップ、コグニダンス、コグニウォーキング、コグニバイクなど、多様な類似語があります。コグニサイズはこれらを含んだ総称としています。（国立長寿医療研究センターHP より引用）

※コグニサイズは国立長寿医療研究センターの登録商標です。（登録 5733131）

以 上

本リリースに関するお問い合わせ先

株式会社ツクイ 経営企画部 渡邊・杉浦 電話：045-842-4193