

# 潮

# 8

THE USHIO [うしお] August, 2014

昭和36年11月22日第3種郵便物承認  
平成26年8月1日発行  
毎月1回1日発行 通巻666号  
<http://www.ushio.co.jp>

特別企画

## 「認知症 800万人」時代 の活路

和田秀樹 / 吉田耀子 /  
常蔭純一

特集

## 「折れない心」の鍛え方

小玉正博 / 久世浩司

巻頭企画

## 日本のアジア外交——課題の深層

藤原帰一



【特別企画】「認知症八〇〇万人」時代の活路

# 医療最前線 認知症改善への挑戦。

脳への刺激が症状改善を促す  
心身機能活性運動療法の現場から見えてくるもの。



心身機能活性運動療法のひとつ  
フラハンド有酸素運動の様子  
(くどうちあき脳神経外科クリニック内)

## 吉田耀子

よしだ・ようこ(フリーライター)

### 進まない 認知症対策

厚労省の統計によれば、軽度のもも含めた認知症患者の数は、六十五歳以上で八五〇万人を超える。実に、高齢者の四人に一人が認知症を抱えていることになる。一方で、

「認知症は治らない」という医学界の「常識」に縛られて、認知症を改善するための取り組みが進んでいないと言いはれない。デイサービスなどを利用しながら、自宅で家族の介護を受け、重度になれば介護施設に入所するしか手立てがないのが実情だ。

とはいうものの、早期治療やケアによって病状の進行を遅らせたり、症状を改善したりする取り組みがいま、注目を浴びつつある。長年、認



知症医療に取り組んできた「くどうちあき脳神経外科クリニック」(東京・大田区)の工藤千秋院長はこう語る。

「今の世の中では、認知症の早期発見の重要性ばかりが強調されています。しかし、どんなに早く発見しても、認知症患者さんを受け入れる『受け皿』がなくては意味がない。ここでいう『受け皿』とは、薬物治療と並行して、アロマテラピーや回想法、音楽療法、ヨガなど、脳を元気にするための補完療法ほかんりょうほうが受けられる場所のことです。認知症の進行を少しでも遅らせるために、補完療法を行う『受け皿』を提供すること。それが、認知症対策においては急務となっています」

## ゲートボールをもとに 運動療法を開発

こうした中、認知症の改善にめざ

ましい効果を上げ、海外でも注目されている取り組みがある。NPO法人日本心身機能活性化療法指導士会理事長の小川眞誠氏が開発した、「心身機能活性化運動療法(以下、ゲートセラピー)」だ。

発端は三十数年前に遡る。当時、公益社団法人東京青年会議所のメンバーだった小川氏は、ゲートボールを通じて三世代の交流を図ろうと、普及活動に着手。「ゲートボールは高齢者の健康作りに有効」との思いを深めた。

だが、ゲートボールは屋外の広いコートで行う団体競技。競技規則もしっかりしているため、三世代でのスポーツゲームとしては難しい面があった。

「ゲートボールは元気な高齢者向きの競技で、病弱な人や障がい者が参加するのは難しい。とはいえ、ゲートボールには脳に刺激を与える効果

もあり、高齢者の健康増進やリハビリ、自立支援に適した面があります。そこで、身体が弱い方や車椅子の方でも楽しめ、誰でも参加できるゲームをと考えたのです」

小川氏は試行錯誤の末、ゲートボールとゴルフの要素を採り入れた「ゲートゴルフ」を考案。一九九一年に日本ゲートゴルフ協会を設立し、全国の老人クラブや特別養護老人ホームを回って普及に努めた。行く先々で、認知症患者を取り巻く苛酷かこくな現実を目の当たりにした小川氏は、本格的な運動療法の必要性を痛感。物理療法の科のあるクリニックの経営に携わった経験を活かし、認知症を改善するためのゲートセラピーを開発した。さらに、この療法を行うための認定資格「心身機能活性化療法指導士」も創設し、本格的な普及に向けて、人材の養成も進めている。