

八百津町 美脳教室(認知症予防教室) 日誌

日時 令和 4年 8月 18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 (中津) | 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 (予定なし) | |
| 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 |
|-----|----------|
| 担当 | 本日は予定なし。 |
| 時間 | |
| | |
| | |

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 |
| 最終評価 | → 握力・TUG・反応速度・質問紙 (不安度評価) |

5 反省・次回の予定など

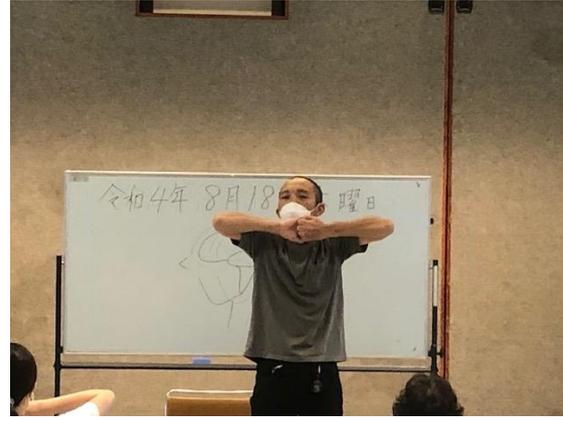
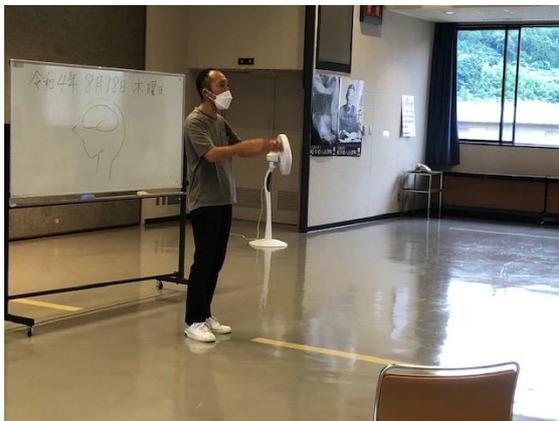
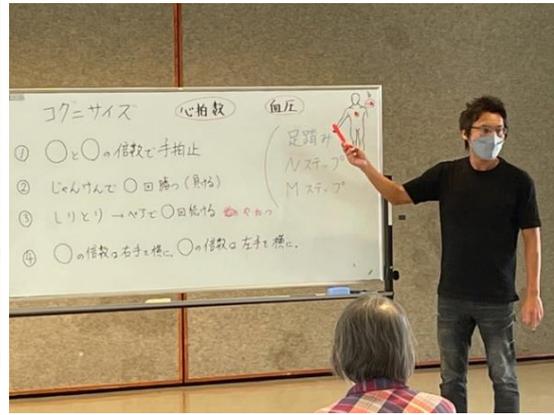
新型コロナウイルス感染対策を徹底。3密回避を考慮しながら、かつ、教室としての一体感を演出することが重要。椅座位中心のトレーニング。転倒など大きなトラブルなし。換気徹底。



| 参加者数 | | |
|------|--------------|----|
| 性別 | 男性 | 女性 |
| 人数 | 2 | 8 |
| 合計 | 10 / 12名中 | |

6 参考資料・教室の様子など

第7波！注意！！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！！



教室の成果を知るための最終評価実施。

またコグニサイズの課題を考えて...より理解を深め、実践を重ねました。

