

## 日本生命 アルツハイマーデー及び月間取組について

当社のアルツハイマーデー及び月間における取組事項は以下のとおりです。

1. 全国の保険相談窓口にて、「希望大使」ポスター掲示・「認知症とともに生きる希望宣言」リーフレット配布
2. 新設ツール『SDGs Information』 第一弾テーマ：認知症と共に、前向きに明るく暮らしていく
3. 当社公式 Instagram にてアルツハイマーデーの啓発
4. 認知症ウェブサイト「100 年人生レシピ」
5. ウォーキングアプリ「aruku&（あるくと）」へのコラム掲載
6. 当社の契約者様宛メールマガジン
7. 認知症サポーター養成講座の開催

### 1.全国の保険相談窓口にて、「希望大使」ポスター掲示・「認知症とともに生きる希望宣言」リーフレット配布

#### 【対象者】

社内外向け（当社内務職員・営業職員、一般のお客様）

#### 【実施期間】

2020 年 9 月 7 日～2021 年 3 月末

#### 【取組内容】

○全国の保険相談窓口「ニッセイライフプラザ」（全国 99 カ所）にて、認知症本人大使「希望大使」のポスター掲示、一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ（J DWG）が表明した「認知症とともに生きる希望宣言」のリーフレットを配布いたしました。また、当社・丸の内本部のフロアや食堂にも、「希望大使」のポスター掲示を行い、お客様だけでなく当社の職員にも認知症と向き合うきっかけを提供しました。

#### <啓発イメージ>



## 2.新設ツール『SDGs Information』 第一弾テーマ：認知症と共に、前向きに明るく暮らしていく

### 【対象者】

社内外向け（当社内務職員・営業職員、一般のお客様）

### 【実施期間】

2020年9月1日～

### 【取組内容】

- 当ツールは、私たちの暮らす地域や社会を、安心・安全でより良いものにするために、“自分たちが取組むことができる情報の提供”をコンセプトにしたものです。「身近でも、取組めることがあるんだ」、そう考え、行動するきっかけになれば、という思いから新設しました。コロナ禍で様々な“不安”が増幅する中、お客様・周りの大切な方々へ“安心”につながる情報をお届けしていきます。
- 第一弾は9月の「世界アルツハイマー月間」にちなみ、『認知症と共に、前向きに明るく暮らしていく』がテーマです。
- 厚生労働省ホームページへのリンクや、認知症カフェ・認知症サポーター・認知症関連のイベント情報等を掲載し、当ツールを受取ったお客様への情報発信及び身近な取組への参加を促すことを目的としています。

### <ツールイメージ>



### 3.当社公式 Instagram にてアルツハイマーデーの啓発

#### 【対象者】

一般のお客様

#### 【実施期間】

2020年9月1日

#### 【取組内容】

- 当社の公式 Instagram の記事にて、アルツハイマーデーについて啓発を行いました。食事を通じた認知症予防の記事を投稿し、自身の普段の生活の中で認知症予防について考えるきっかけを提供いたしました。

<2020年9月1日 投稿記事>



今日から9月ですね！

初秋の季節とはいえまだまだ暑い日が続きますね。

9月といえば、スポーツの秋...読書の秋...など色々ありますが、今回は、食欲の秋についてお話しします！

皆さんは、食事を気を付けることが認知症予防につながるということをご存知ですか？

日本生命では、「100年人生レシピ」という認知症ウェブサイトを運営しています。

こちらでは、若い世代の方でもリスクがあり、身近な人になるかもしれない認知症について、正しく理解する・考えていただくための様々なコンテンツを掲載し、人生100年時代をいきいきと過ごすための情報を配信しています！

一例として、地中海食についての記事をご紹介します。

地中海食とは、イタリア・ギリシャ・スペインなど地中海沿岸の人が食べている伝統的な料理で、魚介類を習慣的に摂取する、オリーブオイルを多く使うなどの特徴があります。

このような食生活は、高い記憶力・思考力を維持する効果があり、認知機能の維持にも役立つと考えられています。

詳しくはこちらをご覧ください♪

<https://special.nissay-mirai.jp/jinsei100y/hints/DvYoN>

9月は、世界アルツハイマー月間として、国際的に定められている月でもあります。

食事に気を付けることで認知症を予防できる効果があるといわれているなんて驚きですね！

まずは普段の食事に取り入れやすいものに挑戦し、秋の食生活を実りあるものにしていきましょう♪

## 4.認知症ウェブサイト「100 年人生レシピ」

### 【対象者】

一般のお客様

### 【実施期間】

2020 年 4 月～

### 【取組内容】

○当社は、2020 年 4 月より認知症ウェブサイト「100 年人生レシピ」を運営しています。認知症の重症化予防に役立つコラムや、認知症の方やそのご家族、支える周りの方のインタビュー記事などを掲載しており、多くの方々が認知症について正しく知るきっかけとなる情報について配信を行っています。

URL : [https://special.nissay-](https://special.nissay-mirai.jp/jinsei100y/?utm_source=site&utm_medium=hp&utm_campaign=kourouhp)

[mirai.jp/jinsei100y/?utm\\_source=site&utm\\_medium=hp&utm\\_campaign=kourouhp](https://special.nissay-mirai.jp/jinsei100y/?utm_source=site&utm_medium=hp&utm_campaign=kourouhp)

<認知症ウェブサイト「100 年人生レシピ」イメージ>

認知症を考える  
みんなのためのメディア

# 100 年人生レシピ

暮らしに生きるヒント集 | 認知症を知る | 認知症と向き合う | このサイトについて

認知症と向き合う

「RUN 伴」や働く機会を通じた、支え合えるコミュニティへの...

今回ご紹介するのは、NPO法人認知症フレンドシップクラブ(株)理事・株式会社JPCレポートチーム代表取締役・100年人生株式会社 CEO を務める藤村様さん...

2020.07.31

2020.09.07

### 「人との交流」が認知症予防のカギになる！？

近年、「社会に参加して人とのつながりを持つこと」が認知症予防に役立つ可能性があることが注目を集めています。ただ、どのようなつながりを持つべきか、具体的にイメージしにくいですね。

今回の記事では、認知機能と人との交流の関連性や交流を持つ際の注意点をなどを紹介しながら、認知症予防につながるコミュニケーションのコツについて解説していきます。

2020.09.21

### 認知症予防におすすめのゲーム？将棋や囲碁で脳トレ！？

近年は若手棋士の活躍がニュースになり、将棋や囲碁のブームが巻き起こっています。「子どもに習わせたい」という親も増えていますが、実はシニア世代が認知症を予防する観点でも将棋や囲碁はおすすめのゲームです。この記事で、将棋や囲碁が脳にどんな良い影響を与えるのかについて解説していきます。

## 5.ウォーキングアプリ「aruku&（あるくと）」へのコラム掲載

### 【対象者】

ウォーキングアプリ「aruku&（あるくと）」の登録ユーザー

### 【実施期間】

2020年4月～

### 【取組内容】

- 当社が協賛しているウォーキングアプリ「aruku&（あるくと）」内で、認知症の重症化予防に役立つコラムなどを月1回で掲載しています。「aruku&（あるくと）」のユーザーに向けて、ウォーキングや食事など、普段の生活ですぐに実践できる認知症予防について紹介しています。自身の普段の生活を見直すきっかけを提供し、認知症と向き合う機会の創出を行っています。

※「aruku&（あるくと）」は株式会社 ONE COMPATH の登録商標です。

### <コラムイメージ>

認知症予防におすすめのレシピ ～…

100年人生レシピ

認知症予防におすすめのレシピ ～ 野菜・牛乳をとろう ～

日本生命保険相互会社

2020年08月25日

日本生命が提供する認知症を考えるみんなのためのメディア「100年人生レシピ」では、人生100年時代に備え、多くの方々が認知症を正しく知るきっかけとなる情報や重症化予防に役立つコラム等を定期的に更新し配信しています。

この記事では、「100年人生レシピ」の中から、「認知症予防におすすめのレシピ ～ 野菜・牛乳をとろう

ホーム マップ ランキング 応募 設定

## 6. 当社の契約者様宛メールマガジン

### 【対象者】

当社の契約者様のうち、メールアドレスを登録されている方（約 300 万名）

※配信停止希望者を除く

### 【実施期間】

2020年9月9日～9月14日

### 【取組内容】

○当社の契約者様宛に月1回程度配信しているメールマガジンにて、アルツハイマーデーについて紹介しています。また、当社が2020年4月に発売した、死亡保障を抑え、所定の認知症に重点的に備える「認知症保障保険」に加え、「わかる（認知症を正しく理解する）」、「そなえる（本人意思の実現）」、「やってみる（早期発見・予防行動）」のコンセプトに沿った、以下の各種サービスについても紹介しています。

- 「わかる（認知症を正しく理解する）」をサポートする認知症ウェブサイト「100年人生レシピ」
- 「そなえる（本人意思の実現）」をサポートする「GranAge Star（グランエイジスター）任意後見サービス」
- 「やってみる（早期発見・予防行動）」の運動、脳のトレーニングをサポートする「aruku&（あるくと）×暮らしの脳トレ＊」

\*「aruku&（あるくと）」は株式会社 ONE COMPATH の登録商標です。

\*暮らしの脳トレはニッセイ情報テクノロジー株式会社の製品・サービスで、当社の提供する保険またはサービスではありません。

### <メールマガジンイメージ>

**日本生命**  
毎年9月21日は、「世界アルツハイマーデー」です。  
国際アルツハイマー病協会（ADI）は、世界保健機関（WHO）と共同で、認知症への理解を進めること等を目的に、1994年に「世界アルツハイマーデー」を制定しました。  
また、9月は「世界アルツハイマー月間」として、世界各国で啓発活動が行われています。  
この機会に、一度、「認知症」について考えてみませんか？

まずは認知症を正しく理解しよう

日本生命では、2020年4月より、「人生100年時代」を明るく前向きに過ごすためのヒントを掲載したウェブサイト、「100年人生レシピ」を開設しました。ぜひ一度、ご覧ください！

認知症を考えるみんなのためのメディア  
**100年人生レシピ**

★人気コラム★

- 寿命は誰が決めるの？
- 年を重ねると脳は弱るの？
- アルコールの飲みすぎは認知症のリスクを高める！？

「100年人生レシピ」のウェブサイトはこちら >

脳トレクイズへの挑戦で、脳を活性化！

「aruku&（あるくと）」アプリで使える「暮らしの脳トレ」。  
ウォーキングに加えて、  
毎日3問出題される脳トレクイズに挑戦することで、  
楽しく気軽に、身体と脳の健康につながる！

aruku& × 暮らしの脳トレ

ダウンロードはこちら >

※認知症の予防・軽減に予防を保証するものではありません。  
※「aruku&（あるくと）」は株式会社 ONE COMPATH の登録商標です。  
※暮らしの脳トレはニッセイ情報テクノロジー株式会社の製品・サービスで、日本生命の提供する保険またはサービスではありません。

安心して、自分らしく、過ごすために



いつまでも安心して、自分らしく、過ごしたい。  
そんな想いをお手伝いする「GranAge Star(グランエイジ スター)」。  
例えば、「任意後見サービス」を事前に契約しておけば、  
**判断能力が低下した場合に、財産管理や生活に必要な手続きのサポートを受けることができます。**

有償サービス

老後も、その後も、自分らしく。

**GranAge Star**  
グランエイジスター

[詳しくはこちら >](#)

※サービスをご利用いただくためには、各サービス提供法人とご契約する必要があります。  
※地域によっては当サービスの対象外となる場合があります。

保険で備える

ニッセイ **みらいのカタチ** 新登場

**認知症サポート** プラス

認知症保障保険

[詳しくはこちら >](#)

## 7. 認知症サポーター養成講座の開催

### 【対象者】

社内向け（当社内務職員・営業職員）

### 【実施期間】

2020年9月1日～

### 【取組内容】

- 政府が掲げる「認知症になっても希望をもって日常生活を過ごせる社会」の実現に向けて、当社においても、普及啓発取組の一つである認知症サポーターの養成を推進しています。
- 特に、アルツハイマー月間である9月においては、営業職員を中心に、多くの職員に当講座を開催いたしました。今後も引き続き、1人でも多くの「認知症サポーター」を養成してまいります。

### <当日の開催風景>

