

小林製薬 × カーブス in 阪南市
「いきいきシニアプロジェクト」を2022年10月に始動
運動習慣と認知機能・健康指標の関係性を検証する実証実験

小林製薬株式会社（本社：大阪市、社長：小林章浩 以下、小林製薬）、株式会社カーブスジャパン（本社：東京都港区、会長：増本岳 以下、カーブス）は、運動習慣と認知機能や健康指標の関係性を検証する実証実験「いきいきシニアプロジェクト」を2022年10月11日から始動します。この実証実験については、阪南市の後援をいただいております。

本プロジェクトでは、阪南市在住の女性約60名の方に参加いただき、参加者を積極的に運動するグループ、運動しないグループに分け、3ヶ月後ごとに認知機能のスクリーニング、BMIなどを測定し、定期的な運動習慣とそれらの関係性を検証します。

1. 背景と狙い

コロナ禍における活動制限で、運動する機会や人とのかかわりが減ることにより、生活習慣病や要介護、心や体が衰えた状態になるフレイルなどの健康課題が懸念されています。厚生労働省の推計*によると2025年には認知症の有病者が700万人になると予測されており、認知機能低下の予防に人々の関心が集まっています。認知機能低下を予防するには、その兆候を早期発見し、対策をすることが重要です。

こうした社会課題の解決に取り組む小林製薬、カーブスの思いが一致し、両社が協定を結んでいる大阪府阪南市をフィールドに運動習慣と認知機能や健康指標の関係性を検証する本プロジェクトを始動することになりました。

本プロジェクトで認知機能の低下や生活習慣病など人々の健康にかかわる実証実験を行い、社会課題の解決に向けた糸口を見つけていくことを目指します。

2. 「いきいきシニアプロジェクト」概要

<期間>

2022年10月11日、市内健康イベントでの参加者募集にて始動

2022年11月から6ヶ月間の検証を予定

<実証実験参加者>

阪南市在住の65歳以上女性約60名

<方法>

参加者を週3回運動するグループと、運動しないグループとに分け、3ヶ月ごとに小林製薬の香りによる認知機能スクリーニングキット「ニンテスト」を用いた認知機能のスクリーニング、BMIなどを測定し、定期的な運動習慣とそれらの関係性を検証します。

3. 「ニンテスト」について

香りによる認知機能スクリーニングキットです。評価カップにスプレーした6種類の香料液の香りを被験者に嗅いでいただき、回答から算出したスコアにより認知機能のレベルを判定します。約5分のテスト時間で迅速に判定ができ、被験者の負担も少ない点が特徴で、全国の間人ドック施設、健診センター等に販売しています。小林製薬では、本製品を定期的なヘルスチェックの一つとして多くの皆さまにご利用いただくことで、健康増進の意識を高め、自分らしく豊かな生活を送ることのできる社会実現への貢献を目指しています。

使用方法

1. 選択肢シートを被験者に渡す。
2. チェックシートに指定の1番目の香料液を、専用の評価カップに向けて、2プッシュスプレーする。
3. 被験者にカップを渡し、香りを嗅がせ、選択肢シートから香りを選択させる。
4. 同様に5回被験者に香りを嗅がせ、スコアを算出する。



4. 運動内容について

女性だけの30分フィットネス「カーブス」で行っているサーキットトレーニングを週3回のペースで実施いただく予定です。筋力トレーニング（12種類）と有酸素運動を30秒ずつ交互に行いながらサーキットを2周し最後にストレッチで終了するもので、1回30分で健康づくりに必要なすべてのトレーニングが行えます。カーブスで行っているサーキットトレーニングは東北大学加齢医学研究所 川島隆太研究室との共同研究で認知機能の改善に効果があると実証されています。



* 厚生労働省「認知症の人の将来推計について」

<関連情報>

「ニンテスト」HP：<https://www.kobayashi.co.jp/nintest/>

株式会社カーブスジャパン HP：<https://www.curves.co.jp/>

阪南市 HP：<https://www.city.hannan.lg.jp/>

— 本件に関するお問い合わせ先 —

小林製薬株式会社 広報・IR部

大阪：TEL 06-6222-0142 東京：TEL 03-5602-9913

株式会社カーブスジャパン 広報室

TEL:03-5418-9911 E-mail:pr@curves.co.jp

(後援) 大阪府阪南市 健康福祉部介護保険課

TEL:072-471-5678(代表) E-mail:kaigo@city.hannan.lg.jp