

はっらっつ！

開催します！

5月	9日	16日	23日	30日	
6月	13日	20日	27日		
7月	4日	11日	25日		
8月	1日	8日	15日	22日	29日
9月	5日	12日	26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。

*5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 ●

帷子地区センター

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
認知症予防の講話、医師や専門職によるプチ講座

内容 ●

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22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 ●

帷子地域包括支援センター 帷子地区センター

2022年4月 ~ 2022年9月

帷子地区センター

日程		講座名	内容・目的	講師
第1回	5月	9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 中津 智広先生
第2回		16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 学療法士 須田 貴大先生
第3回		23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 天野 一馬先生
第4回		30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 森藤 豊先生
第5回	6月	13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。	デイケアみやび看護師 山口 聡子先生
第6回		20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。	のぞみの丘ホスピタル 嚥下認定看護師 佐藤 真由美先生
第7回		27日 認知症と糖尿病！？フレイルって何？	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 中津 智広先生
第8回	7月	4日 MCIとは？気づきの大切さ	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 森藤 豊先生
第9回		11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ましょ。	作業療法士
第10回		25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 長瀬 まり子先生
第11回	8月	1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 河村 幸代先生
第12回		8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。	臨床心理士
第13回		15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。	薬剤師
第14回		22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 渡邊 博文先生
第15回	29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きましたね…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 新井 雅之先生	
第16回	9月	5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 井戸 有子先生
第17回		12日 皆さんで地域に元気を	可見市で行う事業の紹介、ご案内、参加方法など。皆様に「安心」を。	可見市高齢福祉課
第18回		26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 中津 智広先生