

富加町 認知症予防教室 日誌

第1教室

日時

令和 4年 6月 8日

水曜日 9:30~11:00

天候

晴

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 (中津)	事務・写真撮影 中津・尾関
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 酒井医師)	
コグニサイズプログラム (中津)	
挨拶	

2 認知症予防講座 (俗称：プチ講座)

講座名	内容
認知症とMCI	本日は、認知症診療を多く経験していらっしゃる医師の先生からの講座。認知症とは誰もが起こり得る状態であるからこそ、正しい理解が大切。そんなヒントを頂けた講座であった。認知症という疾患、そして症状の理解が大切。また前段階である「MCI (軽度認知機能障がい)」からの予防活動は重要！というポイントは、聴講される地域の方々の注意を集める。早めに「相談」できる場所やヒトとのつながりは、この教室も含め大切にしていきたいと改めて感じた。
担当	
医師 酒井Dr.	
時間	
10:20~10:45	

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・手拍子)
足踏み + 作業記憶課題 (数字と手指動) ストループ課題 (文字・色の識別)
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実施。

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)
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	⇒ 身体計測 握力 TUG 反応速度 質問紙 (HADS) ※未評価の方のみ

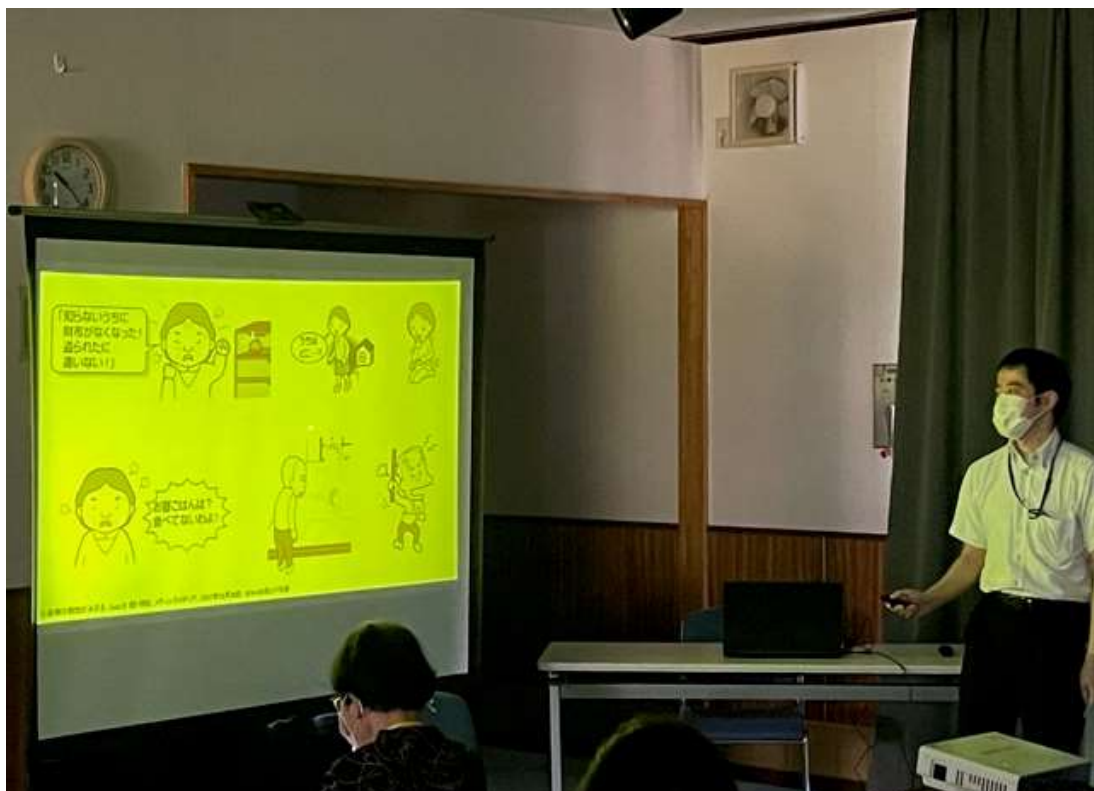
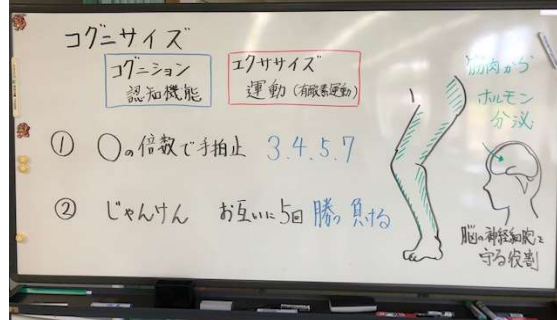
5 反省・次回の予定など

新型コロナウイルスのための感染対策として、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を意識し行う。参加者さん、ボランティアさんともに先年度から継続される方も多く、自然と笑顔が溢れる！本日から新規1名 (以前、参加歴あり)	参加者数	
	性別	男性 女性
	人数	1 15
	合計	16 / 19名中

6 参考資料・教室の様子など



新型コロナウイルス感染対策を
講じながらの教室開催！！
3密回避！！



第3回 プチ講座

講師：医師 酒井Dr.

認知症とMCI

スライドを用いて分かりやすく説明していただく！！
予防の重要性とトレーニングの継続！そして早めの相談が、やはり重要です。