

## 認知症予防が命を活かす



一般社団法人 日本認知症予防学会理事  
一般社団法人 日本臨床衛生検査技師会理事  
一般社団法人 愛媛県臨床検査技師会会長  
市立宇和島病院 臨床検査科 副技師長  
高村 好実

2015年フィンランドで1000人規模の研究が行われ定期的な運動やバランスの良い食事が認知機能の低下を抑える可能性があるという報告されました。日本ではその効果や新たな予防の効果把握のために国立長寿医療研究センターの櫻井孝先生（本学会理事）が中心となって大規模研究を始めています。これは「予防」のプログラムであり、政府が認知症施策推進大綱に「予防」と「共生」を謳っている柱の一つになります。ここで得られた成果は早期に国民一人一人や社会のスキームに組み込んでいくことが望まれています。

日本認知症予防学会ではこの大きな柱である「予防」を理念として、正会員2,267名と賛助会員28社で組織活動を行っています。その中にある資格制度には認知症予防専門士、認知症予防専門医、そして認定認知症領域検査技師があり他職種の制度構築にも取り組んでいます。既設の認定制度では各資格取得者は毎年増えており、それぞれが関わる医療や介護や社会的活動の場において予防活動を中心に積極的に取り組んでいます。

そのようななか、2019年10月に名古屋国際会議場において開催された第9回学術集会では、認知症予防に関する最新の取り組みや研究、エビデンスの構築や研究発表、シンポジウムやワークショップなど多彩なセッションの提供により1,607名の参加者がそれぞれの立場での成果や思いを伝えるとともに、活発な討論を経て個々が課題とするところの理解を深め盛会に終了しました。そして、本年2020年には10月23～25日にパシフィコ横浜ノースで第10回学術集会を開催します。「認知症予防学の確立と予防の普及に向けて」をテーマのもと、より多くの皆様に参加していただける内容とし、認知症領域に関係する様々な職域や個々の皆様を通して、国が目指す「予防」と「共生」の

## 巻頭言

大切な役割を当学会として果たしていきたいと考えています。さらに、6月14日の「認知症予防の日」の記念式典を6月7日に開催します。これもまた広く国民に周知するためのものであり、啓発を通して認知症予防に対する積極的なエビデンス創出活動に繋がることが望まれます。

このように当学会では、学術集会や啓発事業を通して「予防」が国民一人一人の日常になるようにさらなる事業内容の充実を目指しています。

これからの日本は都会の高齢化率の上昇と地域のコミュニティの崩壊が生み出す課題に対応していくことが必要となっていきます。そのような社会で認知症の方や家族が希望を持ち幸せに暮らしていくために必要なことは、一人ひとりが認知症を予防し高齢になっても自立した生活を保てること、そして地域で自身が暮らしていけるコミュニティを維持するために共に生活し互いを理解し命を守っていくことです。

地域包括ケアシステムの目的を叶えるためにも、認知症の予防が「健康生活の入り口から人生を終えるまでの幸せな社会づくり」に深く関わっていることを認識しておくことが大切であると考えます。