

「認知症」の予防に向けて

《国際技能・技術振興財団の取組みのご案内》

高齢化が進む日本では、目下、認知症と診断される方が500万人近くにのぼり、また、その可能性のある方(MCI)は、400万人を超えています。各方面での検証や、さまざまな取組みの調査結果として、日常生活の過ごし方、食生活の改善、あるいは適度な運動習慣は、認知症の予防や進行抑制につながる実証されています。

これからは、身近な家族の間や、それぞれの地域内で、高齢者に寄り添い支援する人材の育成と確保を進めて行かなければなりません。わたくし共では、こうした認知症の予防に取り組む方々が必要な知識を学び、実際に役立てて頂くために、次の3つの資格認定制度を展開しております。

●認知症予防支援相談士

認知症の予防についての知識を習得し、家族や地域との連携の下に、高齢者の方々へのよき理解者、支援者として活動する方々を当財団が認定をいたします。

●認知症予防食生活支援指導員

食生活の改善は、生活習慣病の予防に限らず、認知症の予防においても大きな効果をもたらすと、多くの研究や調査によって明らかになっています。

このような知識を習得し、家族や地域との連携の下に、高齢者の方々へ食生活の改善を指導される方々の認定を行っています。現在、その必要性が注目されています。

●認知症予防音楽ケア体操指導員

「音楽ケア体操」による適度な運動は、脳の血流を促し活性化させます。老化防止や認知症予防の効果には最適だと言われています。地域社会や福祉分野において「音楽ケア体操」を普及し、広範囲で活躍の出来る指導員の養成と専門資質の向上を目指します。



「認知症予防支援相談士」資格のおすすめ !!

わたくし共、一般財団法人 国際技能・技術振興財団(略 KGS/東京都港区)が、平成 25 年度から実施している「認知症予防支援相談士」資格認定試験の概要は、以下の通りです。

1. どなたでも受験できます。(実務経験などは問いません)
2. 試験は筆記試験で、主に選択形式です。60 問中 70%以上の正答率が合格の基準となります。
3. 内容は、認知症の基礎知識と、その予防の実務についてです。
認知症予防や、介護保険など国の取組みに関する出題など。
4. 試験対策は、KGS が監修した公式テキスト(参考①)で学習してください。
なお、KGS とは別団体の「キャリア開発センター」では、この公式テキストに基づく「認定試験対策講座」を定期的に行っています。
5. 試験問題は、原則として公式テキストの中から出題されます。
6. 受験料は、6,000円(消費税込)。合格者には、「認知症予防支援相談士」認定証を発行します。認定料:3,000円(消費税込)。
7. 試験開催は、毎年、原則 1 月と 7 月(いずれも第4土曜日)の 2 回行われます。

「認知症予防相談士」資格以外にも、「認知症予防食生活支援指導員」(参考②)及び「認知症予防音楽ケア体操指導員」(参考③)の資格認定も実施しています。これら 3 つの資格取得者は、延べ 2,000 名近くになります。



～認知症予防支援相談士資格試験合格者の声～

「偶然、本屋さんで公式テキストを手にとったところ、分かりやすい本でした。認知症について関心があったので、勉強し資格試験も受けました。認知症予防という観点の勉強で、自分自身に役に立ちますし、家内や近所の人にも適切な相談援助が出来ればと考えています」。

埼玉県 年金生活者 70歳 男性

「新聞の広告で、相談士のことを知り、その講座に参加しました。講師の先生の説明が分かりやすく、自分自身の問題としても考えることが多く、一生懸命勉強しました。お蔭様で1回で合格しました。現在は、地元の老人ホームのボランティアとして、要介護のおばあさん方のおしゃべりやゲームを一緒にしています。認知症予防には、頭と身体を使うことが大切だと思います」。

神奈川県 主婦 62歳 女性

「介護施設で働いています。ネットでたまたま知った「認知症予防支援相談士」に興味を湧き、問合せをして公式テキストを入手して、約3か月勉強し、無事合格しました。職場では、認知症患者の方にどのように寄り添って介護するかが大きな課題となっています。一方、認知症でない方、軽度の認知症の方なども多くいらっしゃいます。これらの方々の認知症予防をサポート出来たら素晴らしいことだと思います」。

千葉県 介護士 37歳 男性

「介護福祉士です。施設長の勧めで受験しました。私の勤務する特別養護老人施設では、キャリアアップの一つとしてこの認知症予防支援相談士資格が認められており、給料が少し上がりました」。

大阪府 介護福祉士 27歳 女性

「会社を65歳で定年退職しましたが、まだまだ元気なので、何か社会に役立つことはないかと考えていたときに、友人からこの資格を教わりました。現役の頃、労務担当だったので社会保険労務士の資格は30代の時に取得しましたが、それ以来の取り組みでした。家内も誘い一緒に受けました。試験はそれほど難しくはありませんでしたが、緊張しました。今回学んだ知識は、家内と一緒に実践して行こうと話しています。地域のボランティア活動でも活かせたらと思っています」。

京都府 元大手金属機械メーカー勤務 66歳 男性

(参考)

① 認知症予防支援相談士

「認知症予防支援相談士試験公式テキスト」定価¥2,400+税
日本能率協会マネジメントセンター、全国書店にてお取扱い中。

② 認知症予防食生活支援指導員

「認知症予防食生活支援指導員試験公式テキスト」定価¥2,200+税
TAC 出版、全国書店にてお取扱い中。

③ 認知症予防音楽ケア体操指導員

当財団が委託する団体(キャリア開発センター)が実施する講座受講が必要となります。

* キャリア開発センターでは、「認定試験対策講座」を各地で開催しています。

詳細は、HP をご覧ください。 <http://www.kgs-shikaku.jp/>



一般財団法人 国際技能・技術振興財団
〒108-0014 東京都港区芝 5-26-20 建築会館 3F
TEL: 03-5443-0411, FAX: 03-5443-0412
財団 HP <http://www.kgs-jp.com/>
お問い合わせ info@kgs-jp.com