

御嵩町 認知症予防教室(A教室) 日誌

日時 令和 5年 5月 29日 月曜日 13:30~15:30 天候 雨

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 ボランティア
ストレッチ・筋トレ (中津)	
認知症予防講座 (御嵩町役場 管理栄養士 奥村氏・歯科衛生士 佐橋氏)	
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)

御嵩町特別プログラム

講座名	内容
口腔・栄養について 学びましょう	 <p>本日、配布された資料の一部を掲載させて頂きます。</p>
担当	
歯科衛生士 奥村美雪氏 管理栄養士 佐橋美香氏	
時間	
13:30~15:30	

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 (じゃんけん+ルール) ストループ課題 (文字・色の識別)
足踏み + 空間認知課題 注意課題 言語課題 計算課題
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	: 御嵩町 認知症予防教室 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	⇒ 質問紙 (予定であったが別日に変更) ※ 未測定の方の評価

5 反省・次回の予定など

御嵩町での「認知症予防教室」事業。基本的な感染対策を実施。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。	参加者数		
	性別	男性	女性
	人数	6	11
	合計	17 / 21名中	



御嵩町 事業担当者様ほか 3名

6 参考資料・教室の様子など

基本的な感染対策を講じながらの教室開催！！

御嵩町特別メニュー

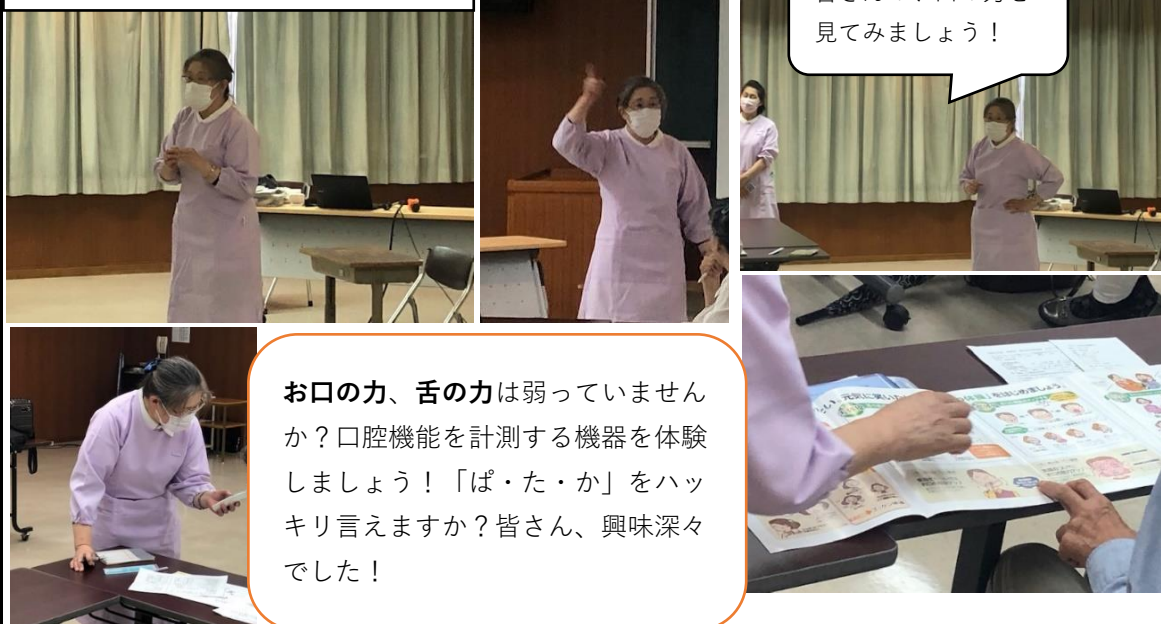
- 栄養に関する講話 13:30~14:30
- 口腔機能に関する講話 14:30~15:30

第1部 栄養に関する講話



注目すべきポイントであるオーラルフレイルを主題にした講話から、皆さまがバランス良く栄養が摂れているか...実際に思い出しながら作成！数日間のメニューを可視化する。

第2部 口腔機能に関する講話



第4回 プチ講座

講師： 歯科衛生士 奥村美雪氏 / 管理栄養士 佐橋美香氏

口腔・栄養に関して学びましょう

認知症予防や健康維持に関連する、最新の知見の一つ！
いつまでも美味しく、かつ楽しく効果的に食事するためのポイントを学ぶ。