

健康・介護教室を  
オンラインで受講！

認知症  
コース

認知症を正しく理解するために

# 認知症フレンドリー講座

無料

インターネットの  
接続費用は  
自己負担と  
なります。

認知症を「自分事」として、  
認知症の人の思いを知る



朝日新聞社フレンドリープロジェクト



認知症フレンドリー講座

## 講座のポイント

### 認知症を正しく理解するために

超高齢化が進むなか、認知症になっても本人の尊厳が守られ、住み慣れた街で今まで通り安心して暮らしていける社会づくりが求められています。一方で、認知症を「自分事」として考えるきっかけとするために、認知症の人のインタビューを通してその思いや不安を知り、認知症の人の気持ちを理解することで、ともに暮らすあり方を考えてもらいます。

### 講座プログラムの特徴

- 認知症治療の専門医が監修
- 認知症の人が体験や思いを語るインタビューを収録
- 専門医（朝田隆医師）が認知症をわかりやすく解説

### 【講師】坂田 一裕 氏

1993年、朝日新聞社入社。週刊朝日編集部、朝日新聞静岡総局で記者・編集者を経て、新規事業を担当するメディアラボ、総合プロデュース本部で健康医療領域の事業創出を担当。近年は「認知症」をテーマに取り組み、創刊140周年記念事業の「認知症フレンドリープロジェクト」提案メンバー。

### 【講師】リー 寿美子 氏

1989年、全日空(ANA)客室乗務員として入社。国際線チーフパーサー、ファーストクラス訓練教官として従事。その後、介護と子育てのダブルケアを経験、介護歴は16年を超え、現在は介護離職を防ぐキャリア支援の専門家として活動。「介護離職しない、させない、介護しながらイキイキ働ける社会づくり」を目指している。

### 【解説】朝田 隆 氏（東京医科歯科大学客員教授）

認知症治療の第一人者が、認知症とはどんな病気なのかをテーマごとに詳しく解説します。

伊藤忠連合健康保険組合

## ■「認知症」コース オンライン型 カリキュラム

	項目	内容
カリキュラム	導入 認知症のイメージとは ミニムービー（前半）  数字で把握してみよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症を数字で把握してみる</li> <li>・日本における認知症の高齢者人口の将来推計</li> </ul>
	認知症の定義	<ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症の定義とは</li> <li>・63歳で若年性アルツハイマーに（インタビュー）</li> <li>・変化に気づいた人との関係</li> <li>・朝田医師解説「認知症とはどんな病気」</li> <li>・老化による「もの忘れ」と認知症の違い</li> <li>・認知症の原因となる病気の割合</li> <li>・朝田医師解説「アルツハイマー病の特有の症状は」</li> <li>・認知症の人の世界を疑似体験・VR動画の紹介</li> </ul>
	認知症の病理について	<ul style="list-style-type: none"> <li>・脳内で起こっていること</li> <li>・原因物質の変化と蓄積について</li> </ul>
	認知症に備える	<ul style="list-style-type: none"> <li>・年代別リスク分析</li> <li>・生活習慣の改善がリスク低減に</li> </ul>
	本人と向き合う	「39歳でアルツハイマー型認知症と診断」（インタビュー）
	withコロナ時代の認知症と介護 ミニムービー（後半）	・朝田医師解説「withコロナ時代の認知症と介護」
	■ 認知症を正しく理解するために	

応募要項	[申込対象]	被保険者及びその家族
	[申込方法]	オンライン講座は、1名のお申し込みで同居されているご家族の皆様ご覧いただけます。 【個人情報利用にあたっての同意について】をご確認のうえ、当組合ホームページ「介護・健康教室」よりお申込みください。  お申込先URLはこちら↓ <a href="https://ssl.kenpo-net.jp/itcrengo/mail/app/top/contact/kaigo">https://ssl.kenpo-net.jp/itcrengo/mail/app/top/contact/kaigo</a>
	[申込期限]	2025年2月28日（金）まで
	[申込・問合せ]	お申し込み後、動画視聴URL、ID・パスワード、教材一式を教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団よりご連絡致します。  伊藤忠連合健康保険組合 保健事業課 住所：〒103-8427 東京都中央区日本橋小伝馬町15-14 TEL：03-3662-9953 FAX：03-3662-9955

尚、動画視聴時のインターネット通信料は自己負担です。データが大容量となりますので、従量制のデータ通信プランでご覧いただきますと高額な通信料がかかることがあります。視聴の際は、容量無制限の高速インターネット環境でご利用ください。

【個人情報利用にあたっての同意について】 介護・健康教室への申込時に入力された個人情報は、本教室の実施、及び効果検証のための関係資料の作成を目的として健康保険組合及び教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団が共同利用します。また、加入事業所と健康保険組合が双方の健康管理事業の効率化及び充実化を図るとともに、双方の健康増進施策の企画、実施、及び効果検証を行うことを目的とした「コラボヘルスの覚書」を締結する事業所に属する参加者においては、本講座の参加状況を事業所と共有し、事業所より参加勧奨や継続フォローを行います。これらの目的以外で第三者に提供することはありません。以上につき同意をいただいた上でお申込みください。