

地域住民への認知症予防の一環として前頭葉機能訓練を行った効果について

ファイブ・コグの変化を指標にして

○村田 智恵<sup>1)</sup> 西 幸宏<sup>2)</sup> 宮島 千鳥<sup>2)</sup> 谷 正人<sup>2)</sup>

- 1) ケアプランセンターわたなべ
- 2) 聖志会 渡辺病院

**【目的】**最近、一部の脳トレーニングが、認知症予防に効果があるといわれている。今回、地域住民の方に対して、認知症予防の啓蒙の一環として前頭葉機能訓練を主とした脳トレーニングを行った結果を報告したい。

**【方法】**実施前に全員にHDS-Rとファイブ・コグを行い評価した。その後、週1回2時間、前頭葉機能を刺激するプログラムを実施した。認知リハビリテーションの内容：①指体操 ②色文字かるた③しりとり④紙コップのせなどを期間中合計4回実施した。終了後に再度HDS-Rとファイブ・コグを測定し、ファイブ・コグの各項目の変化をウイルクソソン符号付順位和検定によって分析した。

**【対象】**認知症予防トレーニングに実施を広報にて呼びかけ、参加を希望した参加者：15名（男性3名、女性12名）年齢70.1歳（62～79）HDS-R：27.6±3.1

**【倫理的配慮】**本研究における個人情報の取り扱いについては、事前に本人に趣旨を説明して同意を得た。

**【結果】**実施後に有意な改善をした項目は文字位置照合課題であった（ $p=0.003$ ）。その他の運動課題、手がかり再生課題、時計描画課題、動物名想課題、共通単語課題、HDS-Rは、有意な変化を認めなかった。

**【考察】**健常高齢者においても前頭葉機能を刺激することが、前頭葉機能の一つである注意機能を改善することがわかった。この注意機能の改善が、一部の脳トレーニングにおける認知症の進行抑制に関係している可能性が示唆された。