

早稲田大学 人間科学学術院 人間科学会 諸費用補助成果報告書（Web 公開用）

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| 申請者（ふりがな）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | 笹 順恵 （ ささ のぶえ ）                 |
| 所属・資格（※学生は課程・学年を記載。卒業生・修了生は卒業・修了年月も記載）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 人間科学研究科 修士 1 年                  |
| 発表年月<br>または事業開催年月                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 2025 年 9 月                      |
| 発表学会・大会<br>または事業名・開催場所                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 第 14 回日本認知症予防学会学術集会 都市センターホテル   |
| 発表者（※学会発表の場合のみ記載、共同発表者の氏名も記載すること）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | 笹 順恵 ・ 倉片 憲治                    |
| 発表題目（※学会発表の場合のみ記載）                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 歌唱と手指運動の二重課題トレーニングによる認知症予防効果の検証 |
| <p>発表・活動・開催の概要と成果（学会発表の場合、抄録を公開している URL がある場合、「概要・成果」を記載した上で、URL を末尾に記してください。また、抄録 PDF は別途ご提出ください。なお、抄録 PDF は Web 上には公開されません。）</p> <p>本研究は、低費用かつ多人数で実施可能な「歌唱と手指運動の二重課題トレーニング」が、高齢者の認知機能および注意機能に与える効果を検証した。対象は要支援・要介護認定を受けていない高齢者とし、介入群と対照群を設定した。介入群には、12 週間にわたり週 1 回 30 分の集団介入と、毎日 15 分の自宅課題を実施した。</p> <p>その結果、介入群では認知機能（MoCA-J）および注意機能（TMT-J A）において有意な改善が認められた。これは、簡便な二重課題トレーニングが高齢者の認知症一次予防に有効であることを示唆する。一方で、より複雑な注意機能を調べる（TMT-J B）では有意な改善は認められなかった。また、介入によって得られた効果は、介入終了後の追跡調査において維持されていなかった。</p> <p>本研究の成果は、歌唱と手指運動を組み合わせたトレーニングが、簡便かつ有効な認知症予防策となり得ることを明らかにした点にある。また、その効果は一過性であり、持続的な効果を得るためには継続的なトレーニングが不可欠であることも示された。</p> <p>第 14 回日本認知症予防学会学術集会 「浦上賞」受賞</p> <p>第 14 回日本認知症予防学会 URL<br/> <a href="https://jsdp2025.umin.jp/">https://jsdp2025.umin.jp/</a><br/>         浦上賞受賞者一覧 URL<br/> <a href="https://jsdp2025.umin.jp/awardee.pdf">https://jsdp2025.umin.jp/awardee.pdf</a></p> |                                 |