

運動と脳トレ

以外に

OTがやっている

重要な事とは？

まず、脳と生活動作の専門家であるOTは、

- ① 高齢者の**会話の内容や動作から**、保たれている or 低下している「**記憶や注意機能**」を**観察・評価**します。
- ② 観察の結果から**環境を工夫**して安全に暮らせる**アドバイス**を行います。

※「注意してください」はあてにならないアドバイスのため。

- ③ 現場では**専門的な「関わり方」**をして高齢者の**認知機能を自然と引き出**します。

# 例えば、



ガスの火を消し忘れる方は、話し方や動き方から「**分配性注意**」という機能の低下を疑うので、

部屋の**整理整頓のアドバイス**をします。  
一度に多くの視覚情報が入って**同時に考え事を行なわないようにする為**です。



そして現場では**運動しながら質問を投げ掛けること**で、**動きながら考え事をする「分配性注意」**を鍛えていきます。



つまり、現場では高齢者に対して

- ① 認知機能を「知る」。
- ② 環境を「工夫する」。
- ③ 自分と「関わる」ことで  
認知機能を引き出す。

3つのことを運動と脳トレ以外に大切にしています！

この3つの手順が身について  
くると、健康教室でたまたに参加者  
や担当者の方からくる専門的な質  
問に根拠を持って答えれるので、  
大変喜ばれます。

今お話した内容は現場OT経験20年  
の中で整理してきたモノです。

そこで自分自身の知識のまとめと、  
現場で働く方が運動や脳トレ以外の  
専門知識をアドバイスできるようにと  
思って、こんなものを作ってみました。

**現場20年**で得た内容を  
全てまとめて**3つの手順**で  
お話ししています。

【動画セミナー】

専門知識が

とにかくわかりやすい！

高齢者の記憶と注意機能を

現場で引き出す

**3つの手順**



# 【この動画を見ていただくと...】

高齢者に

運動以外のアドバイスも根拠をもって伝えられる。



参加者・担当者から

今以上に信頼でき頼れる運動指導者と見られる。



仕事の依頼が増える！



現場の役に立てる充実感から

仕事をもっと楽しくなる！

と思っています！笑



# 動画の内容:STEP1「知る」

ステップ1では高齢者のアプローチに必要な、

「記憶と注意機能」の知識についておさえていきます。

## 【目次】

- 簡単な人の脳の仕組みについて。(1分40秒～)
- 記憶の種類について。(7分13秒～)
- アルツハイマー型認知症の進行の流れについて。(13分33秒～)
- 注意機能の種類について。(19分40秒～)
- 記憶や注意機能の低下によって起きるミスや事故。(31分27秒～)
- 高齢者の自動車運転事故の要因。(34分40秒～)

# 動画の内容:STEP2「工夫する」

ステップ2ではステップ1の知識を元に、高齢者の安全な生活に必要な「環境の工夫」と「動作の工夫」の方法についておさえていきます。

## 【目次】

- ステップ1のまとめと「工夫するポイント！」（1分00秒～）
- 虚弱な高齢者の方が安全に生活できるための工夫。  
（5分24秒～）
- 自宅で物忘れや忘れ物を減らす工夫。（17分16秒～）
- 自宅でミスや事故を減らし安全に生活する工夫。（27分00秒～）
- 緊急時、災害発生時に対応できる工夫。（30分00秒～）
- 高齢者の自動車運転事故防止の工夫。（31分25秒～）

# 動画の内容:STEP3「関わり方」

ステップ3では今すぐ簡単に実践できる、**高齢者の認知機能を自然と引き出す「関わり方」**についておさえていきます。ベテランスタッフでも出来ていることが少ない項目ですが、新入スタッフでもすぐに実践できる内容です。

## 【目次】

- 高齢者の脳活動量を自然と上げる関わり方。（1分50秒～）
- 高齢者の意識と注意を自然と広げる関わり方。（22分00秒～）
- 関わり方における注意点。（53分42秒～）

※この動画は2019年に作成した動画です。  
現在は感染対策を行なって実践してください。

この動画は昨年4月にも公開したのですが、受講者の方より、このような感想をいただいております。

- 教室の進め方のヒントになりました！
  - 専門用語を最小限にとどめ、わかりやすい例を使っての解説だった。
  - 男女グループエクササイズの配置、言葉掛けなどがわかった。
  - 健康体操でのなぜ運動するのかという導入部分、参考になりました。
  - 新人職員への伝え方、教え方に対して参考になります。
  - 参加者のモチベーションを高める説明に盛り込める。
  - 認知機能低下によるミスや事故のパートは参加者へのベネフィットを伝える際に生かされそうです。
- などなど！

# 受講者満足度

《動画の内容について満足度は？》

• 満足度：**95.2%**

《現場の役に立ちましたか？》

• 役に立った：**95.2%**

《わかりやすかったですか？》

• わかりやすかった：**97.6%**

- ・**新年度から1か月**のタイミング。
- ・コロナで活動制限の**自宅時間を有効活用**。

ということもあり、この動画が皆さまのお役に立てればと思います。

ご視聴方法ですが・・・

【動画視聴可能期間】 1か月間見放題

2021年4月29日（木）～5月31日（土）

※ 期間中はスマホ・タブレット・パソコンで何度でもご視聴いただけます。

【受講料】

★新年度期間限定

通常¥~~4980~~（税込）⇒¥1980（60% off!）

※銀行振り込み、クレジット払いをお選びいただけます。

【お申し込み先】 ※切：令和2年4月9日（木）

このメール内あります。

# しかも、受講期間限定プレゼント付き！

《プレゼント①》受講者全員

動画のスライドをPDFで全てプレゼント！

《プレゼント②》先着30名

現場で大活躍！！

Amazonで発売中の書籍を

PDFにしてプレゼント！

コロナ生活に役立つ！  
くすくす笑えて感情を刺激する！

厳選した  
計18個  
を紹介！

早口言葉  
18

作業療法士  
恒松  
伴典

延べ1万人以上参加する教室の人気コンテンツ！

コロナ禍で低下した  
「感情の動き」  
「表情の動き」  
に楽しくアプローチ！

大好評  
第3弾！



まとめると、

- ① 高齢者に関わる方の**バイブル動画**。
- ② 通常価格より**期間限定60%off**。
- ③ お申込みで受講者全員に**スライドのPDFと、先着30名に現場で大活躍する販売中の書籍「早口言葉18」をプレゼント**。

**お申し込みはこのメール内より。**

専門知識が  
とにかくわかりやすい！  
高齢者の 記憶と注意機能を  
現場で引き出す  
3つの手順

【動画配信期間】

2021年5月1日  
～5月31日



高齢者支援の  
バイブル！

皆様のお役に立てる動画となれば嬉しいです！  
最後まで読んでいただきありがとうございます！

## 【講師プロフィール】

### 恒松 伴典（ツネマツ トモノリ）

conditioning studio VIVALUCK!代表

作業療法士

シナプソロジーアドバンス教育トレーナー



- 医療機関、介護通所・訪問事業所の管理者を経て地域での介護・認知症予防教室を行政との連携のもと年間約100講座実施。
- 高齢者の認知機能に関するセミナー、講座を年間80講座ほど実施中。
- 毎日、健康教室を「デイサービス、デイケア、小規模多機能、グループホーム、高齢者入居施設、地域の公民館」で実施中。（年間300日弱）