

2周年
記念

公益財団法人 医療文化経済グローバル研究所

第11回

市民講座「養(よう)」

医療・健康 × 文化・芸術 × 経済・社会

参加費無料

手話通訳あり

『認知症に備え

共に歩もう 幸せな未来へ』

2026年

2/14 (土)

13:30-16:00

会場

やぶ市民交流広場 (YBファブ) ホール
(養父市八鹿町八鹿 538 番地 1)

アトラクション

～ オープニング ～

■ 合唱 八鹿高校音楽部



挨拶とメッセージ

令和養生訓+ (プラス) 中尾 一和 代表理事兼研究所所長 / 京都大学名誉教授

認知症のリスクファクター ～ 幼少期の教育不足と難聴について ～

認知症になっても その人らしく 生きる社会を目指して



恩蔵 絢子 (おんぞう あやこ)

脳科学者 /
東京大学大学院総合文化研究科特任研究員

アトラクション

■ ダンス

芸術文化観光専門職大学
「心舞 -Shinbu-」



脳と体を鍛えて いつまでも元気で



荒井 秀典 (あらい ひでのり)

国立長寿医療研究センター理事長

第11回「市民講座「養(よう)」

お申し込み方法

① 申込みフォームから

※ 右 QR コードを
読み取りお送り下さい

② FAX から ▶ 079-660-1375

③ 市役所地域局又は本庁社会的処方推進課窓口へ提出

申込みフォーム用



名前 (代表者)

参加人数

人

連絡先 ※日中連絡のつきやすい番号をご記入ください

所属

【主催】公益財団法人 医療文化経済グローバル研究所 / 【協力】養父市

認知症になってもその人らしく生きる社会を目指して

同居する母親が2015年にアルツハイマー型認知症と診断されて以来、娘として認知症を持つ母に向き合ってきました。一方で、生活の中で現れる認知症の症状を脳科学者として分析してきました。認知症になるとどうなるのか？自分の身近な人や、自分自身が認知症になった時、どうしたら「受け入れられる」のか？認知症になっても残る力について脳科学から解説します。

講師

恩蔵 絢子（おんぞう あやこ）

2007年東京工業大学大学院後期博士課程終了(学術博士)。現在、東京大学大学院特任研究員。著書に『脳科学者の母が、認知症になる』（河出書房新社）、共著に『なぜ、認知症の人は家に帰りがたがるのか』（中央法規出版）、『認知症介護のリアル』（ビジネス社）、絵本に『その人らしさ なくならない』（大泉書店）などがある。2023年1月には母親との家での時間に密着したドキュメンタリー、NHKスペシャル『認知症の母と脳科学者の私』が放映された。現在は、重度認知症のある人の豊かな感情と高齢者の創造性に強く関心を持つ。

脳と体を鍛えていつまでも元気で

認知症の人の数は現在約450万人と考えられており、今後も続く高齢化によりその数の増加が続くことが予想されています。認知症は現在要介護要因の第一位を占め、その予防の重要性が叫ばれています。我々は、認知症予防のために重要なこととして、栄養をしっかりととり、体を鍛えて筋肉を元気にすること、様々な社会活動に参加すること、頭を使うこと、病気の管理などを同時に行うことで、筋肉だけではなく脳の健康も維持することができることを明らかにしました。本講話では、具体的な方法についてわかりやすく説明します。

講師

荒井 秀典（あらい ひでのり）

1984年京都大学医学部卒業、1991年京都大学大学院博士課程修了。医学博士。2003年京都大学医学部老年科講師、2009年京都大学大学院医学研究科人間健康科学系専攻教授を経て、2015年国立研究開発法人国立長寿医療研究センター副院長、2018年同病院院長、2019年より同理事長（現職）。日本サルコペニア・フレイル学会代表理事、日本老年医学会理事、日本老年学会理事、日本学術会議第25期、第26期会員（第2部、臨床医学委員会）等を歴任。専門は老年医学、フレイル、サルコペニア、認知症。

出演者のご紹介

合唱

八鹿高校音楽部

八鹿高校音楽部の本年度は、兵庫県合唱コンクールを勝ち抜いて参加した関西大会で金賞を受賞するなど、充実した活動を続けてきました。3月28日（土）にはこのYBの会場で第61回定期演奏会を開催します。皆様、是非ご来場ください。

ダンス

芸術文化観光専門職大学

「心舞 -Shinbu-」

こんにちは！芸術文化観光専門職大学のダンス団体「心舞 -shinbu-」です。コンテンポラリーダンスやアクロバット、HIPHOP、バレエなど、様々なジャンルのダンスが、あなたの心を舞い踊らせます。



公益財団法人

医療文化経済グローバル研究所

Glocal Institute of Medicine, Culture and Economy

（公財）医療文化経済グローバル研究所は、医療、文化・芸術、経済分野の連携により、健康加齢を促進し、市民の幸福度の向上に向けた調査・研究・提言・支援等の取組を行い、市民が幸福に暮らしていける持続可能な地域共生社会の創造に寄与することを目的に市が設立した法人です。

当法人役員と市民の皆さんとが直接、交流できる機会をつくることを目的に、「健康」や「幸福」に関する市民講座「養（よう）」を市内各地で定期的に開催しています。

ホームページはこちら <https://mce.or.jp>



【主催・お問い合わせ】

〒667-0021 兵庫県養父市八鹿町八鹿 1685-2 やぶパートナーズ株式会社 2F

TEL / 079-660-7478 FAX / 079-660-1375 mail / info@mce.or.jp ※ お電話は繋がらない場合がございます。

医療文化経済グローバル研究所

概念図



健康加齢（ヘルシーエイジング）を促進し
幸福（ウェルビーイング）を享受

養父市（地方）から
全国・世界に発信