

## シナプソロジーで楽しみながら 脳の活性化を目指して！

デイサービス福聚  
相談員 橋本 弘美  
介護士 松尾 麻里子

1

## デイサービス福聚



- 昭和59年4月1日に特別養護老人ホーム福聚荘が開設。その6年後の平成2年3月1日にデイサービス福聚が開設されました。
- 定員30名で元気よく楽しんで通えるデイサービスを目指し利用者様が楽しみながら参加し生活全体潤いや活力希望を持てるように支援しています。
- 茶色を基調とした開放感溢れる落ち着いたホールです。

2

## 研究の目的

利用者様と関わるなかで認知機能の低下を実感する機会が多く、家族の苦悩や本人の不安を耳にする事が多くなりました。そこで、間違えることを良しとした楽しく出来るシナプソロジーを取り入れて、認知機能の回復が出来ないかと考えました。

SNSで日本認知症リハビリテーション協会と出逢い、脳機能のどこにダメージがあるのかを調べ、取り組む方法を参考に、認知機能の向上を目指す研究をすることにしました。



3

## シナプソロジーとは

- シナプソロジーとは、『二つの事を同時に行う』や『左右で違う動きをする』など、普段慣れない動きによって脳の活性化を図るプログラムの事です。
- 効果…認知機能低下予防や記憶機能、注意機能、実行機能、言語流暢性向上の可能性が期待できる。また、脳機能の改善に加えて爽快感の向上や疲労・抑うつ感が低下するなど心理面においても効果が期待できる。

4

## 研究実践方法

- ①特定の利用者様2名を決め情報収集と脳機能の状態を検査する。
- ②脳機能低下別プリントに取り組んでもらう。
- ③シナプソロジーを日常のレクに取り入れる。  
朝レク20分 × タレク10分 1日トータル計30分
- ④レクでの様子を評価表に記入していく。  
・デイ全体で行う為職員間で以下の事を共有していく  
→研究の目的、実践内容、シナプソロジーや認知症への理解、脳機能の理解等
- ⑤月1回脳のアセスメントを行う。  
・脳機能別アプローチプリントを行い点数による評価。・長谷川式を行い認知機能の評価。
- ⑥3か月毎アセスメントを行う。  
・シナプソロジーの評価表の変化を分析。・脳の機能低下部位の評価

5

## ①特定の利用者情報

- ・A様 ・女性・76歳
- ・要介護3・長谷川式…5点

### 病歴

骨折を機に意欲低下、同じことを何度も聞くようになり、徐々に物忘れを繰り返して認知症と診断される

### デイサービスでの様子

当初は塗り絵の色使いが綺麗だったが、現在は一色でしか塗らなくなってしまった。レクを行っていても理解力や集中力が低下。

- ・B様 ・女性・76歳
- ・要介護2・長谷川式…14点

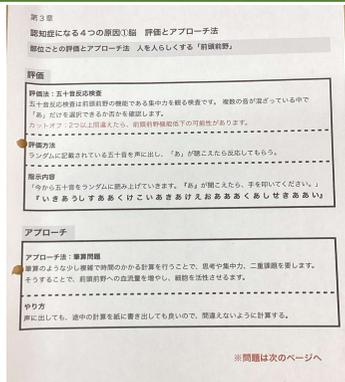
**病歴**…子宮全摘、胃を全摘。直前の事を思い出せず曖昧で、タンスの引き出しやバックを何度も開けたり閉めたりし、部屋の中を行ったり来たり繰り返し、徐々に物忘れも進行しアルツハイマー型認知症と診断される。

### デイサービスでの様子

以前はレクにも積極的に参加したり、塗り絵も行っていました。現在はテーブルに伏せていることが多く意欲低下が見られる。

6

## 脳機能別アプローチ評価テスト



資料引用:「認知症状 改善マニュアル」日本認知症リハビリテーション協会

## 脳機能低下部位の検査



7

## ①A様の脳機能評価

### 脳の機能低下部位の評価

部位	検査方法	評価方法	日付	評価
前頭前野	指数の音が混ざっている中で「あ」だけを選択できるか否かを確認。	2つ以上間違えたら低下の可能性がある。	5/17	×
海馬	関連性のない3つの単語を言う。被験者は覚えた単語を直ぐに復唱する。	1つ以上間違えたら、海馬の機能低下の可能性がある。	5/17	○
左側頭葉	検査者が口頭で指示された内容をすぐに実行する	1つ以上間違えたら、左側頭葉の機能低下の可能性がある。	5/17	○
右側頭葉	指示された8つの物品を使い方を答える。	1つ以上間違えたら、右側頭葉の機能低下の可能性がある。	5/17	×
頭頂葉	3つの立体物のブロックの数を答える。	1つ以上間違えたら、頭頂葉の機能低下の可能性がある。	5/17	×
後頭葉	同じ図形が2つずつ書かれた5種類の図形を提示し、同じ図形同士を選んでもらう。	1つ以上間違えたら、後頭葉の機能低下の可能性がある。	5/17	×

資料引用:「認知症状 改善マニュアル」日本認知症リハビリテーション協会

### アプローチ評価

アプローチ方法	やり方	日付	評価
筆算問題	声に出しても、途中の計算を紙に書き出してもよいので、間違えないように計算する。	3/31	3/24問
情報を入力し想起する課題	9種類の写真を15秒で見てその後、18種類の言葉の中から提示した9種類の言葉を選ぶ。	3/31	0/9問
文章問題	文章の( )内の意味を逆にして文章を書く。	3/31	5/12問
物品を一致させる課題	左の写真と右の写真で「合わせると一致するものを選ぶ」。	3/31	7/7問
図形模写課題	3つの立体物のブロックはそれぞれいくつありますか。	3/31	2/3問
逆さ文字を直す課題	逆さに書かれてある文字を正しく書き写してください。	3/31	3/8問

8

# ①B様の脳機能評価

脳の機能低下部位の評価

アプローチ評価

部位	検査方法	評価方法	日付	評価	アプローチ方法	やり方	日付	評価
前頭前野	複数の音が混ざっている中で「あ」だけを選択できるか否かを確認。	2つ以上間違えたら低下の可能性はある。	4/4	○	筆算問題	声に出しても、途中の計算を紙に書き出してもよいので、間違えないように計算する。	3/31	19/24問
海馬	関連性のない3つの単語を言う。被験者は覚えた単語を正確に復唱する。	1つ以上間違えたら、海馬の機能低下の可能性はある。	4/4	○	情報を入力し想起する課題	9種類の写真を15秒で覚えてその後、18種類の言葉の中から提示した9種類の言葉を選ぶ。	3/31	2/9問
左側頭葉	検査者が口頭で指示された内容をすぐに実行する	1つ以上間違えたら、左側頭葉の機能低下の可能性はある。	4/4	○	文章問題	文章の( )内の意味を逆にして文章を書く。	3/31	12/12問
右側頭葉	指示された8つの物品と使い方を答える。	1つ以上間違えたら、右側頭葉の機能低下の可能性はある。	4/4	×	物品を一致させる課題	左の写真と右の写真で「合わせる」と一致するものを線で結ぶ	3/31	6/7問
頭頂葉	3つの立体物のブロックの数を答える。	1つ以上間違えたら、頭頂葉の機能低下の可能性はある。	4/4	×	図形模写課題	3つの立体物のブロックはそれぞれいくつありますか。	3/31	3/3問
後頭葉	同じ図形が2つずつ書かれた5種類の図形を提示し、同じ図形同士を選んでもらう。	1つ以上間違えたら、後頭葉の機能低下の可能性はある。	4/4	○	逆さ文字を正す課題	逆さに書かれてある文字を正しく書き写してください	3/31	8/8問

資料引用:「認知症状 改善マニュアル」日本認知症リハビリテーション協会

# ②取り組んだ脳機能別アプローチプリント

## A様

- 筆算の計算問題(前頭前野)
- 反対言葉(左側頭葉)
- 逆さ文字(後頭葉)
- 点つなぎ  
(海馬(情報処理、空間認知))

## B様

- 筆算の計算問題(前頭前野)
- 点つなぎ  
(海馬(情報処理、空間認知))

# ③シナプソロジーを日常のレクに取り入れる。

朝レク20分 × タレク10分 1日トータル計30分

## ・朝レク

- 1, ①～⑤まで身体の部位をきめる
- 例えば…
- ①あたま ②かた ③むね
  - 2, 数字を職員が言ったら、その部位を手で触れてもらう
  - 3, 部位を職員が言ったら、その番号を言ってもらう
  - 4, ランダムに行う

## ・タレク

- 1, 右手で右頭→左肩→お腹 タッチ
- 2, 左手で膝をたたく
- 3, 1と2両方を一緒に行う
- 4, 手の動きを交代する。交代するときは「チェンジ」と声掛ける。

# シナプソロジーの写真

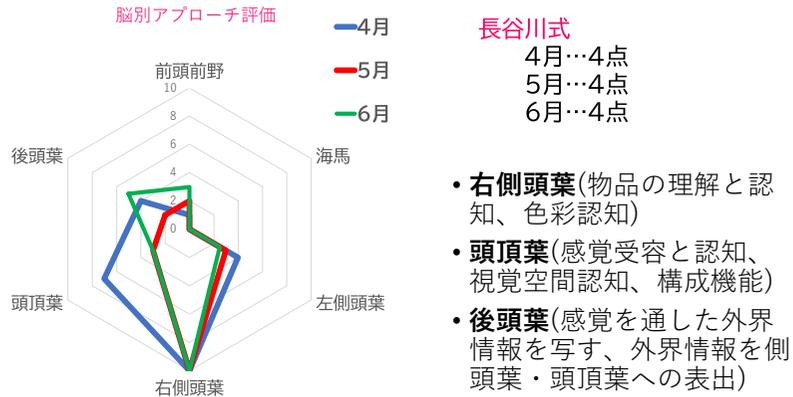


表情の見える化  
表評価表



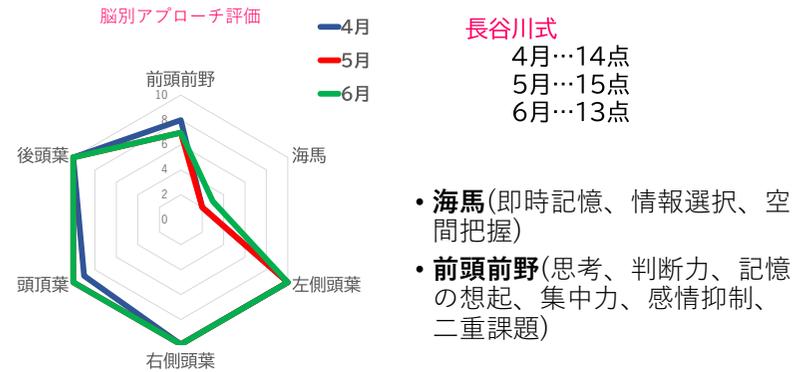
氏名	認知機能	感情表現	社会性	生活機能	その他
山田 太郎	10	5	3	2	
佐藤 花子	12	6	4	3	
鈴木 一郎	8	4	2	1	
田中 美穂	15	7	5	4	
高橋 健二	9	5	3	2	
中村 由美	11	6	4	3	
小林 大輔	7	4	2	1	
渡辺 真理	13	6	4	3	
山崎 隆夫	6	3	2	1	
佐々木 千代	14	7	5	4	
松本 浩一	5	3	2	1	
伊藤 真由	16	8	6	5	
清水 健太	4	2	1	0	
山口 美咲	17	9	7	6	
石川 大輔	3	1	0	0	
木村 千尋	18	10	8	7	
藤田 健一	2	0	0	0	
森田 真由美	19	11	9	8	
山本 浩二	1	0	0	0	
水野 千代	20	12	10	9	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	21	13	11	10	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	22	14	12	11	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	23	15	13	12	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	24	16	14	13	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	25	17	15	14	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	26	18	16	15	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	27	19	17	16	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	28	20	18	17	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	29	21	19	18	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	30	22	20	19	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	31	23	21	20	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	32	24	22	21	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	33	25	23	22	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	34	26	24	23	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	35	27	25	24	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	36	28	26	25	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	37	29	27	26	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	38	30	28	27	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	39	31	29	28	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	40	32	30	29	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	41	33	31	30	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	42	34	32	31	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	43	35	33	32	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	44	36	34	33	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	45	37	35	34	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	46	38	36	35	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	47	39	37	36	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	48	40	38	37	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	49	41	39	38	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	50	42	40	39	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	51	43	41	40	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	52	44	42	41	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	53	45	43	42	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	54	46	44	43	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	55	47	45	44	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	56	48	46	45	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	57	49	47	46	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	58	50	48	47	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	59	51	49	48	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	60	52	50	49	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	61	53	51	50	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	62	54	52	51	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	63	55	53	52	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	64	56	54	53	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	65	57	55	54	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	66	58	56	55	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	67	59	57	56	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	68	60	58	57	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	69	61	59	58	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	70	62	60	59	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	71	63	61	60	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	72	64	62	61	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	73	65	63	62	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	74	66	64	63	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	75	67	65	64	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	76	68	66	65	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	77	69	67	66	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	78	70	68	67	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	79	71	69	68	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	80	72	70	69	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	81	73	71	70	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	82	74	72	71	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	83	75	73	72	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	84	76	74	73	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	85	77	75	74	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	86	78	76	75	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	87	79	77	76	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	88	80	78	77	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	89	81	79	78	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	90	82	80	79	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	91	83	81	80	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	92	84	82	81	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	93	85	83	82	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	94	86	84	83	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	95	87	85	84	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	96	88	86	85	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	97	89	87	86	
山本 浩二	0	0	0	0	
水野 千代	98	90	88	87	
石川 大輔	0	0	0	0	
木村 千尋	99	91	89	88	
藤田 健一	0	0	0	0	
森田 真由美	100	92	90	89	

### ⑤月1回脳のアセスメント3カ月まとめ(A様)



13

### ⑤月1回脳のアセスメント3カ月まとめ(B様)



14

### ⑥3カ月毎のアセスメント(A様・B様)

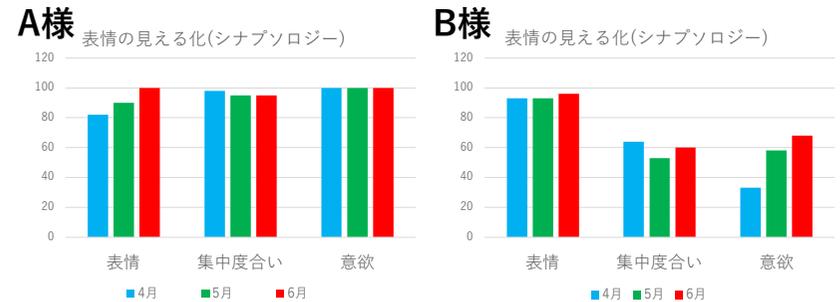
脳の機能低下部位の評価

部位	検査方法	評価方法	A様		B様	
			評価	評価	評価	評価
前頭前野	複数の音が混ざっている中で「あ」だけを選択できるか否かを確認。	2つ以上間違えたら低下の可能性ある。	×	×	○	○
海馬	関連性のない3つの単語を言う。被験者は覚えた単語を直ぐに復唱する。	1つ以上間違えたら、海馬の機能低下の可能性ある。	○	○	○	○
左側頭葉	検査者が口頭で指示された内容をすくずに実行する	1つ以上間違えたら、左側頭葉の機能低下の可能性ある。	○	○	○	○
右側頭葉	指示された8つの物品と使い方を答える。	1つ以上間違えたら、右側頭葉の機能低下の可能性ある。	×	×	×	○
頭頂葉	3つの立体物のブロックの数を答える。	1つ以上間違えたら、頭頂葉の機能低下の可能性ある。	×	×	×	×
後頭葉	同じ図形が2つずつ書かれた5種類の図形を提示し、同じ図形同士を選んでもらう。	1つ以上間違えたら、後頭葉の機能低下の可能性ある。	×	○	○	○
日付			5/17	7/3	5/17	7/3

資料引用:「認知症状 改善マニュアル」日本認知症リハビリテーション協会

15

### ⑥3カ月毎のアセスメント(シナプソロジー評価)



16

## 成果と課題

目標だった認知機能の向上は、それぞれ3カ月後の脳機能の検査より〇が一つ増え向上することが出来ました。脳の機能低下の中で海馬の短期記憶の障害はご利用者みな様に言える事なので、その日の一日を振り返えるという時間をつくりました。初めの頃は「なんだっけ?」と戸惑っていましたが「何食べたか覚えておかなきゃ」と意識する声も聞かれるようになりました。シナプソロジーでは、職員間での認知症理解が深まり、その人それぞれに合わせた対応ができるようになりました。職員と利用者様とのコミュニケーションも深まり、今後もシナプソロジーで意欲的に活動に参加して、デイサービスにお越しして頂きたいと思えます。

17

今日の振り返りをしてみよう。  
思い出して書いて下さい。

20            年  
令和            年            月            日            曜日

【昼食】

【午後】

- ・
- ・
- ・

【おやつ】

18

## ご清聴ありがとうございました



19