						事業	内容	(事:	業の	中で	取り	入れ [·]	てい	るプ	ログ	ラム領	等)	
	市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がームフト	音楽療法	芸術療法	スク エプ アス	コ グ ニ サ イ ズ	シナプソロ	ファイブコグ	筋トレ	の運動	理実習栄養講話・調	き講話	ンエー	の 他
	T		T		21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60
1	水戸市	1	介護予防教室	【運営】水戸市高齢福祉課 【対象】要支援1・2の方、事業対象者 【内容】講師:高齢福祉課職員(歯科衛生士、管理栄養士、理学療法士、作業療法士)による講話や実技等 【回数・時間】週1回 60分 約3か月									0		0	0		0
1	水戸市	2	脳の健康教室	【運営】水戸市高齢福祉課 【対象】市内居住の65歳以上の方 【内容】認知症に関する講話、専門テキスト(読み書き計算)、体操等 【回数・時間】週1回(1回60分)、1コース30回程度、10コース(会場)で実施	0													
1	水戸市	3	脳たっしゃ講座	【運営】水戸市高齢福祉課 【対象】市内居住の65歳以上の方 【内容】認知症に関する講話、脳の元気度測定、運動等 【回数・時間】3回で1コース(1回90分)、年5コース								0						0
1	水戸市	4	認知症チェックセミナー	【運営】水戸市高齢福祉課 【対象】市内居住の65歳以上の方 【内容】物忘れ度・血管年齢等の測定、低栄養予防・口腔ケア・シルバーリハビリ体操等の動画放映 【回数・時間】年10会場で実施											0	0		0
2	2日立市	1	認知症予防講演会	【運営】市主催 【対象】市民 【内容】医師による講話を通し、認知症に関する正しい知識を普及啓発する。 【回数・時間】年3回 1回2時間程度での開催														0
2	? 日立市	2	認知症予防教室 (脳とからだの いきいき健康教室)	【運営】市主催 【対象】65歳以上の市民 【内容】保健師・栄養士・歯科衛生士による健康講話、健康運動指導士による運動実技を通し、認知症の知識普及・早 期対応に努める。 【回数・時間】1コース4日間を年3回、1回2時間の教室運営。	0				0	0			0		0	0	0	0
2	? 日立市	3	ふれあいサロン	【運営】社会福祉協議会 【対象】外出の少ない高齢者 【内容】交流活動、保健師による健康講話等 【回数・時間】約15回、1回約 1 時間(認知症予防講話)													0	0

					事業区	内容(事業の)中で	取り	入れ	てい	るプ	ログ	ラム等	Ţ)
市町村	対名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	ケ 	楽	きがをよった。	コグニサイズ	シナプソロ	ファイブコグ	筋トレ	指の運動	乗 養 講 話 ・ 調		レクリエー
				21	6	8	14	20	35	7	49	43	32	29	46 60
2 日立	市	4 ふれあい健康クラブ	【運営】社会福祉協議会 【対象】市内在住の65歳以上の高齢者 【内容】体操、レクリエーション、健康講話等 【回数・時間】約2回、1回約1時間(認知症予防講話)									0			0 0
3 土浦	市	出前講座 1 「健康講座~認知症予 防編~」	【運営】土浦市健康増進課 【対象】土浦市内で活動する団体。グループ等 【内容】認知症予防についての講義、筋トレ、レクリエーション等の実施(講師:市作業療法士・理学療 法士) 【回数・時間】依頼に応じて随時・1回1時間程度						0		0	0			0
3 土浦	市	2 介護予防啓発講座 フレイル予防講座	【運営】土浦市健康増進課 【対象】65歳以上の市民 【内容】市作業療法士・理学療法士等 【回数・時間】全8回×2コース(計16回)・1回1時間30分					0			0	0			0
3 土浦	市	介護予防啓発講座 3 脳トレステップ&筋ト レ講座	【運営】土浦市健康増進課 【対象】65歳以上の市民 【内容】フレイル・MCI等についての講義、運動、レクリエーション等の実施(市作業療法士・理学療法士) 【回数・時間】2×4会場(計8回)・1回1時間30分					0	0		0	0			0
3 土浦	市	4丨「ぶらり☆つちまる健	【運営】土浦市高齢福祉課・健康増進課 【対象】65歳以上の市民 【内容】介護予防全般に関する講義、運動、レクリエーション等の実施(市作業療法士・理学療法士、保健師、歯科衛生士、管理栄養士、シルバーリハビリ体操指導士等) 【回数・時間】年間24回程度・1回1時間												0
3 土浦	市	5 メディアを活用した 認知症予防啓発	【運営】土浦市高齢福祉課 【対象】市民 【内容】チラシ、ホームページ、SNS等のメディアを活用して、認知症予防に関する啓発を行う。												

						事業	内容	(事業	の中	で取	り入れ	ってい	ゝるプ	゚ログ	ラム	等)	
市町	ɪ村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル 21	٢	楽療法	術療法	エアスス	ジー	フソロ ブコ グ		指の運動	理実習の発養講話・調の	講話	コ リン エー	その他
				【運営】委託	21	6	8	1 .	.4 20	3!	0 /	49	43	32	29	46	60
4 古	河市	1	いきいきシニアの さわやか教室	【対象】65歳以上 【内容】介護予防全般(コグニサイズ、介護予防レクリエーション、フレイル予防・認知症症予防、低栄養予防、口腔機能向上等)の教室、自主化支援も含む(講師は委託先講師、その他外部講師、介護予防サポーター等) 【回数・時間】3コース×10回 1回120分			0	0	С			0		0	0	0	0
4 古	河市	2	シニア運動教室	【運営】委託 【対象】65歳以上 【内容】運動器の機能向上を目的とした運動教室、自主化支援も含む(講師は委託先の講師) 【回数・時間】1コース×12回 1回120分				())			0		0	0	0	0
4 古	河市	3	介護予防 キャンペーン	【運営】直営 【対象】市民 【内容】市役所庁舎に認知症や介護予防について掲示 【回数・時間】9月中の1か月間													0
4 古	河市	4	介護予防出前講座	【運営】直営 【対象】65歳以上の市民(10人以上の団体) 【内容】栄養・認知症予防を含む介護予防、口腔、介護予防レクリエーション、シルバーリハビリ体操等 をテーマに出前講座を実施(講師は保健師、管理栄養士、歯科衛生士、介護予防サポーター、シルバーリ ハビリ体操指導士) 【回数・時間】1時間以内										0	0	0	0
4 古	河市	5	シルバーリハビリ 体操教室	【運営】直営(古河シルバーリハビリ体操指導士の会) 【対象】 6 5歳以上の市民 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】公共機関は13会場15グループで月2回程度実施、その他公共機関以外でも実施。1回75分。													0
4 古3	河市	6	シニア世代のポール ウォーキング教室	【運営】委託 【対象】65歳以上の市民 【内容】運動器の機能向上を目的としたポールウォーキング教室(講師は委託先の講師) 【回数・時間】2コース×5回 1回90分								0					0
5 石[岡市	1	出前講座	【運営】石岡市(地域包括支援センター) 【対象】石岡市民5名以上参加の団体等 【内容】市民の主催する学習会等へ職員を派遣。『認知症サポーター養成講座』『脳の健康チェック(ファイブコ グ)』『いつも笑顔で介護予防(介護予防の一つとして認知症予防の話やレク等を実施)』 【回数・時間】未定・1時間程度	0						0		0		0	0	

				事業	内容(事業は	の中で	取り	入れ	てい	るプ	ログラ	カム等)
市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がームフト	楽 療 ***********************************	きりませ	++	シナプソロ	ファイブコグ	筋トレ	指の運動	実	歯磨き講話	レクリエー
			21	6	8	1 14	20	35	7	49	43	32	29 4	46 60
5 石岡市	2 シニアサポート教室	【運営】社会福祉協議会へ委託 【対象】市内在住の65歳以上で心疾患がなく医師から運動制限されていない人 【内容】理学療法士による運動器の機能向上を目的とした軽度な運動指導 【回数・時間】15回・1時間×2クール						0		0	0		,	0
5 石岡市	3 ひまわり体操	【運営】社会福祉協議会へ委託 【対象】市内在住の65歳以上で心疾患がなく医師から運動制限されていない人 【内容】イスやボール等を使った、体力の維持・向上を目的とした軽めの体操 【回数・時間】10回・1時間×2クール								0			,	0 0
5 石岡市	4 みんなで脳カアップ教 室	【運営】石岡市(地域包括支援センター) 【対象】市内在住の65歳以上の方 【内容】理学療法士による、身体機能や認知機能等の維持・向上のための運動。歯科衛生士等からの講話 あり。 【回数・時間】18回・1時間×2クール						0			0		0	0
5 石岡市	5 在宅介護支援センター 介護予防教室	【運営】在宅介護支援センター(6か所)へ委託 【対象】65歳以上の要援護高齢者等及びその家族等 【内容】公民館等で体操や脳トレ等を実施。 【回数・時間】1在介あたり年度30回以上・1回45分~1時間に短縮して実施	0								0		(0 0
5 石岡市	6 地域リハビリテーション活動支援事業	【運営】石岡市(地域包括支援センター) 【対象】市内において体操等の活動をしている住民運営の通いの場や地域ケア会議、サービス担当者会議等 【内容】リハビリテーション専門職を派遣し、認知症予防の講話や実技の実施、会議等での助言 【回数・時間】16回・1時間~1時間30分						0		0	0		(0 0
5 石岡市	7 認知症講演会	【運営】石岡市(地域包括支援センター) 【対象】一般市民 【内容】認知症に関する講話等 【回数・時間】1回 1時間30分												0
6 結城市	1 認知症予防教室 (脳カアップ教室)	【運営】 結城市 【対象】 65歳以上の高齢者 【内容】 認知症予防を目的としたレクリエーション、運動、講話、口腔機能向上を目的とした講話 【回数・時間】 4回1クールを3クール開催・1回1時間半のプログラム	0	0			0	0		0	0		0	0

						事業	内容	(事業	の中で	で取り	入れ	てい	るプ	ログ	ラム領	等)	
Ħ	5町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がームアト	楽 療 法	芸術療法	スクエアスコグニサイズ	7 7	ファイブコグ	筋トレ	の運動	理実習光養講話・調	き講話	ンエー	その他
			T		21	6	8	1 14	20	35	7	49	43	32	29	46	60
7	龍ヶ崎市	1	思い出を語ろうかい	【運営】龍ケ崎市 【対象】おおむね65歳以上の方 【内容】傾聴ボランティアを中心に少数のグループによる「回想法」の手法を活用した講座 【回数・時間】12回/月	0												0
7	龍ヶ崎市	2	のびのび健幸生活講座 (認知力低下予防講 座)	【運営】スポーツクラブルネサンス・龍ケ崎市 【対象】おおむね65歳以上の方 【内容】脳トレ、運動指導、体力測定、保健師・管理栄養士・歯科衛生士による講話 【回数・時間】1コース10回 2時間					0	0		0	0	0	0	0	
7	龍ヶ崎市		音楽フィットネス講座 (認知力低下予防講 座)	【運営】第一興商 【対象】おおむね65歳以上の方 【内容】DKエルダーシステムを活用したプログラム 【回数・時間】1コース8回 1時間		0	0		0			0	0			0	
8	下妻市	1	脳活きいき レクリエーション教室	【運営】下妻市 【対象】65歳以上の市民 【内容】シナプソロジー、口腔・栄養指導、保健師講話 【回数・時間】3地区各10回/60分						0		0	0	0	0		
8	下妻市	2	脳活きいき教室	【運営】下妻市社会福祉協議会 【対象】65歳以上の市民 【内容】音楽を使用した歌遊び・ミュージックベル・口腔・栄養指導【回数・時間】12回/60分						0		0	0	0	0		0
8	下妻市	3	男性のための脳トレ・ 筋トレ	【運営】下妻市社会福祉協議会 【内容】認知症予防音楽ケア体操・シナプソロジー・筋カトレーニング、口腔、栄養指導 【回数・時間】月1回/60分						0		0	0	0	0		0
8	下妻市		地域サロンに出向いて の認知症予防教室	【運営】下妻市 【対象】65歳以上の市民(サロン参加者) 【内容】シナプソロジー・認知症予防音楽ケア体操 【回数・時間】8回/60分						0		0	0	0	0	0	0

				事業	内容(事業の	の中で	取り	入れ	てい	るプ	ログラ	ラム等	Ē)
市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	l , ソ	療	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	スズ	シナプリロ	ファイブコ グ	筋トレ	指の運動	実習・調	き 講 話	レ ク タ そ の 他 I
			21	6	8	1 14	20	35	7	49	43	32	29	46 60
8 下妻市	5 シニアのためのパワー アップ教室	【運営】下妻市 【対象】65歳以上の市民 【内容】有資格者による講話と実技 【回数・時間】月1回/90分						0		0	0	0	0	0 0
8 下妻市	6 認知症予防講演会	【運営】下妻市 【対象】認知症予防に関心のある市民 【内容】認知症による脳の変化、脳トレ、シナプソロジー 【回数・時間】1回/120分									0			0 0
8 下妻市	7 認知症サポーター 養成講座	【運営】下妻市 【対象】認知症に関心のある市民 【内容】認知症の人の気持ちや介護の実際、日常生活の中でできる予防法 【回数・時間】1回/40分									0			0
9 常総市	いきいき教室 1 いきいきパワーアップ 教室	【運営】地域包括支援センター(直営) 【対象】概ね65歳以上の高齢者 【内容】体操、講話、レクレーション、体と脳を活性化するプログラム 【回数・時間】57回 1回1時間30分						0		0	0			0 0
9 常総市	2 いきいき教室	【運営】地域包括支援センター(直営) 【対象】概ね65歳以上の高齢者 【内容】体操、講話、レクレーション、体と脳を活性化するプログラム 【回数・時間】102回 1回1時間30分						0		0	0			0 0
9 常総市	3 65歳からのクッキング 教室	【運営】地域包括支援センター(直営) 【対象】概ね65歳以上の高齢者 【内容】管理栄養士による講話・調理実習 【回数・時間】2回 1回2時間30分										0		
10 常陸太區	田 1 スクエアステップ教室	【運営】常陸太田市高齢福祉課 【対象】】65歳以上の高齢者で介護保険の認定等を受けていない方 【内容】25cm四方の升目で仕切られたマットを利用していろいろなパターンの足踏み(ステップ)運動を 行う。 【回数・時間】1講座12回(2講座あり)、1.5時間/回				0								

						事業	内容	(事業	の中	で取	り入	れて	いる	プロ	ゴグラ	ム等)	
礻	万町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がトムソフト	音楽療法	芸術療法	ア ス ス	*	у П 2	ブ コ ブ	かし、ジャー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	指の軍動理実習	講話・調	ション・	リ の エ 他 I
			I		21	6	8	1 1	4 2	0 3	35	7 4	19 4	13	32 2	9 46	6 60
11	高萩市	1	短期集中予防サービス	【運営】高齢福祉課 【対象】事業対象者、支援 1 、支援 2 【内容】3~6か月の通所リハビリテーションと訪問リハビリテーション 【回数・時間】週1回、10:00~11:30				((5		0	1
12	北茨城市	1	認知力アップ教室	【運営】地域包括支援センター 【対象】軽度認知障害・軽度認知障害が疑われる方 【内容】ミニ講座・有酸素運動・抵抗運動・認知課題 【回数・時間】年2コース(1回1時間30分の8回コース)													0
12	北茨城市	2	スクエアステップ エクササイズ教室	【運営】有限会社わらく 【対象】65歳以上の市民 【内容】スクエアステップ・脳トレ・筋力強化 【回数・時間】4 教室×年24回(1 回 1 時間30分)				C									
13	笠間市	1	あたまと体のパワー アップ教室	【運営】地域包括支援センター 【対象】65歳以上の一般高齢者 【内容】講話、運動等 【回数・時間】11回 1回90分					C		() (5 (0		0	1
13	笠間市	2	わくわく脳元気教室	【運営】フロイデ総合住宅サポートセンター友部に委託 【対象】65歳以上の一般高齢者 【内容】講話、運動等 【回数・時間】月1回 6か月×2コース 1回60分	0							(5 (0		0)
14	取手市	1	回想法スクール	【運営】NP0法人回想療法学会に委託 【対象】65歳以上の元気高齢者 【内容】回想法を学ぶ 【回数・時間】1回の開催で12日間を2回開催する。													0
15	牛久市	1	認知症予防教室	【運営】医療年金課 【対象】ファイブコグ検査等で認知症リスクの高い方 【内容】委託全7日 【回数・時間】全7日の教室1回、1回90分					C		5						0

						事業	内容	(事業	の中で	で取り	ノ入わ	てい	るプ	ログ	ラム	等)	
ī	 市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がームフト	音楽療法	芸術療法	スクエアスコグニサイズ	ジ -	グ	筋トレ	の運動	理実習・調・調・	き講話	ションレクリエー	その他
			T T		21	6	8	1 1	4 20	35	7	49	43	32	29	46	60
15	牛久市	2	認知症予防リーダー養 成講座	【運営】医療年金課 【対象】介護予防体操ボランティア 【内容】委託。認知症の基礎知識、脳を活性化させる運動とそれを地域で展開するスキル。 【回数・時間】全6日の教室1回、1回90分					0	0						0	0
15	牛久市	3	地域型認知症予防教室	【運営】認知症予防リーダーが地域で教室を実施 【対象】地域住民 【内容】シナプソロジー、講話 【回数・時間】月1~3回					0	0			0			0	0
15	牛久市	4	かっぱつ脳トレ教室 検査編	【運営】医療年金課 【対象】65~84歳の市民 20名 【内容】検査、結果説明、講話 【回数・時間】年2回2教室(1教室2時間)							0					0	0
15	牛久市	5	かっぱつ脳トレ教室 運動編	【運営】医療年金課 【対象】認知症予防に関心のある市民 20名 【内容】派遣講師による運動指導、講話 【回数・時間】年2回2教室(1教室2時間)						0							0
15	牛久市	6	活発脳トレ教室 音楽編	【運営】医療年金課 【対象】認知症予防に関心のある市民 20名 【内容】音楽療法士によるセッション、講話 【回数・時間】年2回2教室(1教室2時間)			0		0	0							0
16	つくば市	1	つくば市脳元気アップ 教室	【運営】地域包括支援課 【対象】65歳以上の市民で認知症の診断を受けていない方 【内容】各回テーマに応じた専門の講師の講話と実践を行う。教室の初回と最終回で簡単な認知機能チェックを行う。 【回数・時間】全8回×市内3か所、1回あたり概ね2時間	0		0		0	0		0		0	0		
16	つくば市	2	出前講座	【運営】地域包括支援課 【対象】市民 【内容】地域包括支援課保健師が講話を行う。認知症予防について、市民が取り組める運動等を紹介。 【回数・時間】1回あたり概ね2時間													0

						事業	内容	(事業	の中で	で取り	ノ入わ	てい	るプ	゚ログ	ラム	等)	
F	 市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	脳トレソフト	楽 療 法	芸術療法	スクエアスコグニサイズ		ファイブコグ	筋トレ	指の運動	理実習光養講話・調	き講話	ションI	その他
					21	6	8	1 1	20	35	7	49	43	32	29	46	60
16	つくば市	3	もっと知ろう介護のこと (家族介護教室)	【運営】地域包括支援課 【対象】市民(働く世代対象) 【内容】認知症の正しい理解と対応について 【回数・時間】1回あたり1時間30分 (18時30分~開始)													0
17	ひたちな か市	1	短期集中通所型サービス	【運営】社会福祉協議会 【対象】要支援認定者、事業対象者 【内容】リハビリテーション専門職が日常生活に支障がある生活行為の改善に向けた支援を3~6か月の 短期間に集中して行う。 【回数・時間】週1、2回/3~6か月 1回2時間					0					0	0	0	0
17	ひたちな か市	2	通所型予防サービス	【運営】社会福祉協議会 【対象】地域住民 【内容】2か所の施設を利用し、1年をとおして介護予防に取り組めるよう、運動の強度よって5コースにわけ実施。 【回数・時間】週1回/3か月 1回2時間	0								0	0		0	0
18	鹿嶋市	1	ウォーキングで 健脳貯筋	【運営】鹿嶋市介護長寿課 (講師 NPO認知症予防サポートセンター) 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】【回数・時間】 認知症予防講演会(1会場)+ファイブコグテスト+教室(5日間)+イベント							0						0
18	鹿嶋市	2	脳の健康教室	【運営】NPO法人ファーストペンギンネットワークに委託 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】公文式ドリル等による脳トレ 【回数・時間】1クール20回(1回1時間×2クール)	0												
18	鹿嶋市	3	スクエアステップ教室	【運営】かしまスポーツクラブに委託 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】音楽に合わせてマットの上をステップする 【回数・時間】1クール10回×2会場+フォローアップ				C)								
19	潮来市	1	脳の健康教室	【運営】社会福祉協議会 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】公文学習療法センターの教材を利用しての脳トレ(読み書き、計算)、談話 【回数・時間】26回、1時間30分	0												

						事業	内容	(事業	の中で	で取り	入れ	てい	るプ	ログ	ラム等	手)	
ī	市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がトレソフト	楽 療	芸術療法	++	ジュ	ブコ	筋トレ	指の運動	理実習・調話・調	-	■ リ	その他
	1		Г		21	6	8	1 1	4 20	35	7	49	43	32	29	46	60
20	守谷市	1	出前講座	【運営】守谷市 【対象】市内在住の高齢者 【内容】認知症予防講座「認知症サポートブックを活用しよう」 健幸長寿課 専門職 【回数・時間】 1回・60分												(0
20	守谷市	2	認知症予防リーダー養成講座	【運営】健幸長寿課 【対象】一般市民 【内容】シナプソロジー普及員の研修を受け、その後ボランティアとしてサロン等で活動できるようグループ化し活動する。 【回数・時間】 シナプソロジー:6回コース:1回90分 フォローアップ研修:1回120分						0							
20	守谷市	3	認知症予防リーダー (シナプスるっぺ)に よる認知症予防活動	【運営】健幸長寿課・認知症予防リーダー(シナプスるっぺ) 【対象】一般市民(高齢者サロン中心) 【内容】シナプソロジーを用いたレクリエーションの実施 【回数・時間】 1~2回/月 1回20分程度						0							
20	守谷市	4	認知症模擬体験(認知 症フレンドリー講座)	【運営】健幸長寿課主催 (講師招聘) 【対象】一般市民 【内容】VRヘッドセット、映像を用いた認知症模擬体験と認知症に関する講話 【回数・時間】 1回 90分程度												(0
21	常陸大宮市	1	スマイル教室	【運営】 市 【対象】 物忘れを認識している方 明らかに認知症と思われるが受診に結びつ いていない方 【内容】 HDS-R測定 ストレッチ コグニサイズ 脳トレプリント 【回数・時間】 6回(3か月)3クール 1回90分程度	0				0			0					
22	那珂市	1	介護予防講座	【運営】地域包括支援センター 【対象】市内在住の65歳以上のかた 【内容】体力測定、栄養講話、認知症予防講話 【回数・時間】複数講座を1クールとして5回実施。 単発講座1回。各講座2時間程度		0			0					0	0	,	0

						事業	内容	(事	業の	中で	取り	入れ	てい	るプ	ログ	ラム等	等)	
ī	市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル 21	ドレソフト 6	音楽療法 8	芸術療法 1	ス テ ク ツ エ プ ア ス	コ グ ニ サ イ ズ	シ ナ ブ リ ロ 35	ファイブ コグ	筋 ト レ 49	の運動	理実習 32	き講話	∃	の他
23	筑西市	1	元気ぷらす教室	【運営】筑西市社会福祉協議会 【対象】65歳以上 【内容】①運動器の機能向上:腰痛・膝痛改善・予防、 失禁体操を含む生活機能向上 ②栄養改善、③口腔機能向上、 ④うつ・閉じこもり予防、⑤認知機能向上 【回数・時間】 時間…1回当たり1時間30分程度										0			0	0
23	筑西市	2	シルバーリハビリ 体操教室	【運営】いきいきヘルス会、ゆうゆう健康体操 【対象】おおむね60歳以上 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】時間…1回あたり1時間程度										0				0
23	筑西市	3	認知症予防体操教室	【運営】健康運動普及員会 【対象】認知症予防に特化した脳トレ・脚力アップ体操に関心のある市民 【内容】認知症予防体操 【回数・時間】時間…1回あたり1時間30分程度	0				0				0					
24	坂東市	1	介護予防教室	【運営】坂東スクエアステップの会 【対象】市民 【内容】柔軟体操・スクエアステップ 【回数・時間】夢積館:年12回、ほほえみ:年6回 1回1時間半程度					0									
24	坂東市	2	介護予防教室	【運営】坂東市いきいきヘルス体操指導士会 【対象】市民 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】夢積館:年12回、ほほえみ:年6回 1回1時間半程度									0	0				
24	坂東市	3	認知症予防教室	【運営】坂東市北部地域包括支援センター 社会福祉協議会 【対象】市内在住の概ね65歳以上の方 【内容】認知症予防に関する講話、実技を取り入れた認知症予防 【回数・時間】年1回 2時間程度					0									
25	稲敷市	1	脳からだ元気教室	【運営】稲敷市高齢福祉課いこいのプラザ 【対象】65歳以上で通所系介護保険サービス未利用者 【内容】理学療法士によるシナプソロジーを取り入れた活動 【回数・時間】前期(4月~9月)で18回 後期(10月~3月)で18回・各回 90分							0		0	0				

						事業	内容	(事業	美の中	で取り	ノ入わ	てい	るプ	ログ	ラム	手)	
ī	 市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がームアト	音楽療法	芸術療法	スクエアス	ジー	ファイブコグ	筋トレ	指の運動	理実習光養講話・調	歯磨き講話	レク その レ エ	D 也
					21	6	8	1	14 20	35	7	49	43	32	29	46 60	0
25	稲敷市	2	認知症予防教室	【運営】稲敷市高齢福祉課いこいのプラザ 【対象】65歳以上で通所系介護保険サービス未利用者 【内容】運動やレクリエーション等の実施、認知症予防のための歯科や栄養、生活についての知識の普及 啓発 後期(10月~3月)で18回・各回90分	0					0		0	0	0	0	0	
25	稲敷市	3	地域介護予防教室(シ ルバーリハビリ体操)	【運営】シルバーリハビリ体操指導士会 【対象】65歳以上の方 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】稲敷市内各実施会場 1回1時間								0	0			С)
26	かすみが うら市	1	シニア世代の健康教室	【運営】介護長寿課 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】体力維持、栄養、口腔、認知症についての講話や実技 【回数・時間】1コース7回×2回。1回1時間30分。	0							0		0	0	С)
26	かすみが うら市	2	地域リハビリテーショ ン活動支援事業	【運営】介護長寿課 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】通いの場でのリハ専門職による講話や実技、相談 【回数・時間】5回。1回1時間30分												С)
27	桜川市	1	一般介護予防 元気はつらつ教室	【運営】委託事業(社会福祉協議会) 【対象】65歳以上で運動制限がない方 【内容】健康づくりや介護予防につながる知識を取得し、実践することで、介護予防、健康寿命を図る。 講師:スクエアステップ指導者、シルバーリハビリ体操指導士、健康運動指導士等 【回数・時間】10回・1時間15分	0				0							0	
28	神栖市	1	通所型短期集中サービス	【運営】訪問看護ステーション等へ委託 【対象】市内在住65歳以上の総合事業対象者と要支援者 【内容】転倒予防や健康について学び、リハビリ専門職のもと体操を行う 【回数・時間】1クール10回コース 年4クールを3箇所で実施 1回あたり1時間30分							0	0		0	0		
29	行方市	2	からだと脳の健幸くら ぶ	【運営】行方市 【対象】概ね65歳以上の高齢者 【内容】脳のエクササイズ 筋力向上運動 個別のエクササイズを作成し取り組む 講師 所圭吾先生 (Rise total support) 【回数・時間】14回×1教室 90分						0		0					

					事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等									等)				
†	5町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル 21	がーム 6	音楽療法 8	芸術療法 1	ス ク ツ エ プ ア ス	コ グ ニ サ イ ズ 20	シナプソロ 35	ファイブコグ 7	筋 トレ 49	の	理実習 32	き講話	ン エ 	の
30	鉾田市	1	認知力アップ講座	【運営】介護保険課 【対象】65歳以上で介護保険認定を受けていない方 【内容】認知症予防に効果的な運動・脳トレ 【回数・時間】全12回を3コース・1時間半	0								0					
31	つくばみ らい市	1	あたまとからだ元気教 室	【運営】市 【対象】概ね60歳以上の市民 【内容】シナプソロジー・ストレッチ等 教室終了後の自主活動に向けた働きかけ 【回数・時間】12回 13:30~15:30 ※その他、前年度以前の自主グループに対する支援を実施							0							
31	つくばみ らい市	2	あたまの健康チェック	【運営】市 【対象】概ね65歳以上 【内容】認知機能測定の実施 【回数・時間】随時・1回15分程度														0
32	小美玉市	1	脳の健康教室	【運営】市 【対象】65歳以上の高齢者で要支援・要介護の認定を受けていない方 【内容】㈱くもんへ委託し、読み書き等教材とボランティアによるレクリエーション活動を実施 【回数・時間】全24回 1時間30分/回	0												0	
32	小美玉市	2	通所型サービス C 生活筋力アップ教室	【運営】市 【対象】65歳以上の高齢者で要支援または事業該当者と認定された方 【内容】理学療法士、作業療法士等による短期集中型サービス 運動を中心とした介護予防活動 【回数・時間】全16回 1時間30分/回									0			0		
33	茨城町	1	花まる健康教室	【運営】茨城町 【対象】町内在住で65歳以上の方 【内容】脳トレやレクレーションをおこないながら、認知症予防を図る。 【回数・時間】全30回×3コース 1時間30分以内/回	0		0		0				0	0	0		0	0
34	大洗町	1	大洗町元気づくりサロ ン事業	【運営】 町内17カ所のサロン 【対象】 地域住民 【内容】 サロン事業 【回数・時間】 月1回 1時間30分時間開催 年1回程度														0

						事業	内容	(事	業の	中で	取り	入れ [·]	てい	るプ	ログ	ラム等	等)	
ī	市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	F	音楽療法	芸術療法	ス ク エ ア ス	コグニサイズ	シナプソロ	ファイブコグ	筋トレ	の運動	理実習栄養講話・調	き講話	ションレクリエー	の 他
			1		21	6	8	1	14	20	35	7	49	43	32	29	46	60
35	城里町	1	フレイル予防教室	【運営】城里町長寿応援課 地域包括支援センター 【対象】町内在住 65歳以上の方 【内容】町内2か所の会場で口腔・栄養・運動・認知症予防の内容を取り入れた実技や講話。 【回数・時間】1クール8回×2クール 1時間半程度		0			0				0		0	0		
35	城里町	2	スクエアステップ教室	【運営】城里町スクエアステップの会 【対象】町内在住 概ね65歳以上の方 【内容】公民館や各地区の集落センターなど計13か所でスクエアステップを実施 【回数・時間】各教室月1回 2時間					0									
36	東海村	1	認知症予防教室 「脳もからだも笑顔 に!」	【運営】北部地域包括支援センター(委託) 【対象】65歳以上の住民 【内容】認知機能低下の予防を目的とした,理学療法士や管理栄養士,看護師,歯科衛生士,健康運動指導士等による講座、脳トレ、体操などを取り入れた教室 【回数・時間】年7回 1時間30分/回						0			0	0	0		0	0
36	東海村	2	認知症予防教室「脳いきいき教室」	【運営】南部地域包括支援センター(委託) 【対象】65歳以上の住民 【内容】認知機能低下の予防を目的とした、リハビリテーション専門職(作業療法士や言語聴覚士)や看護師による講座、脳トレ、体操などを取り入れた教室 【回数・時間】3コース/年 全3回/コース 1時間30分/回			0			0	0		0	0	0		0	
36	東海村	3	短期集中型通所サービス「なごみチャレンジスクール」	【運営】(委託) 【対象】要支援1・2の方,事業対象者 【内容】講師:理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士、歯科衛生士による講話や実技指導 【回数・時間】年2コース(週1回 2時間 約4か月)						0			0	0	0	0		0
37	大子町	1	元気アップ教室	【運営】地域包括支援センター 【対象】おおむね65歳以上の町民 【内容】運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上、認知症予防の複合型介護予防教室 【回数・時間】24回、9時30分~11時30分	0								0	0	0	0		
37	大子町	2	いきいきヘルス体操教室	【運営】シルバーリハビリ体操指導士会 【対象】一般町民 【内容】シルバーリハビリ体操 【回数・時間】毎週木曜・午後1時30分~午後2時30分														0

					事業内容(事業の中で取り入れているプログラム等)								等)					
Ī	市町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル 21	がし ムフト 6	音楽療法 8	芸術療法 1	ス テ ク ツ エ プ ア ス	コグニサイズ 20	シナプソロ 35	ファイブコグ	筋 トレ 49	の運動	理実習 第 32	き講話	レ ショ ソエ ー 46	の他
37	大子町	3	元気パワーアップ教室	【運営】地域包括支援センター 【対象】事業対象者及・要支援1の認定かつサービス未利用者 【内容】運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上、認知症予防の複合型介護予防教室 【回数・時間】12回、9時30分~11時30分									0	0	0	0		
38	美浦村	2	ますます元気教室	【運営】健康増進課 【対象】村内在住の65歳以上の方 【内容】フレイル予防の1つとして、認知症予防をテーマにした回を設けた複合的な教室 【回数・時間】全7回×2コース、10:00~11:30	0								0		0	0		
39	阿見町	1	転倒・認知症予防教室	【運営】茨城県立医療大学に委託 【対象】町内在住の65歳以上(定員に満たない場合は、過去受講者や参加可能な身体状況の要介護認定者も申し込み可) 【内容】①介護予防・認知症予防に関する講話②自宅でできる介護予防プログラム③茨城県立医療大学の学生と楽しむ介護予防プログラム 【回数・時間】年間2クール開催(全12回講座/1クール) 講座時間:1時間45分/回								0	0				0	0
39	阿見町	1	認知症講演会	【運営】茨城県立医療大学連携事業 【対象】どなたでも 【内容】①認知症に関する講話②町の認知症に関する事業紹介【回数・時間】1回 1時間30分														0
40	河内町	1	脳と体いきいき教室	【運営】河内町 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】シナプソロジーを取り入れた脳と体に働きかける教室 【回数・時間】3か所で月に1回ずつ							0			0				
40	河内町	2	元気アップ講座	【運営】河内町 【対象】65歳以上の高齢者 【内容】健康講話(フレイル対策等)、運動、手芸等 【回数・時間】1回1時間程度。随時							0				0		0	
41	八千代町	1	にこにこ運動教室	【運営】病院委託 【対象】事業対象者と要支援認定者 【内容】運動・栄養・口腔・認知症予防の講話と実技 (健康運動指導士と管理栄養士) 【回数・時間】週1回6か月間 1回2時間							0		0	0	0	0	0	

						事業	内容	(事業	美の中	で取	り入れ	ってし	ゝるプ	゚ログ	ラム	等)	
F	万町村名		事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	がームフト		法	ェ + ・ア イ ス ス	* - ジ - I	フロ ロ グ		指の運動	理実習光養講話・調	き講話	ョ リ ン エ I	の他
					21	6	8	1	14 2	0 3	5 7	49	43	32	29	46	60
41	八千代町	2	元気はつらつ健康塾	【運営】健康づくり企業委託 【対象】一般高齢者 【内容】運動と認知症予防の講話と実技 【回数・時間】週1回4カ月間程度・1回あたり1時間半						C		0	0			0	
41	八千代町	3	男の認知力・筋力アップ講座	【運営】地域包括支援センター 【対象】65~75歳の男性または夫婦 【内容】閉じこもり予防の意識付けから認知症予防と筋力アップ 【回数・時間】週1回2カ月間		0						0					
42	五霞町	1	元気はつらつ倶楽部	【運営】地域包括支援センター 【対象】65歳以上の住民 【内容】介護予防体操 1 行政区20回(15行政区あり) 【回数・時間】1回2時間												0	0
42	五霞町	2	楽笑スクール	【運営】地域包括支援センター 【対象】65歳以上の住民 【内容】複合型の教室 【回数・時間】1回1時間半 1クール4回を2回実施										0	0	0	0
43	境町	1	脳と体の元気教室	【運営】境町 【対象】境町在住の65歳以上の方 【内容】脳を活発にするシナプソロジー及び体操 【回数・時間】全15回1時間半 ※変更となる場合あり						C)	0					
44	利根町	1	キラリ☆脳トレ倶楽部	【運営】 町 【対象】 基本チェックリスト 認知項目1つ以上 もの忘れの心配があり、改善を希望している 【内容】 音楽療法、運動療法 【回数・時間】 月4回 6か月間 1時間程度			0		0	C		0	0			0	
44	利根町	2	元気アップ事業 虹色ハッピー	【運営】 町 【対象】要支援・事業対象・対象者把握事業で選出 【内容】 運動・音楽・作業療法・アロマセラピーなど実施 【回数・時間】 全12回 8:50~10:20		0	0			C			0	0		0	

認知症予防に資する取り組みについて

			事業内容(事業の中で取り入れているプログラム										ラム等	Ē)
市町村名	事業名	事業概要 (運営機関、事業対象者、事業内容(講師名)、 実施回数・時間等)	脳トレドリル	ケレリソ	音楽療法	ス ク エ ア ス	コグニサイズ	シナプソロ	ファイブコグ	筋トレ	指の運動	理 実 習 栄 養 講 話 ・ 調	歯磨き講話	レクリエー
			21	6	8 1	14	20	35	7	49	43	32	29	46 60
44 利根町	3 もの忘れ予防講座	【運営】 町 【対象】 一般町民 【内容】 認知症予防に関する知識の普及、啓発 【回数・時間】 年3回 未定												0
44 利根町	4 もの忘れ相談	【運営】 町 【対象】 もの忘れについて心配のある方 【内容】 個別相談、認知機能検査、介護予防事業・医療機関の紹介 【回数・時間】 年12回 午前11~正午												0