

◆24番（松井英雄君） 24番、公明党長野市議員団松井英雄です。

認知症の予防についてお伺いいたします。

本年4月に篠ノ井において、信州なでしこ隊の皆様による脳活カフェがオープンしました。毎月第4土曜日の開催ですが、私も参加してまいりました。

脳活カフェとは、生活習慣の改善により認知症の予防効果が期待されることから、高齢者の外出の機会を増やし、人とのコミュニケーションづくりや運動習慣を身に付ける機会として社会参加できる場です。私が参加した月は、介護保険課の作業療法士の方でしょうか、依頼により講師で来てくださり、楽しく体を動かしてまいりました。参加者は、私以外全て女性で、昨年から開催している篠ノ井のオレンジカフェでも男性の姿はほとんどありません。

高齢者の男性に限ったことではありませんが、高齢者の男性の皆様が囲碁や将棋をやっているお宅にお邪魔したことがあります。他にも男性参加では、マレットゴルフ、ゲートボールなどがありますが、なかなか運動ができない高齢者の皆様の社会参画の場として、脳活カフェは有効と感じるとともに、男性の参画のために囲碁、将棋なども取り入れてみてはと思いました。

長野市では、男性高齢者の社会参画のためにどのようなことを行っているのでしょうか。

また、篠ノ井から始まったオレンジカフェは、現在、市内5か所と広がりましたが、この脳活カフェも、予防という観点から広げていくべきと考えます。オレンジカフェは立上げ時に一部補助を頂いておりますが、脳活カフェは補助がありません。

篠ノ井の脳活カフェでは、オレンジカフェ同様、お茶代として100円は頂きますが、お茶を用意したり、市職員以外の講師を呼ぶときもあつたり、予算があればもっとやりたいことはたくさんあるようです。地域の有志が地域のために立ち上げた脳活カフェに対しても補助金を出すべきと考えますが、お考えをお聞かせください。

（24番 松井英雄君 質問席へ移動）

◎保健福祉部長（田中幸廣君） 高齢になっても積極的に社会参画することは、高齢者の生きがいづくりや健康づくりの上で極めて重要なものと捉え、様々な事業に取り組んでいます。

地域の自治活動、老人クラブ、福祉自動車の運転協力員などには男性が大勢活躍されていらっしゃると思います。しかしながら、趣味の講座やボランティア活動への参画という面では、女性に比べて少ないのが現状です。

市では、多様な社会参画をしていただけるよう、老人福祉センターなどにおいて様々な講座を実施し、高齢者の皆さんに参画していただいております。講座受講者の男女比について、正確な数字は把握できておりませんが、やはり女性が多い傾向が見受けられます。このため、男性の料理教室、囲碁教室、将棋教室、健康マージャン教室といった男性も参加しやすい講座を開催し、生きがいづくりのきっかけとなるように取り組んでおります。

特に男性の料理教室については、昨年度の参加者は延べ455人と人気を博しております。今後も男性の高齢者が参加しやすい講座の企画や興味を持っていただける活動を通じて、社会参画の機会、コミュ

ニケーションの場の提供に取り組んでまいります。

次に、脳活カフェへの補助金についてお答えいたします。

篠ノ井地区で開催されている脳活カフェは、地区の女性グループが脳活カフェなでしこ塾として、自主的に取組をいただいているものでございます。高齢者の交流の場づくり、生きがいづくり、介護予防の場づくりといった観点から、他への参考となる活動であり、このような住民活動が全市的に広まることを期待しております。

長野市のオレンジカフェ設立資金助成事業補助金につきましては、介護保険制度の地域支援事業の一つとして、国の実施要綱に基づき、昨年度から開始しました。認知症の人とその家族、地域住民、専門家が集い、認知症の人を支えるつながりを支援し、認知症の人の家族の介護負担の軽減を図るなど、認知症の人の家族に対する支援の推進のために、第5期の介護保険事業計画期間から、オレンジカフェの設立時に限り補助金を交付しております。

一方、御紹介の脳活カフェのように、地域住民が主体となった介護予防活動は、地域包括ケアシステム構築を目指した支え合い活動として活発に取り組んでいただきたいと考えておりますので、その支援については、第6期介護保険事業計画期間中に実施する新しい総合事業の枠組みの中で、運営費の支援など、地域の皆さんが活動しやすい形の支援を十分に検討してまいりたいと考えております。

◆24番（松井英雄君） 男性の料理教室には私も参加しましたので、455人の中の1人かなと思っております。

ただ今答弁いただきましたように、第6期中での運営の支援という検討を是非ともよろしく願いいたします。

仙台市では、平成15年10月に東北大学と協力して、学都共同研究プロジェクトを開始し、脳ウェルネスプロジェクト事業を行っております。

この事業は、高齢者を対象に、小学校3年生程度までの音読と計算の教材を使用し、自宅学習型や小学校の余裕教室を活用した学習教室型に分かれ、脳機能を活性化させ、認知症の発症予防を目指す取組を行っております。学習後に脳機能検査を実施し、約40パーセントから50パーセントの改善が見られたと報告書には記載があるそうです。

アンケート調査では、参加者全員が参加して良かったと感じているとありました。学習教室型では、休み時間に小学生が教室を訪れ、自分たちが勉強している計算をおじいちゃん、おばあちゃんが行っていることに興味を持ち、楽しいひとときを共有したと、余裕教室を効果的に活用し、交流が行われたと伺いました。

また、介護予防事業として、さいたま市では生きがい健康づくり事業で脳トレを実施、千葉市では脳の健康教室で読み書き教室を開催、相模原市では脳を鍛える脳活道場など、多くの自治体が介護予防事業として読み書き、軽計算を実施しております。介護予防を推進する視点から、認知症予防の脳の学習療法を長野市でもモデル的に実施してはいかかかと思いますが、御所見をお伺いします。

また、認知症の早期発見の観点から、ホームページ、スマートフォンなどにて、御家族用、本人用の簡単な質問に答えることによって、スクリーニングできる認知症簡易チェックシステムを導入すべきと考えますが、お考えをお聞かせください。

◎**保健福祉部長**（田中幸廣君） 現在、日本では、85歳以上の40パーセント以上に認知症の症状があると言われており、認知症予防の取組はますます重要になってくると考えております。

国立長寿医療研究センターが作成いたしました認知症予防マニュアルでは、予防の方法として、習慣的な運動の促進、抗酸化物質や抗炎症成分を含む食物の摂取、社会参加、知的活動・生産活動への参加、社会的ネットワークが認められています。特に有酸素運動の実施とアルツハイマー病の発症予防との関連は、多くの知見が得られているとのことでした。

現在、本市では、同時に複数の課題に取り組む運動やストレッチ、筋トレ等の認知症予防にも効果があるといわれているプログラムを介護予防教室や2次予防事業の生活らくかる運動塾で実施しています。また、啓発活動として、地域公民館へ出張しての体験講座も行っています。いずれも、講座終了後、自発的に活動を継続していくことが課題となっています。

松井議員御提案の学習療法を初め、コグニサイズや地域型認知症予防プログラム、ひらめきウォーキングなどが、認知機能の改善が見られるとの研究発表があります。様々な予防法がありますので、その中からその人の好みに合った活動を行う方が、特定のトレーニングに限定するよりも継続しやすく効果的ではないかと考えております。

本市といたしましては、引き続き介護予防教室や体験講座等を実施し、事業の評価を行うとともに、国等の専門機関の研究成果を踏まえ、できるだけ認知症の発症を先送りできるような取組の普及に努めてまいります。

次に、認知症簡易チェックシステムについてお答えいたします。

本市では、認知症を早期に発見し、医療や適切な支援につなげるために、認知症相談事業、認知症初期集中支援チームによる支援事業を積極的に進めております。また、早目に相談事業を御利用いただくためには、本人や御家族の早目の気づきが大切でありますので、認知症サポーター講座や認知症啓発月間を設けるなど、認知症に関する知識の普及啓発に努めております。

昨年度末、新たなパンフレット、認知症知って支えて安心ながのというものを作成しており、その中に脳の健康気がかりごとチェックということで、15項目から成る認知症の簡易チェックリストを掲載しております。これは、認知症の早期発見のために御利用いただくチェックリストとして作成したもので、当てはまる項目がありましたら、1人で悩まず、地域包括支援センターに御相談いただくように御案内しております。

このパンフレットは、地域包括支援センターや御協力いただける医療機関の窓口で市民の皆様にお配りしております。大変好評を得ておりまして、今後、地域公民館等の講座、お茶のみサロン等の場でも活用し、更に利用の機会を拡大するよう努めてまいります。

また、このパンフレットは、本市ホームページで閲覧できるようになっておりまして、パソコン、スマートフォンからも簡易チェックリストを御覧いただくことができます。松井議員御提案のように、認知症簡易チェックシステムに相当するものとして御利用いただけるように、ホームページ上でも探しやすくするなどの工夫をいたしまして、更に利用機会の拡大を図ってまいります。

◆**24番**（松井英雄君） 認知症に関しましては、先ほどの他の議員の答弁にもありましたように、平成26年度から、安心おかえりカルテ、あるいは先ほどの認知症のカフェへの助成金など提案申し上げ、事業化していただき、大変に感謝しております。

また、この予防という観点から、非常に予防が大切かなというふうに思っておりますので、その人に合ったことということでありますので、多くのメニューを選べるような体制をとっていただきたい。

また、先ほどのホームページにも掲載されているということでありましたので、簡単にチェックリストにいけるような、そういったトップページのところに簡単にいけるような、そのような工夫を是非ともしていただいて、認知症が気になったり認知症の方は、やはり簡単にいけないとチェックできないわけですから、そのような工夫もよろしく願いいたします。

以上で質問を終わります。