

【シナプソロジーインストラクター資格更新研修】

現場でどちらに合わせる？

「認知機能が高い人or低い人」

「参加意欲が高い人or低い人」

誰もが楽しめる『場』の工夫の

根拠を解説します！

シナプソロジー
アドバンス教育トレーナー
作業療法士
恒松 伴典



自己紹介

恒松 伴典（つねまつ とものり）

- シナプソロジーアドバンス教育トレーナー
- 作業療法士
- 医療・介護事業所に20年以上従事

元デイサービス管理者

元訪問リハビリテーション管理者

現在は福岡県久留米市で行政と介護予防認知機能低下
予防教室を実施。デイサービスでシナプソロジーを
実施。高齢者に関わる専門職の方への研修を年間
約50登壇実施。



恒松伴典公式HP

現場でよくある例

- 耳が遠い、目が悪い方へ上手く伝わらない。

注意の範囲が狭い方はこちらに意識が向いていない。

- 麻痺、変形、拘縮などによりその動作ができない。
- ルールが複雑で理解できない。

ルールは理解できるが途中で忘れる。

- こちらを見ているが参加しない。参加したくない。

などなど

誰もが楽しめる

『場』の工夫

とは？

モディフィケーション

モディフィケーションとは？

部分的な修正・変更。

出典：コトバンク

身体機能・認知機能レベルの多様性に対し
全ての方がシナプソロジーを楽しめるよう。

※「全ての方の健康づくりを支援したい！」
その思いから2011年11月シナプソロジー普及会が誕生

現在、あなたが現場でシナプソロジーを
行なっていても行えていなくても活用できる考え方。

本研修の目的

モディフィケーションを、
細かく **4つ** に分けて基本動作を考えてみる。

- ① **環境**への工夫。
- ② **身体機能**への工夫。
- ③ **認知機能**への工夫。
- ④ **参加意欲**に対する工夫。

どんな工夫ができますか？

① 環境への工夫。

- A. 耳が遠い方へ上手く伝わらない。
- B. 目が悪い方へ上手く伝わらない。
- C. 注意の範囲が狭い方はこちらに意識が向いていない。

～気づきメモ～

注意が向けられる 世界

現場で、
このような方は
いらっしゃいませんか？



成長により注意は内界から外界へ



身体部位の認知



ボディイメージ



周囲への興味



自己中心的な発信



対人交流



小グループ交流



集団交流



環境の把握

元気度と気づける世界の広さの目安

低い

身体・認知耐久力

高い

狭い

対応できる世界

広い

- 自分の体の一部の事だけ
- 自分の体の事だけ
- 自分の体に接している物
- 自分の手が届く範囲の物
- 隣の人へ（一方通行）
- 隣の人と交流
- 小グループで交流
- 集団で交流や協力
- 今いる環境の把握
- 関係する社会の把握

ベッド

車椅子

歩行器

杖

車

要介5

要介4

要介3~1

要支
1・2

自立

参加者が認識できる 注意の範囲

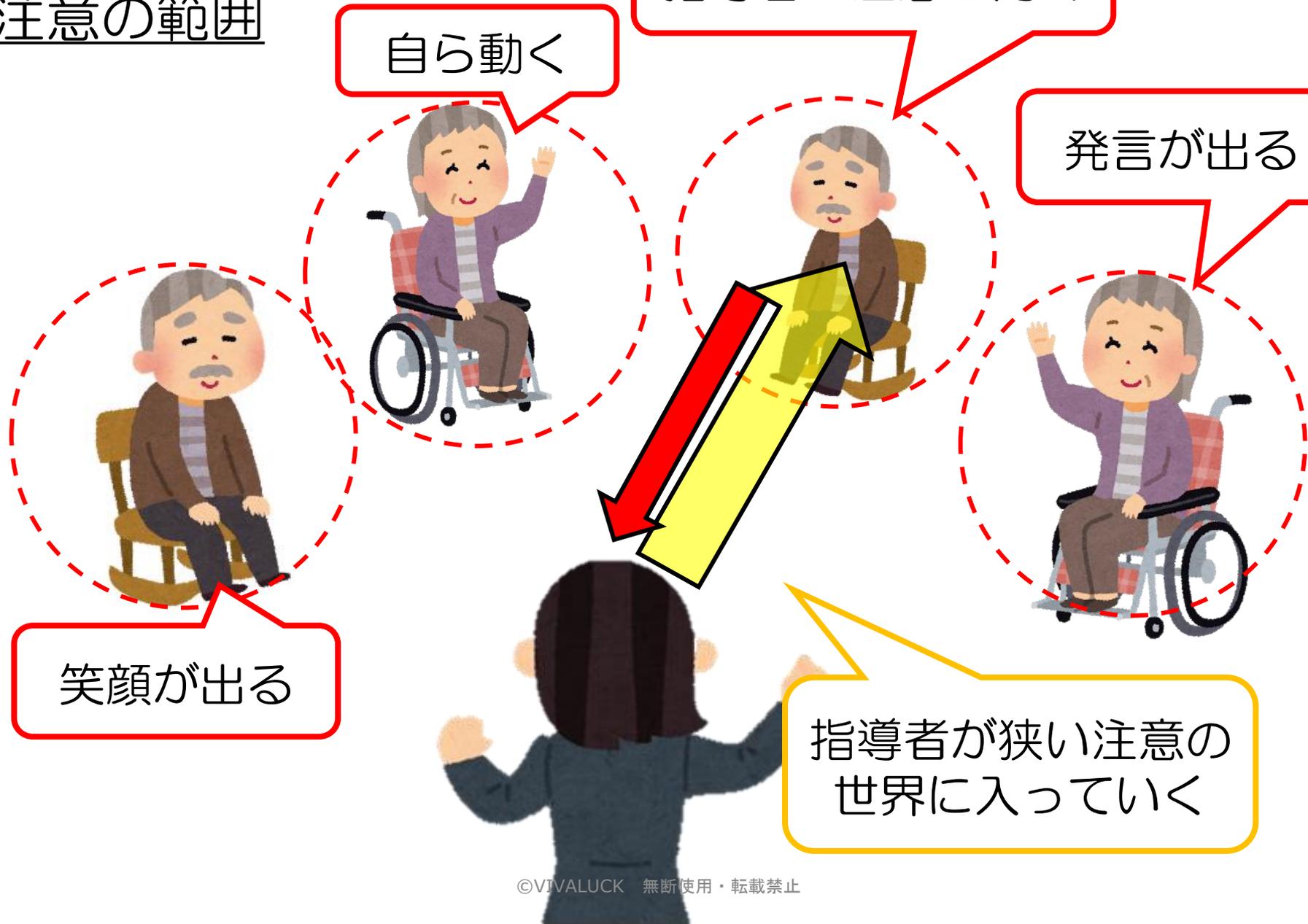
自ら動く

指導者に注意が向く

発言が出る

笑顔が出る

指導者が狭い注意の
世界に入っていく



道具を使った指示

書いた紙で指示をする



『相違じゃんけん』

どんな工夫ができますか？

② 身体機能への工夫。

- 麻痺、変形、拘縮などによりその動作ができない。

～気づきメモ～



生活動作に直結！



『片手3動作』

【基本動作】

指導者：1・2・3と指示。

参加者：1：「1」と言いながら片手で
首の後ろあたりを触る。

2：「2」と言いながら片手で
腰の後ろあたりを触る。

3：「3」と言いながら片手で
かかとを触る。

【スパイスアップ①】

指導者：指示は変わらない。

参加者：動作は変わらず発声が変わる。

1：「あたま」

2：「腰」

3：「かかと」

【スパイスアップ②】

指導者：指示は変わらない。

参加者：動作は変わらず発声が変わる。

1：「ヘッド」

2：「ウエスト」

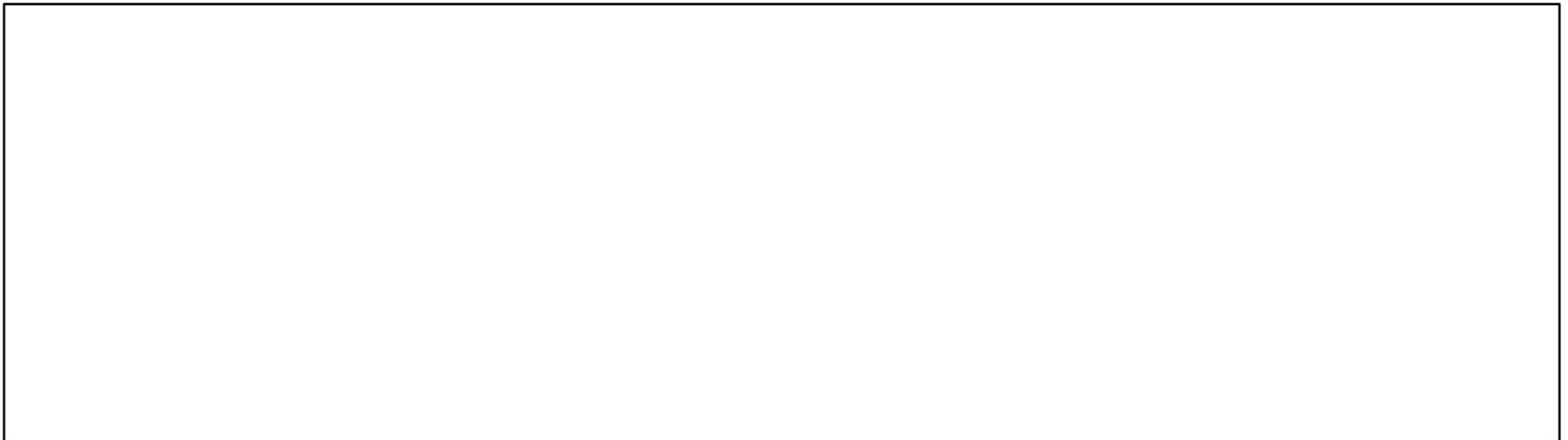
3：「ヒール」

どんな工夫ができますか？

③ 認知機能への工夫。

- ルールが複雑で理解できない。
ルールは理解できるが途中で忘れる。

～気づきメモ～



MMSEとシナプソロジーエクササイズの選び方

N : 27~30点。⇒ どのようなエクササイズでもOK。グループもOK。
生活に支障なし。年相応の物忘れ。

A : 23~26点。⇒ 二十課題。3動作より4動作。SU2つまで。
生活に支障が出始める。忘れ物が多い。同時作業が難しい。

B : 15~22点。⇒ 単純な動き。季節に関連。3動作。SU1つまで。
生活に支障あり。日付が分からない。
場所は分かることが多い。新しいことを覚えることが難しい。

C : 10~14点。⇒ なじみの動き。2動作。SU1つ~0。
生活に見守りが必要。今いる場所が分からないことがある。
馴染みの動作や生活習慣は可能。

D : 0~9点。⇒ なじみの動き。SU1つ。集中を促す関り。都度説明。
生活に介助が必要。集中力の維持も難しい。
自分で考えて理解して行動することが難しい。

特に工夫が必要

スパイスアップは感情への刺激！



『相違じゃんけん』

【基本動作】

指導者：手でじゃんけんを出す。

参加者：指導者が出したものに対して同じもの（あいこ）を、声に出しながら出す。

※モディフィケーションとして
視覚・聴覚の低下の方がいる場合には
指導者は「グー」など言いながら手でじゃん
けんを出しても可。（シナプソロジー研究所より）

【スパイスアップ①】

指導者：指示は変わらない。都度ルール説明。

参加者：勝つものを声に出しながら出す。

【スパイスアップ②】

指導者：指示は変わらない。都度ルール説明。

参加者：負けるものを声に出しながら出す。

【スパイスアップ③】

指導者：指示は変わらない。都度ルール説明。

参加者：勝つものを出し、言い方変わる。

明るく「パー！」

優しく「ちょき♡」

渋く「グー…」

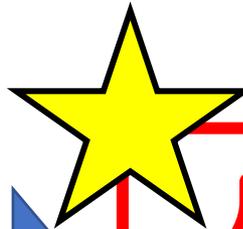
2つに『動機づけ』！

間違えた
考えてる



目に見える
動機づけ

楽しい
嬉しい
悔しい



感情への
動機づけ

全ての対象者に対して必要！
コロナ禍生活で感情の動きが少ない！

どんな工夫ができますか？（チャット）

④ 参加意欲に対する工夫。

- ・こちらを見ているが参加しない。参加したくない。

～気づきメモ～

リズム・歌を使い思わず参加してしまう



『幸せなら手を叩こう』

【基本動作】

指導者：「幸せなら手を叩こう」と指示。

参加者：手で机（その他）を叩きながら
「ハイハイ」という。

指導者：「幸せなら足ならそう」と指示。

参加者：「ホイホイ」と言いながら足ふみ。

【スパイスアップ】

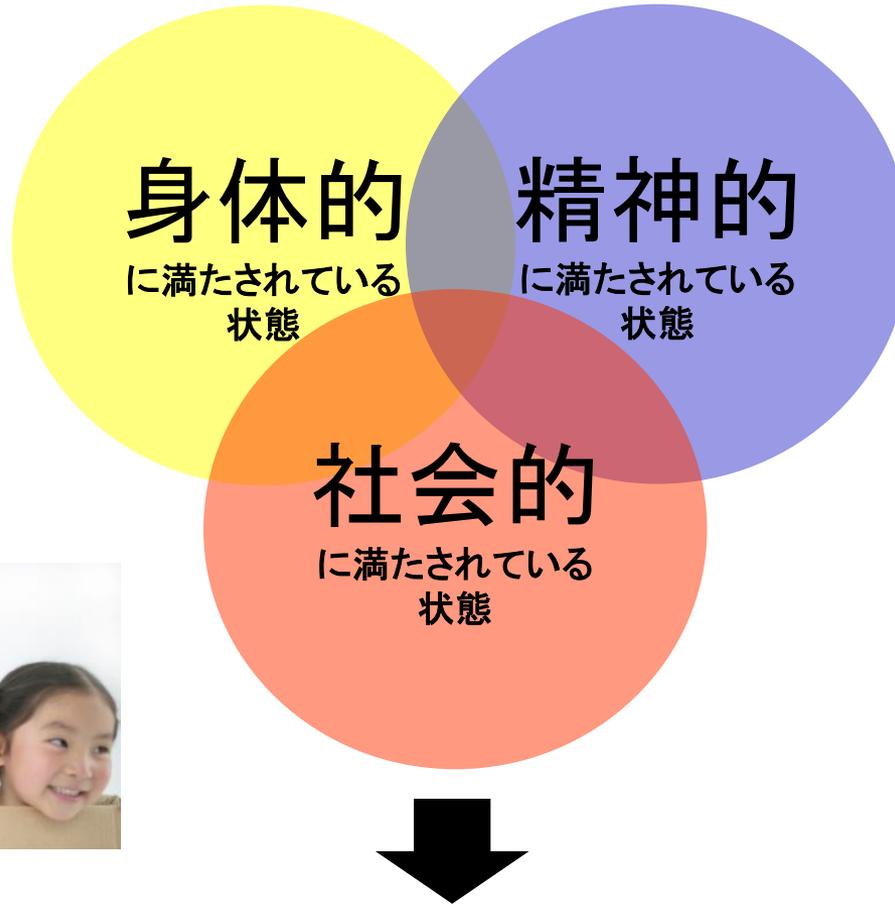
指導者：「幸せなら手を叩こう」と指示。

参加者：手で机（その他）を叩きながら
「良かよ！」（方言）を言う。

指導者：「幸せなら足ならそう」と指示。

参加者：「がまだす」と言いながら足ふみ。

求められている健康とは？



それを実現できるのが、シナプソロジーです！

WHO(世界保健機関)では、健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく身体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあることをいいます。(日本WHO協会訳)

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



**3本の動画が
見放題！**

**割引申し込み
今月いっぱいまで！！**
10/31(日)まで

【受講料】

通常 ~~¥5,980~~ (税込)

★本日受講者限定価格

⇒ **¥2,980**

(50% off!)

※資料PDF付き

お申込みURL及び QRコード



<https://vivaluck-nouching.com/koureisya3step/>

11月27日
SUN

ぬ祭り

恒松
伴典



無料
セミナー

実証済み！
お客様が増える『三種の神器』
～シナプソロジー®をする前に整理すべき基本の『き』～
10:00～10:45

沼口
奈美子



資格更新
対象セミナー

シニアの気持ちと行動を前向きにしたい！と思った時、
教育トレーナーが実践しているシニアへの伝え方
11:00～12:30 ￥4,950(税込)

袴田
雅江



シナプソロジー®オリジナルエクササイズ祭り
～現場でそのまま使えるエクササイズシート付～
13:15～14:00 ￥3,850(税込)

西尾
幸枝



3つの鉄板エクササイズで盛り上がる基本の『き』
～エクササイズの質を上げるポイント～
14:15～15:00 ￥3,850(税込)

全ての講座が ￥12,650→￥10,000(税込)で受講できるお得な1日券を販売中

詳細は、
シナプソロジー®研究所HPを
ご覧ください

セミナー・イベント一覧



11月27日(日)

10:00～

① お客様が増える「三種の神器」

恒松 伴典

② 教育トレーナーが実践してる

シニアの気持ちと行動の動かし方

沼口 奈美子

③ シナプソロジー®エクササイズ祭り

現場で使えるシート付

袴田 雅江

④ 3つの鉄板エクササイズで

盛り上げるポイント

西尾 幸枝