

# あいち認知症パートナー宣言

名称 脳若ステーションおおぶ

私たちの企業・大学は、「認知症に理解の深いまちづくり」に「じぶんごと」として取り組みます。

大府市は、愛知県健康都市として「みんな輝き 幸せ感じる 健康都市」をキャッチフレーズにしており、元気な「幸齢社会」を目指していますが、65歳以上の高齢者が年々増加傾向にあります。

住み慣れた素敵な市で、「生きる喜びと楽しさを見出して、一日でも長くイキイキと楽しく暮らし続けたい」と、多くの高齢者が願っています。

高齢者の願いを叶えるには、寿命ではない「健康寿命の延伸」が必須です。健康寿命を延ばす為に最も効果的とされているのは「人との繋がりを作ること」です。

社会とのつながり、人とのコミュニケーション、レジリエンス（老いに対して、折れない心でしなやかにうまく適応できる力）の向上が認知症予防や介護予防につながり、美しい（幸せな）老いにつながります。

その為当社では、自宅で「一人行う脳トレ」ではなく、皆で集まり、コグニサイズ（国立長寿医療研究センターが開発した、脳と体を同時に使うことで認知症を予防あるいは改善しようとするプログラム）や、iPadを活用しながら、ワイワイと楽しく脳の活性化を促し、認知症予防につなげています。

高齢者の方々がいつまでもお元気でイキイキワクワクと、生きる幸せを感じて生活が送れるよう日々活動しています。