

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 9月 5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 (サントピアみのかも居宅介護支援事業所 井戸ケアマネ)	
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
相談の大切さ	『相談する』ということはどういうことなのか？概論から話を進め、日常生活の中で不安に思うところを解消するためのプロセスを分かりやすく説明。『相談する前には、気持ちの整理を』『すぐに答えを求めない心構え』など、相談の奥深さ、さらにはシンプルな対応方法でありながらも誰にでもできる…ことを改めて教授いただいた。誰もが不安なことがある…関係性が出来てなければ相談出来なこともある。皆様の一步踏み出すきっかけを作っていたいただいた。
担当	
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	
時間	
10:40 ~ 11:00	

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・グループ) 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
最終評価	→	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。

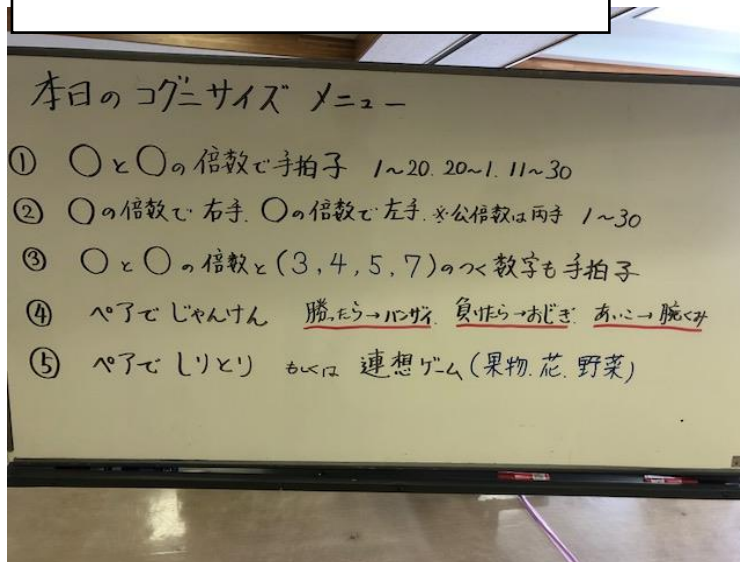


参加者数

性別	男性	女性
人数	6	22
合計	28	
	/ 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16回 プチ講座

講師： サントピアみのかも居宅介護支援事業所 井戸 有子氏

相談の大切さ！

認知症の方の学びをしてきた皆様だからこそ。
改めて相談が何故大切なのか…実践あるケアマネからの説明！

