

帷子地区センター はつらっつ(認知症予防教室) 日誌

日時 令和 4年 8月 15日 月曜日 10:00~11:30 天候 晴れ

チームN 中津 須田

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 運営スタッフ
ストレッチ・筋トレ (須田)	
認知症予防講座 (のぞみの丘ホスピタル 薬剤師 佐伯氏)	
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
薬について学びましょう	<p>薬剤師からの講座。認知症を予防するために日々頑張ってみえる地域の方々に「薬」についての講座を届ける。病院などで処方される処方薬や市販薬…の注意点。薬による効果と副作用はしっかり説明を受けること。やはり自己判断で薬を中止しないこと！薬の量、数または飲み方なども迷ったら医師と相談が大切！！などの重要なポイントをお話して頂く。認知症治療薬に関して、現在、認可を受けているものは4つ。脳の神経伝達物質に関与することを学ぶ。</p>
担当	
のぞみの丘ホスピタル 薬剤師 佐伯薬剤師	
時間	
10:45 ~ 11:15	

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 (活動) 課題 計算・言語課題
1人で行うコグニサイズと感染対策を徹底し対面 (ペア) でのコグニサイズ。

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	→	血圧測定
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 ※未測定の方へ実施も含む。

5 反省・次回の予定など

新型コロナウイルス感染対策を行いながら教室運営。マスク着用、手指消毒などの標準対策はもちろんのこと換気やソーシャルディスタンスにも気を配りながらトレーニングを実施。運動に伴う体調変化や転倒予防も常時、気を付けていく。



参加者数

性別	男性	女性
人数	5	18
合計	23	
	/ 37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！！



第13回 プチ講座 講師 : 薬剤師 佐伯和俊氏

薬について学びましょう！

薬剤師からの専門的かつ分かりやすい「くすり」の講話！！