

## 別紙1

## 2023 年度事業実施報告

## 特定非営利活動法人 ほのぼの研究所

項目	内容
全般	5月 2023 年度理事会開催(ハイブリッド開催) 6月 2023 年度総会開催(オンライン) 3月 正会員新規参加(併せて事務局担当としてパートタイマーとして勤務)
実施	4~3月 年間テーマ「創造性を育み、レジリエンスを高める」(オンライン) (遠隔共想法手法 4月~2月)述べ 233 名参加 隔月に共想法終了後ティータイムトーク実施その他遠隔共想法練習随時 11月 街歩き共想法流山本町開催
普及	通年 ほの研ブログ配信(毎週日曜日 号外含む 54 回) 9月 ほの研通信 35 号(設立記念 15 周年記念号)発行 8月 NPO 法人設立記念ハイブリッド講演会 「いつから始める?フレイル・認知症予防」(招待講演・基調講演・対談・交流会) 10月 NHK 総合TV『みみより!くらし解説』 AIで予防・早期発見を! 認知症研究最前線」放映 ※このほか新聞 5 件、雑誌 1 件、Web6 件、テレビ 1 件、合計 13 件の報道 詳細は HP <a href="http://www.fonobono.org/modules/tinyd2/#press">http://www.fonobono.org/modules/tinyd2/#press</a> に掲載 11月 街歩き共想法流山本町実施 12月 クリスマスハイブリッド講演会 「暮らし取り入れる認知症予防」(招待講演・基調講演・対談・交流会) 1月 ほの研通信 36 号(新年号)発行 1月 柏市共想法体験講座・冬「今から始める認知症予防」開催 3月 柏市共想法体験講座・春「今から始める認知症予防」開催
連携・他 マカベ:マカベシルバート ピア きらり:きらりびとみやしろ 野花:野花ヘルスプロモ ート  *お江戸*お江戸共想 法グループ	マカベ 通年通所者 2G(9 名)、月 4 回ずつ実施 共想法形式と写真共想法を交互に 実施 きらり 年間テーマ「創造性を育み、レジリエンスを高める」遠隔共想法実施 4月~2月月遠隔共想法実施 (月 1 回 ) 延べ 132 名(オンライン) 野花 4月~2月岸和田市との理化学研究所と有限会社野花ヘルスプロモートとの 共同研究におけるRCT調査 「遠隔会話システムを用いた新しい社会参加と その認知機能向上効果に関わる実証研究」(月 2 回) 64 名/回(オンライン) お江戸 年間テーマ「創造性を育み、レジリエンスを高める遠隔共想法実施 (オンライン) 4月~2月月遠隔共想法実施 (月 1 回 ) 述べ 170 名参加 *理化学研究所 RCT 被験者のうち共想法を継続時実施希望者の自主グループ
育成	通年 遠隔共想法実施者演習、適宜(オンライン) 2月 合同研修ハイブリッド開催
研究	通年 研究会(毎月第 2 火曜日)(オンライン) 通年 理化学研究所と株式会社伊藤園共同研究「お茶を伴うコミュニケーションが気 分、QOL に与える影響」協力…遠隔共想法実施時・報告作成(3 月) 8月 理化学研究所実験協力(オンライン) 9月 日本認知症予防学会 代表理事所長 シンポジウム登壇 市民研究員 1 名ポスター発表 2月 理化学研究所研究のための頭の健康チェック(電話、回答紙による心理テスト 等)研究協力