

いつも大変お世話になっております。

学研ココファンのデイサービスでは、学研式脳活性プログラム “**脳元気タイム**” を提供しています。認知症予防・進行抑制には毎日の取り組みが重要です！

プログラムについてケアマネジャーの皆さまから **よくあるご質問**にお答えします。

Q

学研の脳元気で本当に効果があるの??



A

弊社では通所いただいている全利用者様に MMSE（認知機能包括的検査）・FAB（前頭葉検査）を定期的実施しており、「脳元気タイム」は統計的な脳機能向上効果が認められています。統計的な結果のほか、「しばらく新聞を読んでいなかった父が以前のように新聞を読むようになった」「孫に手紙を書くようになった」「宿題をやることで生活にリズムができた」「ご家族とのコミュニケーションが増えた」などの嬉しいお声を多数お聞きしています。

Q

どんな介護度の人でも参加できるの??

A

介護度や認知症の有無に関わらず参加できます。

視力の弱い方には文字を大きくして見やすくしたり、お耳の遠い方には筆談でやり方をお伝えしたりと、様々な工夫を行っています。認知症の方でもスタッフがサポートし、多くの方がプログラムに参加されています。

脳元気タイムに参加して毎回お名前を書くようになってから、書けなくなっていたご自分の名前を書けるようになりましたと嬉しい報告も頂いています。

\*寝たきりの方、上肢のADLが著しく低下している方、視力の低下が激しい方は参加困難な場合があります。



学研の脳元気タイムは、計算・書写（百人一首）・そろばん・ぬり絵（唱歌・叙情歌）・英語の5つのアイテムを2～3か月ごとサイクルで変更し、提供しております。「どんな内容のプログラムなのか？」など気になるアイテムがありましたらお気軽に担当までお問い合わせください。今後の実施スケジュールをご案内いたします。



# 脳元気「計算」をご紹介します！ $3+7=10$ $1+5=6$

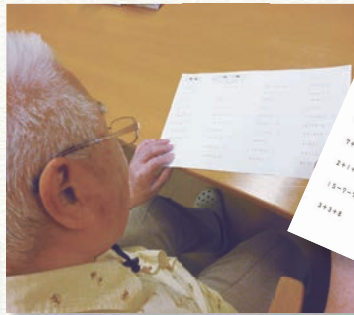
「計算」は”前頭前野”を活性化させるアクティビティの中でも、特に高い脳活性度を示すアクティビティです。

計算による脳活性度を高めるには

- ① 簡単な計算（一桁の計算）であること
- ② 短時間で大量に解くこと
- ③ 集中して取り組める環境 の3つをおさえて取り組んでいただくことが重要です。

学研では、簡単な計算を3段階レベルに区分し、利用者様ごとに最適なレベル・問題量を設定し取り組んでいただけます。

時間は「5分」で設定し、全員参加の適度な緊張感の中、集中して取り組んでいただくことで前頭前野に適度な負荷をかけるようにしております。



まずはじめに、パネルを使っての説明です。脳元気の効果のことや、前頭前野の働きについてお話しします。



レベルに合った内容で、時間を決めて行います。けっして無理はしません。

## ご利用者様の声をご紹介します！

### S様 (女性 84歳 要介護3) の声

脳元気タイムの中では「計算」が一番好きです。最初に施設に見学に来たときにはできるか不安でしたが脳を元気にすると聞いて取り組んでいます。今ではだいぶプリントの枚数も増えて、自分でも驚いています。



### Y様 (男性 76歳 要介護1) ご家族の声

計算は小学生の孫が帰ってきてから一緒にやっています。この年で計算をやるとは思いませんでしたが、やってみると楽しく続いています。デイサービスから家に帰り、宿題が入っていなかったときは電話して持ってきてもらいました。



株式会社 学研ココファン

本社 〒141-8420 東京都品川区西五反田 2-11-8 学研ビル  
TEL. 03-6431-1860 FAX. 03-6431-1864



ココファン

検索

<http://www.cocofump.co.jp/>

次回は脳元気『ぬり絵』をご紹介します！

新規ご利用・送迎範囲・サービス内容等のご相談はいつでもお気軽に