

認知症予防プログラム インストラクターの募集

国立長寿医療研究センターで行われている研究の一環として、
認知症予防プログラム（地域版J-MINT Brain Health プログラム）
の教室を行うインストラクターを募集しています。
インストラクター認定資格取得に必要な研修は無料で受講できます！

●業務内容

- ・当センターの作成した研修プログラムの受講
（計3-4ヶ月程度：e-learningによる事前学習18教科、対面での実技試験・研修2回）
- ・研究内容に沿って、対象者への認知症予防プログラムの実施
- ・対象者の身体機能測定の補助

●応募要件

- ・年齢：70歳まで
- ・介護予防主任運動指導員、介護予防運動指導員の資格保有者
- ・下記勤務地のいずれか、または複数で勤務可能な方
- ・研究活動に興味があり、事前に定めた計画通りに責任をもってプログラムを実施できる方

●勤務条件

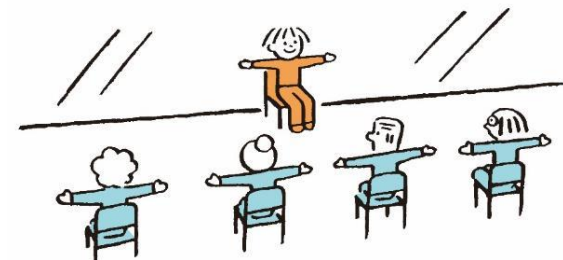
- ・勤務地：①愛知県江南市 金曜AM/PM（不定期で大府市火曜AM/木曜PMでの勤務あり）
②三重県いなべ市 金曜AM/PM ③岐阜県高山市 水曜AM/PM
④岐阜県岐南町 水曜PM/木曜PM
- ・勤務期間：2027年4月～2028年3月
- ・勤務頻度：シフトにより調整

●求める人材

- ・電子機器の設営・操作（プロジェクター・タブレット等）が可能な方
- ・業務ツール（GMOサイン、LINE WORKS等）のアカウント作成ができることが望ましい
- ・個人契約できることが望ましい
（所属先経由での契約となる場合、所属先が業務請負契約を結ぶことが必要）

●給与等

- ・教室1回（約3時間）：10500円
- ・交通費の別途支給なし（給与に交通費相当額を含む）
※講座・研修の受講料は無料



●応募方法

- ・ご興味のある方は、下記フォームよりご応募ください（応募締め切り日：7/31）
- ・書類選考通者には後日、事業説明を兼ねて1時間程度の面談（オンライン可）を実施します

応募フォーム：<https://forms.cloud.microsoft/r/xhc50uizif>



【問い合わせ先】

国立長寿医療研究センター 予防科学研究部
e-mail：learning@j-mint.co.jp



国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター
National Center for Geriatrics and Gerontology



J-MINT
JAPAN-MULTIMODAL INTERVENTION TRIAL
FOR PREVENTION OF DEMENTIA

地域版J-MINT Brain Health プログラムとは

【J-MINTについて】

J-MINTの正式名称は、

認知症予防を目的とした多因子介入によるランダム化比較研究
Japan-Multimodal Intervention Trial for Prevention of Dementia

J-MINT研究とは、認知症のリスクを持つ高齢者に、
「生活習慣病の管理」「運動指導」「栄養指導」「認知トレーニング」
の4つを組み合わせた多因子介入プログラムを行い、認知機能低下の予防効果を検証した研究です。

【研究概要】

国立長寿医療研究センターでは、認知症予防を目的としたプログラムの効果を検証したJ-MINT研究の成果に基づき、市町村など地域で導入可能な、認知症予防を目的としたプログラム「地域版J-MINT Brain Healthプログラム」を新たに開発しました。

全国20自治体と研究の推進に関わる連携協定を締結し、2026年4月より「地域版J-MINT Brain Healthプログラム」が認知機能に与える効果を検証するクラスターランダム化比較試験を開始しています。

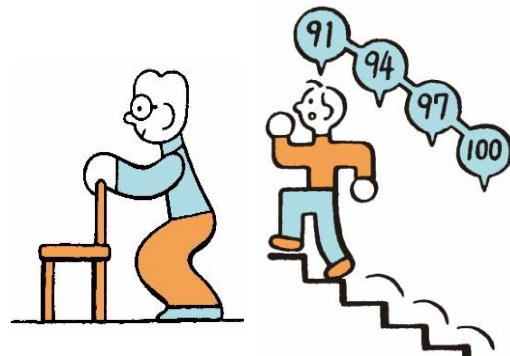
本プログラムは、1回90分、週1回のペースで全48回にわたり実施する教室型のプログラムです。各回はおおよそ20名の参加者を対象に、インストラクターが指導を行います。参加者は、運動や食事、社会活動など、認知症予防に役立つ知識や生活習慣を体系的に学び、自身の生活の中で実践に結び付けることができます。



認知トレーニング

認知トレーニング、
二重課題運動を行う

1回 25分



運動

ウォーミングアップ、
筋力トレーニング、
バランストレーニング、
エアロビクスダンスを行う

1回 45分



講話・グループワーク

認知症予防のための
生活習慣を学び、
目標設定、実践に向けた
意見交換を行う

1回 20分



生活ノートによる セルフモニタリング

自身の普段の活動を
可視化し、適宜インス
トラクターがフィード
バックすることで
行動変容を促す

- J-MINTホームページ・研究概要について -

J-MINT : <https://www.ncgg.go.jp/ri/lab/camd/departement/Preventivemed/j-mint/outline.html>

研究概要 : <https://www.ncgg.go.jp/ri/report/20251104.html>



国立研究開発法人
国立長寿医療研究センター
National Center for Geriatrics and Gerontology



J-MINT
JAPAN-MULTIMODAL INTERVENTION TRIAL
FOR PREVENTION OF DEMENTIA