

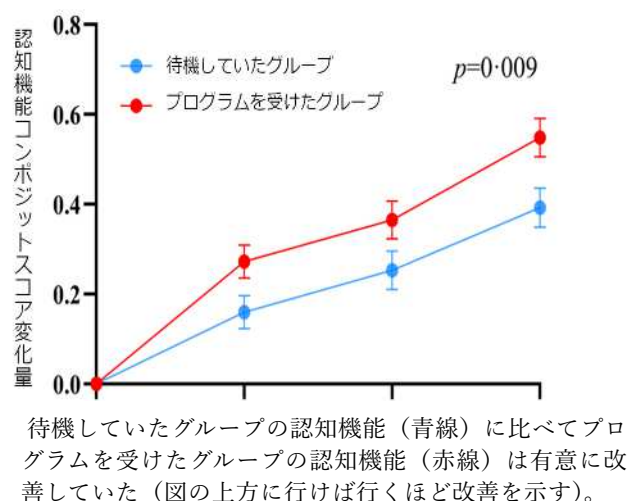
神戸大学大学院保健学研究科 認知症予防推進センター

1 神戸大学大学院保健学研究科 認知症予防推進センター

名称	神戸大学大学院保健学研究科 認知症予防推進センター
代表者	古和 久朋(大学院保健学研究科 教授)
所在地	兵庫県神戸市須磨区友が丘 7 丁目 10-2
設立日	2019年7月17日
連絡先:	神戸大学大学院保健学研究科 認知症予防推進センター コグニケア事務局 078-803-5469(平日 10 時～16 時) padinfo@org.kobe-u.ac.jp
活動内容 の紹介	2025 年、団塊の世代がすべて後期高齢者となり、まさに超高齢社会を迎えた日本において、認知症はますます深刻な社会課題となっています。本人や家族の生活に大きな影響を及ぼすだけでなく、医療・介護制度にも多大な負荷を与えています。厚生労働省の 22 年の調査による推計では 2040 年時点で認知症者数約 584 万人、軽度認知障害者数約 613 万人とされており、政府は「誰もが認知症になり得る」という認識のもとに認知症の発症を遅らせ、認知症になっても希望を持って日常生活を過ごせる社会を目指し「共生」と「予防」を車の両輪として認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて施策を推進しています。 こうした社会環境のもとで、神戸大学では総合大学の強みを生かし、研究・教育・社会実装チームが連携して「認知症予防推進センター」を設立しました。また、国家プロジェクトである認知症対策官民イノベーション実証基盤整備事業(2019 年～)において、認知症予防に関する研究・教育を推進し、その研究の成果を社会実装として、 <u>高齢者を対象にした本学独自の認知症予防事業「コグニケア」を展開しています。</u>

2 国家プロジェクトでの研究成果と社会実装事業

神戸大学は、認知症対策官民イノベーション実証基盤整備事業(2019 年～)において、兵庫県丹波市との連携で、認知症予防・健康寿命延伸のための介入研究(J-MINT PRIME Tamba 研究)を実施し、運動・認知トレーニング・栄養・生活習慣病の管理を複合的に取り入れた介入により、高齢者の認知機能が向上したことを国内で初めて証明しました(右図)。そしてこの実証研究成果の社会実装事業として開発された認知症予防プログラム「コグ



ニケア®」は、すでに多くのシニア向けスポーツ施設、自治体や高齢者施設での導入実績を重ねています。

3 認知症予防事業「コグニケア」の特徴

「コグニケア」は、認知症予防のための3要素からなるエビデンスベースの総合的な健康長寿サービスです。1つ目は、「定期的に頭と体を刺激する運動教室」で、全身運動に加えて、特徴的な二重課題運動、グループ交流を含みます。2つ目は、「健康や認知症予防に関するセミナー」で



年6回、神戸大学教授陣によるオンラインセミナー。3つ目は、「自らの健康状態の見える化」で、年1回の検査（認知機能検査、健康度評価、アクティブライフ評価）を実施します。つまり、3つのサービスを連動させて健康寿命の延伸を目指すフルパッケージ型の健康づくり・認知症予防プログラムであり、

科学的エビデンスと実践性を両立させた内容は、国内外の専門家からも高く評価されています。

2025年12月1日現在 会員数 1351名 開催箇所数 42箇所

4 芦屋市との連携協定の内容

下記協定内容に基づき、市民の健康寿命増進につなげるため、認知症に関する講演会の実施や、市の施設を利用したコグニケアの開催等、認知症施策を推進していきます。

- (1) 地域住民の認知症予防や健康づくりを目的とした臨床研究やプログラムの推進
- (2) 健康寿命延伸及びウェルビーイング実現のための共同研究
- (3) 地域課題・データの共有
- (4) 研究者、学生と市職員、医療・介護に関わる専門職等との交流及び人材育成
- (5) 認知症予防や介護予防に関する情報発信の相互支援及び共同実施
- (6) その他、本協定の目的を遂行する上で必要な事項