

介護付有料老人ホームを運営するチャームケアと東北大学の産学連携の取り組み

認知症改善プロジェクト第6回オンライン「チャーム・カレッジ」を

2021年5月27日（木）に開催

～ウィズコロナ時代はスマート・エイジングの重要性が増す～

首都圏・近畿圏を中心に介護付有料老人ホームを運営する株式会社チャーム・ケア・コーポレーション（本社：大阪府大阪市 / 代表取締役会長 兼 社長：下村隆彦 / 以下チャームケア）が主催する認知症改善プロジェクトの一環としていた「チャーム・カレッジ」を、2021年5月27日（木）にオンラインにて開催いたしました。



本カレッジは、介護の質を向上させるためにチャームケアが取り組んでいる「認知症改善プロジェクト」の一環であり、東北大学スマート・エイジング学際重点研究センターの村田裕之特任教授に監修頂いています。第6回となる今回は「**ウィズコロナ時代はスマート・エイジングの重要性が増す**」をテーマに、村田特任教授よりご講義いただきました。現在の新型コロナウイルスの感染状況やワクチンなどの対策状況、コロナ禍におけるフレイルや認知症への対策としてのスマート・エイジングの重要性をご講義いただきました。講談後はワクチンの効果、感染症対策の疑問にもお答えいただき、新型コロナウイルス対策に関する知識をより深める事が出来ました。

■ 講義内容のトピックス

- ✓ 新型コロナウイルス対策の最前線報告。ワクチンは変異株にも効果があるか？
- ✓ ウィズコロナ時代のスマート・エイジングの重要性。コロナ禍での健康維持の方法とは？

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社チャーム・ケア・コーポレーション 広報・ブランド推進課 担当：小原・瀧野・正置
TEL : 03-6419-3360 FAX : 03-6419-3370 MAIL : pr@charmcc.jp

■ 講義内容①：新型コロナウイルスの最前線報告

21世紀に流行した主な新興感染症としてSARS、新型インフルエンザ（H1N1）、MERS、そして新型コロナウイルス（COVID-19）があります。2002年終わりから2003年にかけてアジアで流行したSARSは、重症者が多く致死率も10%程度でしたが、新型コロナウイルスは軽症者と無症候者が占める割合が大きく、致死率も2%程度となっています。また、SARSは潜伏期間中や初期症状の間では感染性が低く、重症化後に感染性が高くなるのに比べ、新型コロナウイルスは潜伏期間中から感染性が高くなり、重症化した後の感染性は低くなります。SARSによる感染が拡大した中国、香港、台湾、韓国などに比べて、発生しなかった日本では新型コロナウイルスへの対応が遅れる結果になっています。

日本でも接種の始まったワクチンには、ファイザーとモデルナが提供するmRNAワクチンとアストラゼネカが提供するウイルスベクターワクチンがあります。mRNAワクチンは不活化したウイルスではなく、ウイルスのスパイクタンパク質のmRNAを接種する事で、ウイルスに対する抗体を作る仕組みです。mRNAは体内に入ってから1週間ほどで消滅するため安全とされています。mRNAワクチンは明らかな有効性を示しており効果を期待できます。

ウイルスベクターワクチンは前者に比べ安価で保管も常温で出来る強みがありますが、現在は稀に血栓ができる事例が確認されているため日本での接種は保留しています。

現在確認されている主な変異株にはイギリス型、南アフリカ型、ブラジル型、インド型があります。日本でも確認されているイギリス型、インド型は従来型に比べ感染性の強さが確認されていますが、ファイザー製ワクチンの2回接種で2週間経過すれば感染と重篤化を防ぐ研究結果もあります。また、mRNAワクチンは開発スピードが早いという特徴があり、今後の変異株への対策も期待されます。

海外ではワクチン接種後に発行されるワクチンパスポートと呼ばれる取り組みが始まっています。ワクチン接種を証明し、レストランや施設への入場可能としています。また、様々な特典を用い接種の促進を進めています。一方、日本ではワクチン接種スピード不足から拙速な導入は不平等になるなどの理由から導入が進んでいませんが、経団連などで検討が始まっています。

新型コロナウイルスの感染経路で接触感染の割合が低い事がわかってきました。このため、感染経路として飛沫感染と空気感染が重要となります。これを考慮すると感染予防対策として優先順位が高いのは、①換気の徹底、②マスクの装着となります。建屋では空気の流れを作り、CO₂濃度の計測や空気清浄機の活用も有効です。また、マスクはより効果の高い不織布マスクを鼻と肌に密着させて装着する事が重要となってきます。

■ 講義内容②：ウィズコロナ時代のスマート・エイジングの重要性

昨年から実施されている各種調査でコロナ禍での心身への悪影響が確認されています。外出自粛による交流機会の減少やテレビ・ビデオの長時間の視聴は認知機能の低下につながります。また、巣ごもりによる運動不足は歩きにくくなったり、動きづらくなるフレイル（虚弱）を増加させています。コロナ禍における先行き不安は睡眠にも影響を与えています。

このようなウィズコロナ時代ではスマート・エイジング型のライフスタイルで健康を維持することが重要となります。これまでのチャーム・カレッジでも触れてきましたが、30分のウォーキングや筋力トレーニングで体幹部と下肢の筋力を維持することで、要介護状態になる原因である脳卒中、骨折・転倒を予防できます。また脳のトレーニングで認知症予防につながります。

正しい感染症対策を行って運動をしたり、頭を使う事で健康を維持する事は基礎疾患の予防となり、コロナ感染対策としても重要となります。

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社チャーム・ケア・コーポレーション 広報・ブランド推進課 担当：小原・瀧野・正置
TEL : 03-6419-3360 FAX : 03-6419-3370 MAIL : pr@charmcc.jp

■ イベント開催概要

日 程：2021年5月27日（木）

時 間：15:00～16:00

会 場：オンライン開催（「ZOOM」を活用したインターネット配信）

内 容：■新型コロナウイルス対策の最前線報告

- ・なぜ、感染制御が難しいのか？
- ・ワクチン接種の効果は？
- ・変異株にどう対処すべきか？
- ・ワクチンパスポートはどうなるか？
- ・“クラスター・ゼロ”にするための勘所は？

■ ウィズコロナ時代のスマート・エイジングの重要性

- ・巣ごもりによる交流機会減少で認知機能が低下する
- ・テレビ・ビデオの視聴時間増加で認知機能が低下する
- ・巣ごもりによる運動不足でフレイルが増加する
- ・先行き不安が増加すると睡眠障害が増加する
- ・スマート・エイジング型ライフスタイルで健康を維持する

講 師：東北大学 村田 裕之 特任教授



村田 裕之 先生

東北大学特任教授

スマート・エイジング学際重点研究センター

企画開発部門長

感染症共生システムデザイン学際研究

重点拠点メンバー

東北大学ナレッジキャスト常務取締役

東北大学スマート・エイジング学際重点研究センター特任教授、感染症共生システムデザイン学際研究重点拠点メンバー、東北大学ナレッジキャスト常務取締役。村田アソシエイツ代表。日本のシニアビジネス分野のパイオニアとして多くの民間企業の新商品・サービス開発を支援。2006年スマート・エイジングのコンセプトを提唱し、センター設立に参画、日本発の対認知症非薬物療法「学習療法」の米国導入を実現した。高齢社会研究の第一人者として講演、新聞・雑誌への執筆、著書も多数。高齢化の国際情勢にも詳しく、海外諸国より頻繁に講演者として招聘される。2018年5月Asia Pacific Eldercare Innovation Awardsにより優れた業績を上げた人としてGLOBAL AGEING INFLUENCERSに選ばれた。

【主な著書】

主な著書に「スマート・エイジング 人生100年時代を生き抜く10の秘訣」（徳間書店）、「親が70歳を過ぎたら読む本」（ダイヤモンド社）、「スマート・エイジングという生き方」（川島隆太教授との共著、扶桑社）、「どうする？親の家の片づけ」（PHP研究所）、など

第7回は、2021年6月24日（木）15時から16時にZOOMを利用したオンラインにて開催いたします。

お問合せ・お申し込みはセミナー事務局までご連絡ください。

株式会社 チャーム・ケア・コーポレーション セミナー事務局

MAIL : college@charmcc.jp

■ 会社概要

名 称： 株式会社 チャーム・ケア・コーポレーション

所 在 地： 大阪市北区中之島3丁目6番32号 ダイビル本館19階

代 表 者： 代表取締役会長 兼 社長 下村 隆彦

事業内容： 「介護付有料老人ホーム」及び「住宅型有料老人ホーム」の運営ほか

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社チャーム・ケア・コーポレーション 広報・ブランド推進課 担当：小原・瀧野・正置

TEL : 03-6419-3360 FAX : 03-6419-3370 MAIL : pr@charmcc.jp