



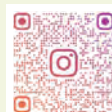
ホームページ



公式 X



公式LINE



公式Instagram

## 運動×音楽×医学で“楽しく学ぶ” 認知症予防SHOWを開催！

2025年9月29日(月)、川崎市総合福祉センター(エポックなかはら)にて、バナナ園グループ主催の「運動と歌で認知症予防SHOW」を開催しました。昨年に続く第2回となる本イベントは、「楽しみながら続けられる予防」をテーマに、運動・音楽・医学の3つの視点から、体験を通して学ぶ1日となりました。冒頭にバナナ園グループ 矢野代表が登壇。「私たちの介護現場から生まれた“楽しく続けられる認知症予防”をより多くの方に届けたい」と語り、温かな拍手に包まれながら開幕しました。

### 医学的に証明された「運動の力」

最初のステージには、世界的な心臓・血管外科医 南和友先生が登壇。約2万例の手術を手がけた医療の第一人者として、「運動は認知症を予防する」というテーマで特別講演を行いました。「認知症は老化現象ではなく、疾患です。進行を遅らせる方法、予防につなげる手段は必ずあります」と語る先生の言葉に、会場は真剣な眼差しに包まれました。また、運動が神経伝達を促し、脳の海馬を活性化させる仕組みをわかりやすく紹介。「楽しみながら続けることが最も大切」と強調され、笑顔で体を動かすことの大切さを再確認する時間となりました。続いて登壇したのは、バナナ園グループの運動療法「バナトレ」を共同開発したパーソナルトレーニングジム SP-Body の太田藍ディレクター。実際の介護現場で活用している「脊柱の動き」「呼吸と骨盤底筋の連動」を実演し、南先生が医学的根拠を解説。医学と実践が交差するステージに、「なるほど！」という声があがりました。



▲ 運動療法の解説をする太田藍さん



▲ 南和友先生による特別講演



▲ 高橋佐智代先生の音楽療法体験

### 音楽で笑顔が広がる —— 音楽療法体験

続いてのプログラムは、音楽療法士の高橋佐智代先生による「音楽療法体験」。「音楽は記憶と感情をつかさどる脳領域を刺激します」と語りながら、手拍子・発声・楽器演奏を交えたワークを展開しました。「幸せなら手をたたこう」や「うみ」、「三百六十五歩のマーチ」に合わせて体を動かすと、会場には自然と笑顔があふれます。「間違えてもいいんです。チャレンジすることが大事！」という高橋先生の声かけに背中を押され、客席からも歌声が重なり合う。まさに“音楽が人をつなぐ”瞬間でした。

### 会場が一体に —— 昭和歌謡ライブステージ

フィナーレを飾ったのは、アーティストの奈月れいさんと三崎一平さんによる歌謡ショー。「別れても好きな人」「コモエスタ赤坂」「時の流れに身をまかせ」などの名曲が披露されると、手拍子と笑顔が会場を包み込みました。懐かしいメロディーが呼び起こす記憶と感情——まさに音楽療法の力を感じるひとときです。

最後は登壇者全員がステージに集まり、「ふるさと体操」を全員で実践。椅子に座ったままでもできるこの体操には、認知症予防に重要な脊柱運動が組み込まれています。太田さんの「今日の体験を、ぜひ日常にも活かしてください！」の声に合わせ、参加者全員が笑顔で体を動かしました。



▲ 三崎一平さんと奈月れいさん



▲ 圧倒的歌唱力で会場を魅了する奈月れいさん



▲ 客席に降りて会場を盛り上げる三崎一平さん



▲ 会場全体で「ふるさと体操」



## 「楽しく続けられる」予防のかたちを、これからも

今回のイベントを通じ、運動・音楽・医学という異なる分野がひとつにつながり、“楽しく続けることが最大の予防”というメッセージが会場全体に広がりました。参加者からは「心が元気になった」「また来年も参加したい」といった声が多数寄せられ、地域に新たな笑顔の輪が生まれました。

バナナ園グループは、運動・音楽・医学といった多彩な専門家との協働を通じて、人が人を元気にする“感動の力”を社会へ広げていきます。現場から生まれる知恵と外部プロフェッショナルの知見を融合し、心と身体の両面から新しい介護のかたちを創り出す——それが、私たちのめざす「自分らしく生きる未来」です。



▲ 左から三崎一平さん、バナナ園グループ代表 矢野達郎  
奈月れいさん、南和友先生、太田藍さん、高橋佐智代先生  
バナナ園グループ 三宅祐貴乃 (MC)

## イベント当日の様々なシーン



音楽療法と運動療法（バナトレ）は  
各事業所で定期的に行っております  
体験・ご見学、お待ちしております

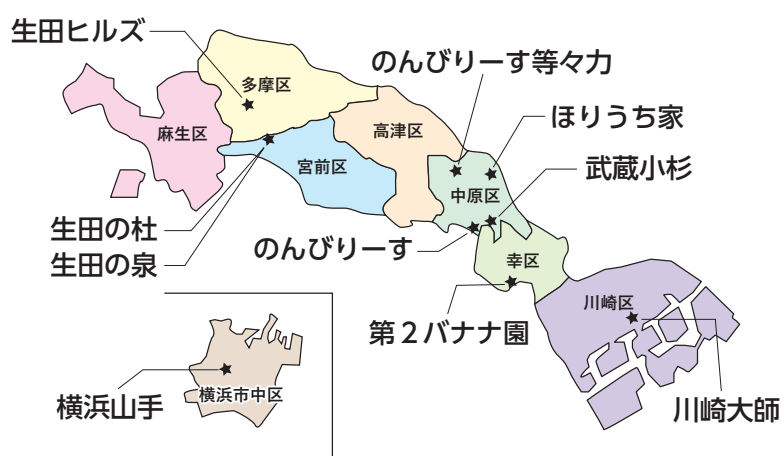


株式会社アイ・ディ・エス / 入居担当

**TEL: 044-455-6119**

Email: nyukyo@bananaen.com

## バナナ園グループ



お気軽に  
お問い合わせください

介護に関するお問い合わせ、入居の見学等も随時受け付けております》》》

専用ダイヤル

**044-455-6119**