

介護・健康教室で
オンライン講座を開始！

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。

シチズン健康保険組合

	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	・認知症を数字で把握してみる ・日本における認知症の高齢者人口の将来推計
	認知症の定義	・認知症の定義とは ・63歳で若年性アルツハイマーに（インタビュー） ・変化に気づいた人との関係 ・朝田医師解説「認知症とはどんな病気」 ・老化による「もの忘れ」と認知症の違い ・認知症の原因となる病気の割合 ・朝田医師解説「アルツハイマー病の特有の症状は」 ・認知症の人の世界を疑似体験・VR動画の紹介
	認知症の病理について	・脳内で起こっていること ・原因物質の変化と蓄積について
	認知症に備える	・年代別リスク分析 ・生活習慣の改善がリスク低減に
	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」

応募要項	[申込対象]	シチズン健康保険組合加入者(被保険者及び被扶養者) 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。
	[申込方法]	下記の参加申込書に必要事項を記入の上、社内便またはFAX、郵送で下記あて先までお申し込みください。お申し込み後、動画視聴に必要なアドレス・ID・パスワード等を健保経由でお送りいたします。
	[申込・問合せ]	シチズン健康保険組合 住所：〒188-8511 東京都西東京市田無町6-1-12 TEL：042-468-4521（内線：799-28201） FAX：042-468-4653

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けますと、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。

<切り取り線>

オンライン版 介護・健康教室 申込書：「認知症フレンドリー講座」

被保険者氏名		性別	男・女	年齢	歳
保険証記号	被保険者番号	会社・事業所名			
(フリガナ) 参加者氏名		性別	男・女	年齢	歳
		被保険者との続柄			
参加者住所	〒 -		電話	()	

【個人情報の取り扱い】 参加申込書に記載された個人情報は、本教室運営における以下の目的のために使用します。

1. 参加確認および参加決定通知をするため。
2. 参加者名簿および教室で使用するため。
3. 講師の指導ポイントを明確にし、効果を高めるため。
4. その他、「教室」運営を円滑にするため。

また、この情報は教室の運営団体である（公財）総合健康推進財団に提供します。

シチズン健康保険組合