

七宗町 いきいきキラキラ教室(認知症予防教室) 日誌

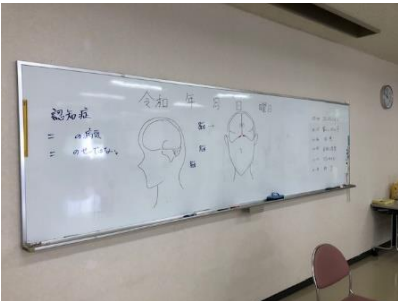
日時 令和 5年 5月 9日 火曜日 10:00~11:30 天候 晴れ

チームN	中津
------	----

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 (中津)	
認知症予防講座 (のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 中津智広)	
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	本日はプチ講座なし
		

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 3・4の倍数)
足踏み + 作業記憶課題 (手指動作と粗大運動などを活用)
足踏み + 注意課題 空間認知 計算課題 言語課題 など
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	: 七宗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計測 (初参加の方のみ)

5 反省・次回の予定など

<p>基本的な感染対策を徹底。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。新たな参加者さんもいらっしやる。</p>	参加者数		
	性別	男性	女性
	人数	0	10
	合計	10 / 15名中	



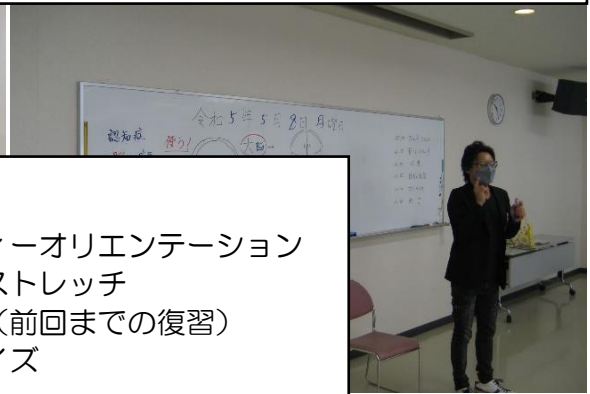

6 参考資料・教室の様子など

入館前の検温、問診など基本的な感染対策を講じながらの教室開催！！

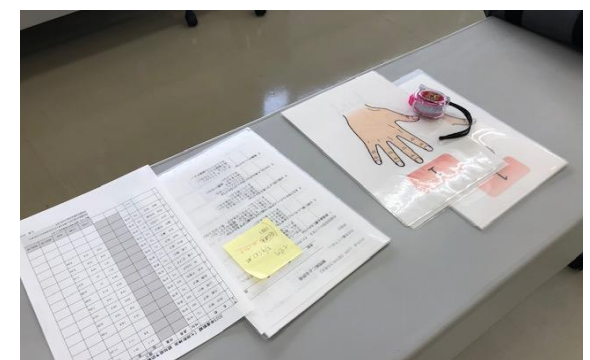


<メニュー>

- リアリティーオリエンテーション
- 筋トレ・ストレッチ
- プチ講座（前回までの復習）
- コグニサイズ



何度か行った課題も…
工夫次第で、新しい課題に早変わり！！(汗)コグニサイズは無限です！



次回は反応速度と不安度の評価！！