

報道関係者各位

脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」 軽度認知障害（MCI）の改善をサポートするプラン 2月13日（水）リリース

～ 認知症に進行した場合の返金保証制度あり ～

株式会社イノベジ（本社：東京都渋谷区 代表取締役社長：高山雅行）が運営する脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」は、軽度認知障害(Mild Cognitive Impairment、以下MCIと表記)と診断された方を対象に、生活習慣の改善を通じて認知機能の低下を予防し、認知症への進行を食い止めることを目指す「軽度認知障害（MCI）改善サポートプラン」を2月13日（水）よりリリースいたします。

■MCIなら改善の可能性がある！

MCIとは、“認知症発症の前段階”の状態をいい、何もしないと1年以内に10%、5年以内に20～50%の人が認知症を発症するといわれています(※1)。厚生労働省の発表を元に弊社が試算したところ、2012年時点で高齢者全体の4人に1人が認知症もしくはMCIであるという推計結果となりました。そしてこの数は、今後も増え続けていくことが予想されています(※2)。



認知症は、現代の科学をもってしても原因究明に至らず、よって治療方法も確立されていません。認知症の主な疾病であるアルツハイマー型認知症を発症すると、症状や進行を抑えるための投薬治療が始まりますが、根本治療を目指したものではありません。しかしながらMCIの場合、そのうちの14～44%の人が、MCIから回復したといった研究が報告されており(※3)、改善の余地があることが伺えます。

■脳の健康に良い生活習慣を身につけMCIの改善を目指す

MCIは、様々な要因が絡み合うことでもたらされるものであり、現状その対策としては、生活習慣を整えることが効果的だとされています。そこで軽度認知障害（MCI）改善サポートプランでは、「脳の健康に良い生活習慣を会得するプログラム」を提供してきた「ブレインフィットネス®」のノウハウを強みに、MCIの改善に向けたトレーニングを開発いたしました。

【プランの特徴】

- 1：エビデンスに基づいたメニュー：「認知機能を刺激する脳トレ」「認知機能、身体機能改善のための運動トレーニング」「認知機能改善、生活習慣病予防のための食事指導」「質の高い睡眠を得るための睡眠指導」「ストレスケアとしてのマインドフルネス」「生活習慣改善に向けた習慣化コーチング」
- 2：医師・脳科学者監修：専門家と共にMCI関連のエビデンスを分析し、MCIにより有効なトレーニングを導入。
- 3：マンツーマン制：お客様一人ひとりに最適なトレーニングを提供できるよう、専門のトレーナーが1対1でケア。
- 4：成果の定期的チェック：主治医と連携し、物忘れ症状、認知機能、体組成、血液検査の結果などをチェック。

軽度認知障害（MCI）改善サポートプラン

回数	月に最大4回（45分/回）
対象	医師にMCIと診断されて3ヶ月以内の方 <small><対象外の方></small> 認知症の方/固有疾患をお持ちの方で、かつ主治医からの情報を共有いただけない方
入会金	無料：リリース記念キャンペーン 2019年4月27日迄 【通常料金：10,000円（税別）】
月会費	18,000円（税別）

返金保証制度 トレーニング期間中、認知症と診断された場合
 最大で7ヶ月分の月会費を返金
※返金保証制度には、返金のための条件がございます。

【本件に関するお問合せ・取材のお問い合わせ先】

株式会社イノベジ 広報・マーケティングチーム 担当：森下・山崎
 (TEL：03-6277-1671 FAX：03-6277-1672 mail：info@innovage.co.jp / web：https://brain-fitness.jp)

■監修者

医師 今野裕之

ブレインケアクリニック名誉院長

順天堂大学大学院卒。博士（医学）。大学院では老化や認知症に関する臨床研究に従事。

2016年からブレインケアクリニックを開院し、脳と心の健康を総合的に維持する「ブレインケア」の概念と認知症予防治療の実施・普及に取り組んでいる。著書に「最新栄養医学でわかった! ポケない人の最強の食事術 (青春新書インテリジェンス)」、「卵やせ (主婦の友社)」監修等多数あり。

脳科学者 杉浦理砂

首都大学東京 特任准教授

2006～2008年、米国スタンフォード大学医学部・心理学部において、主に高齢者（軽度認知障害など）の研究に携わる。2009年より、首都大学東京（旧東京都立大学）大学院において、学習による脳の可塑性、脳・言語・遺伝子との関連性などに関する研究に取り組む。首都大学東京特任准教授（現任）。

2017年4月より、株式会社イノベジニューロサイエンスラボ ディレクターに就任。「ブレインフィットネスバイブル 脳が冴え続ける最強メソッド」◆著者。

◆書籍「ブレインフィットネスバイブル 脳が冴え続ける最強メソッド」

株式会社イノベジ 代表取締役社長兼脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」プロデューサーの高山雅行とスタンフォード大学で脳トレ研究に従事した脳科学者杉浦理砂の共著で、2018年5月、幻冬舎より発刊。



脳の認知機能維持につながる生活習慣の改善など、最新脳科学に基づいた脳のケア方法を豊富なエビデンスとともに紹介。

※1 Bruscoli, M., & Lovestone, S. (2004). Is MCI really just early dementia? A systematic review of conversion studies. *International Psychogeriatrics*, 16(2), 129-140.

※2 厚生労働省 認知症施策の現状について

https://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-12601000-Seisakutoukatsukan-Sanjikanshitsu_Shakaihoshoutantou/0000065682.pdf

※3 Manly, J. J., et al. (2008). Frequency and course of mild cognitive impairment in a multiethnic community. *Annals of Neurology: Official Journal of the American Neurological Association and the Child Neurology Society*, 63(4), 494-506.

<施設概要>

◇名称 : 脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」

◇所在地 : 東京都港区白金台3-14-4 LBビルディング6F

◇公式サイト : <https://brain-fitness.jp/> ◇公式Facebook : <https://www.facebook.com/brainfitness.ebisu/>

◇「軽度認知障害 (MCI) 改善サポートプラン」Webページ : <https://brain-fitness.jp/mci/>

脳の健康に良い生活習慣を身につけることを目的とした総合的な脳トレーニングジムです。脳トレ、筋トレ、有酸素運動、マインドフルネス、食事や睡眠のレクチャー及びアドバイスなどを提供しています。東北大学加齢医学研究所との共同研究により、認知機能を維持・改善する、認知症の将来発症リスクを減らすことを示唆する研究論文を収集・分析。分析結果をもとに医師、管理栄養士、睡眠テクノロジー企業、フィットネス指導者、マインドフルネス指導者らと共同でプログラムを開発しました。現在は社内にニューロサイエンスラボを設け脳科学者がさらにエビデンス研究を進め、トレーニングに最新の脳科学の知見を取り入れています。

<会社概要>

株式会社イノベジ

◇設立 : 2013年3月4日

◇所在地 : 東京都渋谷区恵比寿4-22-10 ユニゾebisu422 8階

◇代表者 : 代表取締役社長 高山 雅行

◇事業内容 :

脳トレーニングジム「ブレインフィットネス®」の運営

「ブレインフィットネス®」のノウハウを活用した就労移行支援事業所「ニューロワークス」の運営

【本件に関するお問合せ・取材のお問い合わせ先】

株式会社イノベジ 広報・マーケティングチーム 担当：森下・山崎

(TEL : 03-6277-1671 FAX : 03-6277-1672 mail : info@innovage.co.jp / web : <https://brain-fitness.jp>)