

北を拓く
2022

村井 知恵 氏

Murai Tomoe

1979年旭川市出身。昭和大学作業療法学科、聖心女子大学大学院卒業。作業療法士として約6年間介護業界でのリハビリ業務を経て、家業である医療法人の組織運営に10年間携わる。現在は認知症予防運動プログラム「コグニサイズ®」の指導者として、数多くの実践指導に携わり、全世代に教育啓発する認知症社会活動「みんなで拓めよう♥レッツコグニの輪」を展開中。



©photo by yoshiko

2025年には認知症予備軍（MCI）を含めて65歳以上の3人に1人が認知症の時代になると言われているなか、認知症発症や進行抑制に効果的な運動プログラム「コグニサイズ®」の普及に取り組んでいる。

母親は旭川でケアハウス等を運営する社会福祉法人群生会の村井恵子理事長、弟は北星ファミリークリニック等を経営する医療法人恵心会の村井紀太郎理事長。子どもの頃から医療や介護の世界を身近に見て育ち、地域医療に尽くした父親（故吉太郎氏）の認知症を自宅で介護する生活も10年続けた。

「これからは、認知症が女性の社会問題になるといっても過言ではありません。介護を理由で離職している人は女性が73%を占め、平均寿命が男性よりも長い女性
は、認知症になる割合も増加します。介護される、介護する、どちらの立場であっても認知症は女性の人生に大きな影響を与える時代になります。私自身も父の認知症がきっかけで、人生が大きく変化しました。今まで助けていただけに、認知症予防に関する教育啓発活動を通して還元していきたい」