

八百津町 美脳教室(認知症予防教室) 日誌

日時	令和 4年 7月 7日	木曜日	10:00~11:30	天候	晴れ
----	-------------	-----	-------------	----	----

チームN	中津 尾関
------	-------

1 スケジュール

プログラム名	備考
挨拶 HWリアリティオリエンテーション 姿勢・発声トレーニング (尾関)	事務・写真撮影 ボランティア
ストレッチ・筋トレ (尾関)	
認知症予防講座 (のぞみの丘ホスピタル 森藤 豊医師)	
コグニサイズプログラム (尾関)	
挨拶	

2 認知症予防講座(俗称:プチ講座)

講座名	内容
認知症について学びましょう	認知症についての講座。『認知症を予防するためには、まず敵である認知症を知ってもらわなくてはけません。』参加者を引き付けるように講話される。認知症の初期症状「記憶障がい」と「見当識障がい」、また日常生活における「おやっ?」と思う症状を具体的な臨床症状を含め、地域の方々に向けての分かりやすい言葉で伝えておられた。「MCI:軽度認知機能障がい」については、「もうちょっとでイカン!」と皆さんに警戒していただく段階としてをお話ししていただく。脳の筋トレ!『これからコグニサイズを継続して下さい』と参加者さまに気合と意欲を注入されていた。
担当	
医師 森藤Dr.	
時間	
10:40~11:30	

3 コグニサイズメニュー

内容
足踏み + 数唱 (数字の課題にて上肢操作)
足踏み + 作業記憶課題 (数字と手指動)
足踏み + 数字と関連付けた 他者との身体タッチング課題 計算
1人で行うコグニサイズ中心。対面、ソーシャルディスタンスを考慮したグルーピングは検討。

4 その他メニュー

バイタルサインプログラム①	→	受付にて検温・問診
バイタルサインプログラム②		血圧は基本、自宅での測定(未測定の方のみ)
教室の説明 スタッフ紹介	:	八百津町地域包括支援センター担当者より説明
相談	⇒	参加者さまからのニーズに合わせて対応 包括スタッフに随時報告
初期評価	⇒	握力・TUG・反応速度・質問紙(不安度) ※ 未測定の方のみ

5 反省・次回の予定など

新型コロナウイルス感染対策を徹底。3密回避を考慮しながら、かつ、教室としての一体感を演出することが重要。椅座位中心のトレーニング。転倒など大きなトラブルなし。換気徹底。 	参加者数		
	性別	男性	女性
	人数	2	9
	合計	11 / 12名中	

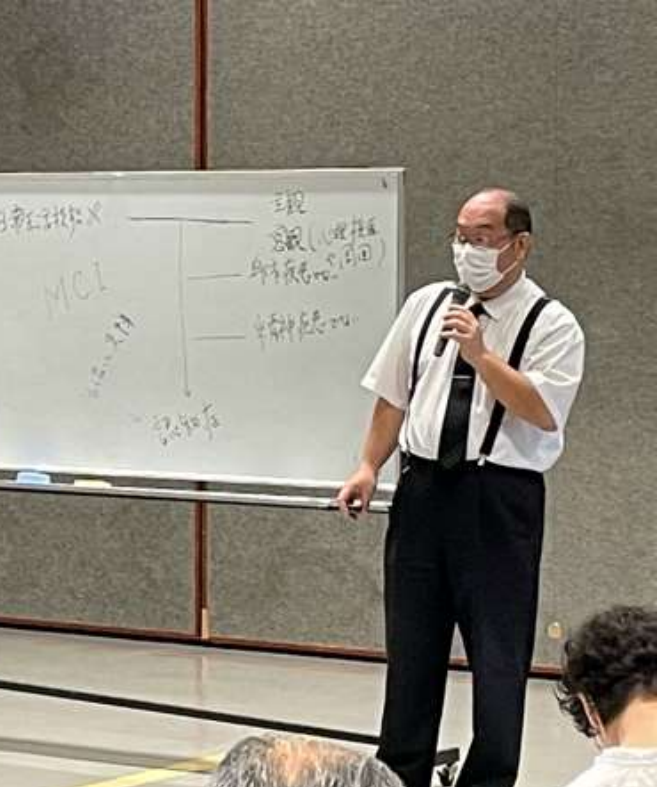
6 参考資料・教室の様子など



入館前の検温、問診など
新型コロナウイルス
感染対策を講じながらの
教室開催！！







第4回 プチ講座

講師：医師 森藤 豊

認知症を学びましょう

認知症とは何か？正しき理解へ。そのために脳の解剖をしっかり！