

健康長寿ガイドライン 専門職研修特別編

～ 平成30年度 保健・医療・福祉系専門職スキルアップ研修 ～

専門職や地域で活動されている方などを対象とした、認知症予防のための  
コグニサイズについて学ぶ研修会を開催します。

テーマ

# コグニサイズ-予防に向けたプログラム について学ぼう！

講師

しまだ ひろゆき

島田 裕之 氏



(国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター  
老年学・社会科学研究所 予防老年学研究部 部長)

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、コグニクシオン（認知）とエクササイズ（運動）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取組みの総称の造語です。

コグニクシオン課題とエクササイズ課題を同時に行うことで、脳とからだの機能を効果的に向上させることを期待しています。



日 時：平成30年6月30日（土）午前9時30分から

場 所：気仙沼市役所ワンテン庁舎 2階大ホール

対 象：介護予防サポーター，交流サロン団体，

地域で介護予防などに取り組んでいる方 など

定 員：50名

参加費：無 料

申込み：6月22日（金）までに，電話でお申込みください

申込先：気仙沼市健康増進課 電話 21-1212

主催：気仙沼支援 医療・福祉関係5団体 東京都健康長寿医療センター研究所 気仙沼市健康増進課  
共催：一般社団法人気仙沼市医師会 一般社団法人気仙沼歯科医師会 気仙沼市社会福祉協議会  
気仙沼地区地域医療委員会 気仙沼・南三陸介護サービス法人連絡協議会

## ❀ 講師プロフィール ❀

### 【講師】

島田 裕之（しまだ ひろゆき）氏

### 【所属】

国立研究開発法人 国立長寿医療研究センター  
老年学・社会科学研究センター 予防老年学研究部 部長

### 【経歴】

平成 15 年北里大学大学院博士課程を修了（リハビリテーション医学）。東京都老人総合研究所研究員、Prince of Wales Medical Research Institute (Sydney, Australia) 客員研究員、日本学術振興会特別研究員、東京都健康長寿医療センター研究所を経て、現在は国立長寿医療研究センターに所属。名古屋大学、信州大学大学院の客員教授を併任。専門領域はリハビリテーション医学、老年学。高齢者の健康増進に関する研究を行っており、第 10 回社団法人日本老年医学会優秀論文賞、Geriatrics and Gerontology International Best Article Award などを受賞。

#### [現在の主な活動]

認知症予防や寝たきり予防を目指した高齢者の健康増進のための効果的なプログラムの作成と効果検証を実践している。近年では、日本医療研究開発機構や厚生労働省の研究班の代表研究者を複数務め、平成 24 年度介護保険制度改訂にともなう認知症予防プログラムの改訂、サルコペニアの定義に関する提言等に関与した。