

iPad と旅企画で脳いきいき若返り大作戦！ ICT×認知症予防で健康ライフのお手伝い

～タブレット&パソコン教室セイブシステム(兵庫県西脇市)にて

2019/4/16(火).17(水).18(木).23(火).24(水).25(木)に無料体験イベントを開催～



2019/4/16(火).17(水).18(木).23(火).24(水).25(木)の6日間 タブレット & パソコン教室セイブシステム(代表来住桂一:兵庫県西脇市)では、地域の高齢者を対象に、認知症予防「脳×元気®」プログラムを導入した 65 歳以上初心者限定の iPad 講座「いきいきクラス」を開催いたします。

高齢者が暮らしに役立てる ICT(iPad)の利活用法を習得しながら、認知症になりにくい生活スタイルを習慣化するのが本講座の目的です。

クラス開講に先駆けて、認知症予防の知識を学びながら、タブレットの便利で楽しい活用法を無料体験できるイベントを2019/4/16(火).17(水).18(木).23(火).24(水).25(木)の6日間開催します。

つきましては、貴媒体・貴誌にて「認知症予防特集」・「教室特集」などがございましたら是非とも取材を賜りますようお願い申し上げます。

<開催概要>

開催場所	タブレット&パソコン教室 セイブシステム 〒677-0016 兵庫県西脇市 335-1 TEL:0795-25-2084 FAX:0795-25-2085
開催日時	4/16(火) 23(火) 13:30～15:30 4/17(水) 24(水) 10:00～12:00 4/18(木) 25(木) 13:30～15:30
内容	認知症予防につながる4つの生活習慣 生活がもっと便利に楽しくなるタブレット(iPad)活用術
参加費	無料
定員	各4名限定
対象	タブレット(iPad)やデジタル機器にご関心がある65歳以上の方 いつまでも健康でいきいきと過ごしたいとお考えの方

<本件に関するお問合せ先>

有限会社セイブシステム

担当: 来住弘美 電話: 0795-25-2084 FAX: 0795-25-2085 (平日 10 時～17 時)

E-Mail: info@save.co.jp URL: http://save.co.jp/

住所: 〒677-0016 兵庫県西脇市高田井町 335-1



参考資料(ニュースリリース)

1.背景

厚生労働省の発表によりますと、現在65歳以上の高齢者のうち、4人に1人が認知症及びその予備軍と言われ、今から7年後の2025年にはその数は1,000万人を突破するとの試算も出ています。

2015年1月、政府は認知症対策を国家戦略と位置づける中、国を挙げて認知症の施策を推進する「新オレンジプラン」を発表しました。認知症予防への対策も重要項目のひとつと位置づけられています。これまでの調査研究から、「習慣的に頭を使うこと」と「人とのつながりを持つこと」が認知症予防につながるということがわかってきました。パソコンやタブレットは、指先を使うことで脳が刺激されること、様々な創作活動を通して脳の認知機能向上につながることから、認知症予防のひとつとして今、注目を浴びています。

2.開催主旨

私ども(有)セイブシステムは1992年創業のパソコンサポートやシステム開発、販売を主にしている会社ですが、近年シニア層からのタブレットやパソコンの使い方や楽しみ方を教えて欲しいという問合せが多くなり、2016年4月より中高年・初心者向けの教室を始めました。地域のシニア層を中心に、パソコンやインターネットの利活用をお伝えしていますが、最近はパソコンよりタブレットやスマホを使いこなしたいと言われる方が増え、「認知症になりたくない」「頭を活性化したい」という理由がほとんどです。シニアの生徒様方と接する中で、「いつまでも元気に暮らしたい」「孤独に不安を感じる」という声をたくさん聞いてきました。



地域の人々をつなぎながら、いつまでも安心して元気に暮らせるお手伝いをしたいとの想いから、ウォンツ・ジャパン社が開発した認知症予防「脳×元気®」プログラムを導入し、「いきいきクラス」として、2017年5月末より講座をスタートすることを目指しています。ICT 利活用と認知症予防を目的にした「いきいきクラス」の開催は、西脇市初の試みです。

同プログラムは集合学習形式で行われ、1)認知症予防につながる知的活動を長期にわたり習慣化、2)高齢者の生活の質の向上につながるICTの利活用法を習得、3)シニア同士がつながり合えるコミュニティを形成、以上の3点が特長です。また同様のプログラムは、全国25都道府県で導入されており、各地域の皆様から喜びの声をいただくなど、全国に広がりを見せています。

講座開講に先駆けて、認知症予防につながる生活習慣、高齢者の生活を便利にするタブレット(iPad)やインターネットの利活用などを、楽しみながら学べる無料イベントを2018/4/17(火).18(水).19(木).24(火).25(水).26(木)の6日間、当校にて開催します。今回のイベントをきっかけに、デジタル機器を使いこなしながら生涯現役でいきいきと活動する「スマートシニア」の創出、ならびに人と人がつながる街づくりを目指してまいります。

■認知症予防「脳×元気®」プログラムについて

参加者のICT利活用スキルの習得と健康増進(認知症予防)を目的に、中高年・初心者向けICT教材制作の株式会社ウォンツ・ジャパンにて開発。プログラムの監修を、認知症予防研究の第一人者である東京大学 高齢者社会総合研究機構 特任研究員の矢富直美氏が担当しています。2014年5月に開催されたITヘルスケア学会 第8回年次学術大会では、プログラム参加者に対する効果の優位性を論文にて発表。



株式会社ウォンツ・ジャパン直営校での講座風景

■本件に関するお問い合わせ先

有限会社セイブシステム 担当:来住弘美(きしひろみ)

TEL:0795-25-2084 (受付:平日10時~17時) E-mail:info@save.co.jp

