

シニア向けパソコン教室の老舗「パソコンぱあーく」が自信をもってお届けする新カリキュラムです！

認知症の初期に低下する3つの認知機能

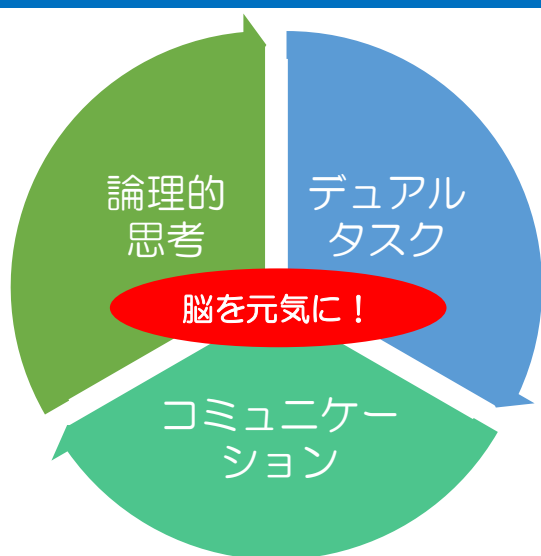
健康な人が認知症へ移行する際、主として

- ① 「**エピソード記憶**（体験した出来事を思い出す機能）」
- ② 「**注意分割機能**（複数の作業を並行して行うときに適切に注意を振り分ける機能）」
- ③ 「**計画力・思考力**（何かを実行するときに段取りを考える機能）」

の3つの認知機能が低下するとされています。



本カリキュラムは認知機能を鍛え、脳の老化を遅らせることを目的としています



●論理的思考（プログラミング的思考）

パソコンの技術習得そのものにも計画力を使います。さらに物事には手順があり、手順を踏むと課題をうまく解決できるといった、論理的に考えていく計画力を高めます。

●デュアルタスク（複数の作業を同時に行う）

身体を動かしながら考えるなど、複数の作業を同時進行で行うことで注意分割機能を高めます。

●コミュニケーション（対人接触）

人と話し合うこと、触れ合うことは、体験した出来事を思い出すエピソード記憶や注意分割機能を活性化します。

初心者・高齢者でも楽しみながら簡単にプログラムが組めます

●「Scratch（スクラッチ）」というビジュアルプログラミング言語を使います。

●動物を動かすところから始めて、キャラクター作り、背景づくり、そしてゲームをプログラミングしていきます。

●プログラミング検定（子供からシニアまで受験できる検定）にもチャレンジできます。



講師：戸田 修（とだ おさむ）

パソコンぱあーく講師（NPO パークスネット認定）／神戸 YMCA 高等学院 情報処理講師

認知症予防ファシリテーター1級（NPO 認知症予防サポートセンター認定）／神戸市認知症サポーター