

# 令和3年度川合地区認知症予防教室

# はっらっつ！開催します！

4月	26日			
5月	10日	17日	24日	
6月	7日	14日	21日	28日
7月	5日	12日	19日	26日
8月	2日	16日	23日	
9月	6日	13日	27日	

月曜日(祝日除く)  
全 18 回  
各回 10:00~  
90分程度



講師は  
のぞみの丘  
ホスピタル  
中津先生 など

- 対象** ● 認知症や物忘れが気になる方  
認知症予防に興味のある方  
ご家族で認知症の疑いがある方 など  
どなたでもご参加いただけます。  
\*4月と9月に簡単な認知・身体機能の検査を行うため  
継続して参加される方を募集します。
- 場所** ● 川合地区センター
- 講師** ● のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 (コグニサイズ認定指導者) 等
- 内容** ● 認知症予防の講話、医師や専門職によるプチ講座  
簡単な体操、コグニサイズ等 ※プチ講座の詳細は裏面へ
- 定員** ● 30名程度(定員を超える場合は抽選)
- 受講料** ● 無料
- 申込締切** ● 4月16日(金)
- 問合せ** ● 可児市高齢福祉課 62-1111 (内線3235・3237)

- 
- 主催** ● 可児市 高齢福祉課 地域包括ケア推進係  
**共催** ● 北部地域包括支援センター 川合地区センター

2021年4月 ~ 2021年9月

日程			講座名	内容・目的	講師
第1回	4月	26日	認知症予防とコグニサイズ	教室の目的でもある認知症予防とコグニサイズを説明します。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 在宅サービス所長 <b>中津 智広</b> 先生
第2回	5月	10日	転倒予防とリハビリ体操	転倒すると認知症になる!? 歩き方と認知症の関連性!? 転倒しない意識をより強くしましょう。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 在宅サービス所長 <b>中津 智広</b> 先生
第3回		17日	認知症について学ぼう	認知症のことも知りましょう。不安ばかりでなく安心もしてください。	のぞみの丘ホスピタル 認知症専門医 <b>森藤 豊</b> 先生
第4回		24日	血圧に気を付けよう	血圧と認知症の関連性を改めて。ご自分の血圧に目を向ける時間です。	デイケアみやび 看護師 <b>長瀬 まり子</b> 先生
第5回	6月	7日	認知症を予防する生活習慣	認知症に良いとされる生活習慣。いくつできているか? 今から意識しても遅くないですよ。	サントピアみのかも リハビリ課 係長/作業療法士 <b>三宅 奈美子</b> 先生
第6回		14日	嚥下体操とお口の大切さ	いつまでも楽しく食事を…嚥下、咀嚼に必要な運動や姿勢の大切さを伝えます。	デイケアみやび 看護師 <b>天野 一馬</b> 先生
第7回		21日	認知症と糖尿病!? ロコモティブシンドローム	認知症と糖尿病との関連性は? ロコモティブシンドロームってなに?	のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 在宅サービス所長 <b>中津 智広</b> 先生
第8回		28日	MCIとは? 気付きの大切さ	認知症になりやすいMCI。医師の先生から気づきと踏み出す勇気をもらいましょう。	のぞみの丘ホスピタル 認知症専門医 <b>森藤 豊</b> 先生
第9回	7月	5日	認知症を予防する生活習慣②	認知症を予防するために大切な生活習慣。その一つを体感してみよう。	デイケアみやび 係長/看護師 <b>小林 友美</b> 先生 <b>山口 聡子</b> 先生
第10回		12日	認知症を予防する生活習慣③	認知症を予防するために、こんなポイントもあるんです!! 感覚を刺激しましょう。	デイケアみやび 看護師 <b>長瀬 まり子</b> 先生
第11回		19日	血液データを学びましょう	血液検査でわかること。そこから気を付けること。専門職から聞いてみませんか?	のぞみの丘ホスピタル 臨床検査技師 <b>河村 幸代</b> 先生
第12回	8月	26日	MCIに気付くには? ~日常から見る認知機能~	認知機能って何でしょう。日常生活の中で使っていることを学んでみましょう。	のぞみの丘ホスピタル 臨床心理士 <b>小島 一晃</b> 先生
第13回		2日	薬について学びましょう	薬剤師の方から『くすり』に関して気を付けていくべきことを聞いてください。	のぞみの丘ホスピタル 薬剤師 <b>水野 春香</b> 先生
第14回		16日	認知症の方との関わり方 ~認知症看護視点から~	認知症の方を治療する病棟って? 地域の方により理解を深めるために。是非、リアルな話を聞いてみましょう。	のぞみの丘ホスピタル 認知症治療病棟 看護師長 <b>渡邊 博文</b> 先生
第15回	9月	23日	脳について学びましょう	医師や理学療法士の講話にたくさん脳って言ってましたね…専門画像を使用して更に詳しく解説します。	のぞみの丘ホスピタル 放射線技師 <b>新井 雅之</b> 先生
第16回		6日	相談の大切さ	一人で悩んで、気づいたら…そんなことはさせません。相談の大切さを知ってください。	サントピアみのかも居宅介護支援事業所 ケアマネ <b>井戸 有子</b> 先生
第17回		13日	皆さんで地域に元気を	介護保険のこと、相談窓口、市の介護予防事業の紹介、ご案内など。皆様に「安心」を。	<b>可児市高齢福祉課</b>
第18回	27日	認知症予防のまとめ	教室の成果の報告と認知症予防の最前線をお話します。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 在宅サービス所長 <b>中津 智広</b> 先生	