

# 脳活性化メソッド「シナプソロジー」の効果についてのお知らせ

2018年11月29日  
朝日新聞デジタル&M

(PR TIMES) - リリース発行企業：株式会社ルネサンス

健常中高年者への効果を確認

株式会社ルネサンス（本社：東京都墨田区、代表取締役社長執行役員：吉田正昭、以下「当社」）は、当社が開発した脳活性化メソッド「シナプソロジー」の実践において、健常中高年者の実行機能※（注意切り替え機能）が、より短期間（数ヶ月間）でも向上する可能性が示唆されましたことをお知らせいたします。

本結果は、第36回日本認知症学会学術集会で、国立大学法人筑波大学 医学医療系 精神医学 根本 清貴准教授のグループにより発表され、また、本研究報告は精神医学専門誌「Psychiatry and Clinical Neurosciences」に掲載されました。

今回の結果は、シナプソロジーの実践で、課題を発見し、それに対する解決策を導き出す能力を向上できる可能性を示しています。課題に素早く気づき、対応できる能力は、ビジネス等でますます求められる能力です。当社は企業向けのシナプソロジーを活用した商品の展開を加速してまいります。

※実行機能は、複雑な課題の遂行に際して課題ルールの維持や切り替え、情報の更新などを行う認知制御機能であり、認知症では低下することが知られている。



## 1. 研究目的

実行機能に焦点をあてたトレーニングを行うことで、健常中高年者の実行機能がどのように変化するかを検討いたしました。

## 2. 効果検証方法

### (1) 介入方法

週1回（1回60分）の頻度で3ヶ月間（全12回）「シナプソロジー」の実行機能に焦点をあてたエクササイズを実践

## (2)対象者

健常中高年者 50～60 歳代 52 名（開始時平均年齢 62.5 歳、男性 9 名，女性 43 名）

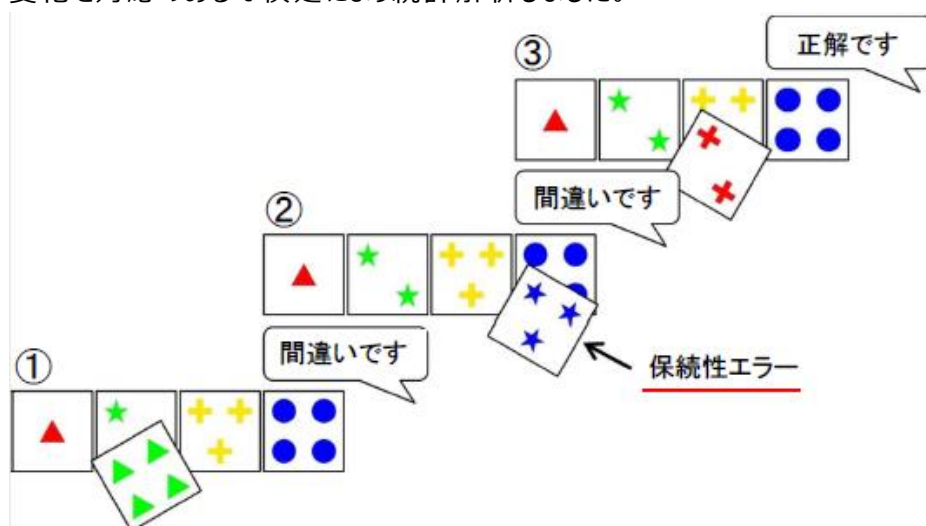
## (3)評価方法

« Wisconsin カード分類課題（WCST） »

被験者は「色」「形」「数」の 3 種類のどれかが一致するカードを選び回答します。合っていればそのルールに基づいて回答を続けられれば正答となりますが、途中でルールが変更されるため、また新たなルールを見つけ出し対応することが必要になります。

前回正解したルールへの固執（Milner 型エラー）、直前に誤答したルールへの固執

（Nelson 型エラー）、連続正答したルール数（達成カテゴリー数）を測定し、介入前後の変化を対応のある t 検定により統計解析しました。



## 3. 結論

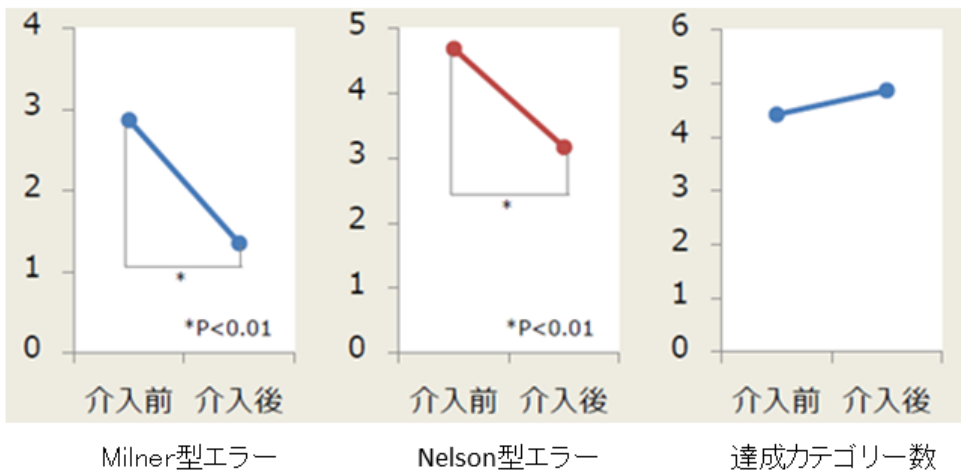
「シナプソロジー」（特に実行機能に焦点をあてたエクササイズ）を実践することで、健常中高年者の実行機能のうち注意切り替え機能が、より短期間（数ヶ月間）の介入によっても向上する可能性があることが示唆されました。

本研究の結果は、脳機能改善の仕組みを解明することに寄与するものと考えられます。

＜評価結果＞

介入前後で WCST の Milner 型・Nelson 型エラーの減少（改善）で有意差（ $P < 0.01$ ）が認められました。

達成カテゴリー数は微増しましたが有意差は認められませんでした。このことは、テストに慣れたことで 2 回目の検査結果がよくなったということではないことを意味し、Milner 型、Nelson 型の保続性エラーが減った（改善した）ことが意味のあることを示唆します。



#### 4. 「シナプソロジー」とは

「シナプソロジー」は、じゃんけん、ボール回しといった基本的な動作に対して、感覚器（五感）を通じて入る刺激や、認知機能に対する刺激を変化させ続け（スパイスアップ）、その刺激に対して反応する事で、脳を活性化させていくメソッドです。

できること（習得）を目的とせず、できないことに対応する状態を作り出すことで脳機能の向上を図ります。

場所を選ばず短時間で、参加者の年齢、性別、体力レベルなどに応じて調整が可能ですので、幅広い対象者に対して実施することができます。現在、介護予防事業、企業の健康経営、フィットネスクラブを始めドラッグストア・薬局等を起点とした地域の健康づくり、子どもの教育、アスリートのパフォーマンス向上等、様々な分野で活用されています。



「シナプソロジー」ホームページ: <http://synapsology.com>

※シナプソロジー、シナプソロジーロゴ、SYNAPSOLOGYは、株式会社ルネサンスの登録商標です。

以上

(提供：PR TIMES)