

2025年度 第3回

区東北部 地域リハビリテーション支援センター研修会

参加費無料

(通信費自己負担)

◆西多摩地域リハビリテーション支援センター共催◆

WEB開催【ZOOM】

## 「脳の潜在能力を引き出す

### ～認知予備能と人類進化から考える認知症予防～

国際医療福祉大学大学院 保健医療学専攻 福祉支援工学分野  
教授

講師

石井 慎一郎 先生

本講義では、認知症予防を科学的・進化的視点から探究します。前半では、アメリカの修道女を対象とした大規模縦断研究「ナン・スタディ」を紹介し、教育歴や感情表現、生活習慣が脳に与える影響や、“認知予備能”という概念を紹介します。後半では、人類進化に基づき、現代の生活様式と脳の構造とのミスマッチに着目。「社会性」「身体活動」「好奇心」などの資質が認知機能維持に果たす役割を考察します。

この講義では、以下のような問いを扱います：

- 認知症を発症しにくい人の共通点とは？
- 人間の脳は本来どのような刺激や活動を求めているのか？
- 進化的視点から見た「脳にとっての歩く事の重要性」とは？
- 感情・社会性・運動・学習が認知症予防に果たす役割

現代社会に生きる私たちが、いかにして本来の“人間らしさ”を取り戻し、心身の健康を維持できるのか—そのヒントを、ナン・スタディの科学と人類の歴史から見つけていきましょう。

日時：2025年 7月 30日（水）18:30～20:30

（準備の都合上、18:15以降にアクセスをお願いいたします。）

定員：100名

対象：足立・荒川・葛飾区・青梅市・福生市・羽村市・あきる野市・瑞穂町・

日の出町・檜原村・奥多摩町の地域リハビリテーション関係職種

申込：裏面(2枚目)を参照ください。

主催 区東北部地域リハビリテーション支援センター 社会医療法人社団 医善会 いずみ記念病院

共催 区中央部地域リハビリテーション支援センター 東京慈恵会医科大学附属病院

西多摩地域リハビリテーション支援センター 医療法人財団 利定会 大久野病院

## 申し込み方法

2025年7月23日(水)までに事前登録を済ませてください。

下記 ① ② のいずれかの方法で事前登録をお願いします。

### ① QRコードからの事前登録



### ② URLからの事前登録

[https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN\\_5XqWj4N-SdC4k8utnNbR6g](https://us02web.zoom.us/webinar/register/WN_5XqWj4N-SdC4k8utnNbR6g)

※ 事前登録が済みますと、すぐに登録したメールアドレスへ登録完了が自動返信されます。

## お願い

お申し込みのメールアドレスについて

事前配布資料がある場合がございますので、携帯電話のキャリアメールではなく、

スライド資料(PDF)の受信が可能なメールアドレスで登録をお願いします。

## 注意事項

- ・ 本研修会はZOOMを使用しますので、事前にインストールおよびダウンロードをお願いします。
- ・ 研修中は、参加者側のカメラと音声をオフにさせていただきます。ご了承ください。
- ・ 研修中の写真や動画の撮影、SNS への公開、研修会URLの譲渡はご遠慮ください。
- ・ 研修中のスライドなどが見えにくい場合がありますので、PC での視聴をお勧めします。

## アンケート回答のお願い

研修会後のアンケート回答にご協力をお願いします。

詳細は、研修会終了時にご案内いたします。

## 問 い 合 わ せ 先

東京都区東北部地域リハビリテーション支援センター  
社会医療法人社団 医善会 いずみ記念病院 内

事務局 成田・藤枝

TEL 03-5888-2160(直通)

Email [kutouhokuriha@gmail.com](mailto:kutouhokuriha@gmail.com)