

目 次

はじめに	1
第1章 認知症の予防	4
1. 認知症と軽度認知障害	4
2. 認知症と軽度認知障害の有病率と将来推計	6
3. 代表的な認知症疾患	8
4. 認知症の修正可能な危険因子	10
5. 認知症の防御因子	11
6. 認知症予防の取り組み方と考え方	12
コラム 1 介護予防・日常生活支援総合事業の中での 「認知症予防の取り組み」を行う 4 つのコツ	15
第2章 認知症共生社会	17
1. なぜ、私たちは「認知症共生社会」を目指すのか	17
2. 認知症基本法で認知症予防はどのように位置づけられて いるのか	19
3. 認知症の本人と家族が求める支援とは何か	23
コラム 2 認知症の人や高齢者の社会的孤立と認知症チームオレンジ	28
コラム 3 農園は認知症ケアの社会資源	29
第3章 ファシリテーターの役割と態度	32
1. ファシリテーターの役割	32
2. ファシリテーターに必要な資質・態度	35

第4章	新たな展開を見せる地域型認知症予防プログラム	37
	【1】地域型認知症予防プログラムの位置づけと認知症施策における優位性	37
	1. 認知症予防アプローチにおける位置づけ	37
	2. 地域型認知症予防プログラムの目標	38
	3. 認知症施策における位置づけ	39
	【2】新たなプログラムの開発	40
	1. 余暇活動をプログラムに選ぶ視点	40
	2. プログラムを開発する視点	42
	【3】LINE プログラム・麻雀プログラムを運営するポイント	45
	1. 自主活動グループへの移行・継続の可能性を高める運営	46
	2. 学習効果を高めるプログラム運営	48
	3. プログラムの組み立て	54
	4. プログラムを円滑に進行するためのポイント	56
	【4】プログラムを企画する段階で知っておきたいこと	58
	1. 募集のしかた	58
	2. 地域・時間帯	60
	3. 交流会の開催	60
	4. プログラムの限界	60
	5. 自主活動グループが継続しやすい代表とは	62
	6. プログラムのリスク	63
	【5】ファシリテーターの行動様式	65
	1. 話しあいにおける態度・行動	65
	2. ファシリテーター本位のプログラム進行	66
	3. 控えめな参加者を埋もれさせない	68
	4. ファシリテーター間の連携	68
	5. 参加者を「自分色」に染めない	70
コラム 4	脳いきいきシリーズテキスト	71
	おわりに	73
	著者プロフィール	74