

特集関連レポート

公文の学習療法理論を取り入れた認知症予防

玉島信用金庫の

頭をきたえる「はつらつ健康教室」

最新研究に基づいた学習を活用し
お客様の認知症予防につなげる

2 025年には高齢者の5人に1人が認知症になる——このような政府の発表もあってか、高齢者の認知症は社会問題となっている。そんな中、地域のお客様の認知症予防に向けた取組みを進めているのが、



岡山県倉敷市に本店を置く玉島信用金庫だ。公文教育研究会（公文）と連携し、週1回「頭をきたえる『はつらつ健康教室』（商標登録は「脳の健康教室」）を開催している。「脳の健康教室」自体は、公文が様々な団体と契約のうえ開催しているが、金融機関が公文と連携してこのような教室を開講するのは、玉島信用金庫が初めて。以下、その取組みをご紹介します。

社会課題を解決する一環として開講

や計算を行ったり、レクリエーションを楽しんだりする。学習や会話を通して認知症の予防につなげてもらう——これこそが玉島信用金庫が開催する「頭をきたえる『はつらつ健康教室』」である。

これまで金融機関の高齢者向けサービスといえば、成年後見制度の案内や、相続・事業承継支援などが大半であった。もちろん玉島信用金庫もそうしたサービスを手がけているが、はつらつ健康教室は従来のサービスとは異なり認知症の「予防」に主眼を置く。

大ヒットしたゲーム「脳を鍛える大人のDSトレーニング」でもおなじみ東北大学の川島隆

太教授らと公文が共同開発した「脳の健康教室」を、「頭をきたえる『はつらつ健康教室』」という名称で開講しているのだ。その経緯について、宅和博彦理事長は次のように話してくれた。

「当金庫は2018年4月に、提供価値の創造と経営土台の再構築を柱とする長期（10年）経営ビジョンを作成、この中で協同組織金融機関としての原点回帰を標榜し、社会課題の解決、すなわちお客様の困りごとに寄り添う取組みを強化しています。その活動を進める中で実感したのが、地域のお客様にとって認知症は非常に関心が高い話題であるということです。そのような問題意識を感じていたときに、公文さんと一緒に認知症予防セミナーを倉敷市で開催。私が実際に話を聞いて感銘を受け、その場で提携を申し入れました。公文さんと一緒に約半年間の準備を行ったうえで、19年

10月から「はつらつ健康教室」を開講する運びとなったのです」

やさしい問題のほつが脳は活性化

では、認知症予防につながるはつらつ健康教室とは一体どんなプログラムなのか、以下、学習の流れを見ていこう。

①入室

はつらつ健康教室に参加する受講者は毎週木曜日、決まった時間に玉島信用金庫本店の会場に入室する。

②懇談コーナーでひと休み

学習時間になるまで、受講者同士で懇談を楽しむ時間が設けられている。

③学習（約30分程度）

学習時間になれば、受講者は懇談コーナーから席を移動して学習に入る。学習は教室サポート1名に対し、受講者2名の1対2の形で行われる。受講者は、公文の「読み書き



学習の前には懇談コーナーでひと休み。リラックスした状態で学習へ



学習の前には懇談コーナーでひと休み。リラックスした状態で学習へ



学習では30分程度かけて「計算教材」「読み書き教材」を解いて、すうじ盤を並べる

