



にんちしょうってなんだろう？

みかんくんとモモちゃんの  
にんちしょうのお話 はなし

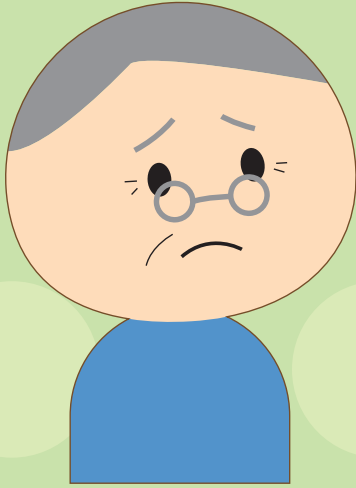
モモちゃん



みかんくん



小学校低学年用



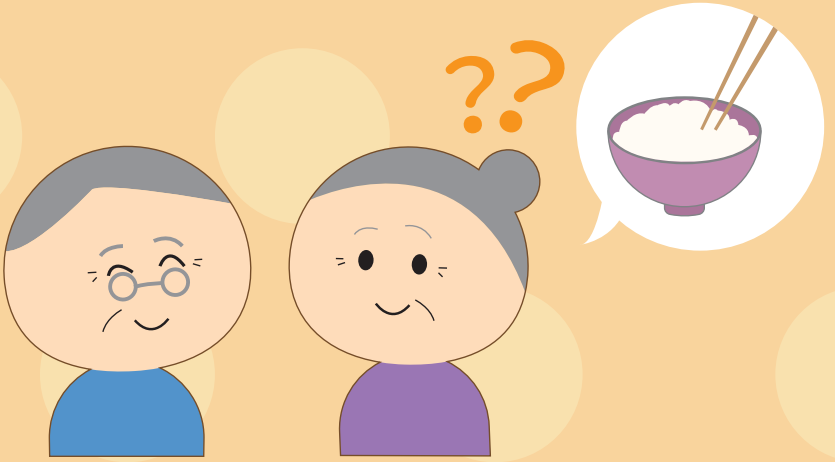
みかんくんとモモちゃんは、  
おじいさんの家いえにあそびきに来ました。

「おじいさん、あそぼう！」  
おじいさんはこまった顔かおをしています。

「おじいさん、どうしたの？」  
「おばあさんが、にんちしょうになってしまったんだ…。」

にんちしょうになると、ごはんを食たべたことや  
わたしたちとあそんだことをわすれてしまったり、  
家いえにかえれなくなったりすることがあります。

「みかんくん、モモちゃん、どうしたらいいかな？」  
「ぼくたちにまかせて！」



「ごはんを<sup>た</sup>食べたことをわすれても、  
ごはんができるまで、いっしょにあそぼうと  
やさしく<sup>こえ</sup>声をかけてあげてね」

「<sup>しっぱい</sup>失敗してもおこっちゃダメだよ！  
<sup>じぶん</sup>自分たちもおこられたらいやな<sup>きも</sup>気持ちになるよね」

「おばあさんが一番<sup>いちばん</sup>こまって<sup>かな</sup>悲しい<sup>きも</sup>気持ちに  
なっているから、やさしく声をかけてあげてね」

おじいさんはうれしそうです。  
「<sup>こんど</sup>今度、ともだちにも<sup>おし</sup>教えてあげよう」  
「だったら、コグニサイズも教えてあげようよ」  
「コグニサイズ？」

コグニサイズは、<sup>あたま からだ</sup>頭と体をいっしょにつかって  
にんちしょうになりにくくするたいそうです。

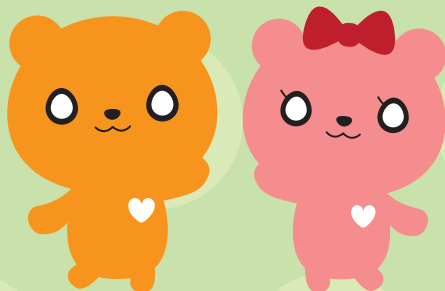
「いっしょにやってみよう！」

# ※ コグニサイズをやってみよう！

## ステップ1

からだ うご  
体を動かそう！

りょうて おお げんき  
両手を大きくふって、元氣よく  
あしづみをしよう！



## ステップ2

あたま つか  
頭も使ってみよう！

どうぶつ  
あしづみをしながら、動物  
なまえ  
の名前を言ってみよう！



たくさん言えるかな？



※コグニサイズは国立研究開発法人国立長寿医療研究センターが開発した  
コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせた運動プログラムです。

## ★もっとチャレンジ！

できたらむずかしい問題や運動にも  
チャレンジしてみよう！

しりとり  
をする



スキップ  
をする



さかな なまえ  
魚の名前  
を言う



あしぶみ  
+手をたたく

ましがえても大丈夫！  
みんなで楽しくやろうね

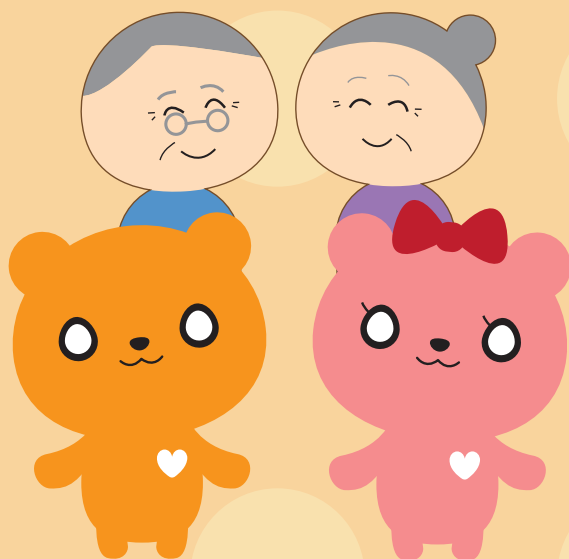


できたかな？  
家に帰ったら、  
お家の人にも教えてあげてね！

「ありがとう。みかんくん、モモチちゃん。」

「おじいさんもおばあさんも、  
これからもなかよくしてね！」

にんちしょうは、<sup>もんだい</sup>みじかな問題です。  
みんなも、お家<sup>うち</sup>の<sup>ひと</sup>人に  
<sup>きょう</sup>今日べんきょうしたことを<sup>おし</sup>教えてあげてね！



おしまい

もっとくわしく知りたい時は、  
かながわ<sup>にんちしょう</sup>認知症ポータルサイト  
<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/u6s/cnt/f6401/>

を見てみてね！



神奈川県  
認知症の人と家族を支えるマーク

神奈川県 高齢福祉課  
☎045-210-4846(直通)



制作：横浜デジタルアーツ専門学校  
総合デザインゼミナール  
認知症の方とその家族を支援する活動を  
啓発するプロジェクト  
2019年2月作成