

美濃市 認知症予防教室(上牧会場) 日誌

日時 令和 5年 6月 28日 水曜日 13:30~15:00 天候 晴れ

チームN 須田 尾関 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 (須田) | 事務・写真撮影 ボランティア |
| 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 理学療法士 須田) | |
| コグニサイズプログラム (須田) | |
| 挨拶 | |

2 認知症予防講座 (俗称：プチ講座)

前回の復習もあり

| 講座名 | 内容 |
|-----------------------|---|
| 脳や身体の基礎知識 ～血圧について～ | <p>普段から使い慣れている「からだ」という言葉。もちろん人によってはしっかり学んでいる方もいると思います。健康維持や認知症予防に必要とされている運動。その運動の効果を上げるためにも、自身の体について知ること、意識することが大切です。教室の中で、日頃、使われている…使っている…私たちの不思議で大切な体、脳についての話題を提供。血圧に関して、しっかりとコントロールすることが大切です！！</p> |
| 担当 | |
| のぞみの丘ホスピタル 須田貴大 | |
| 時間 | |
| 14:15~14:35 | |

3 コグニサイズメニュー

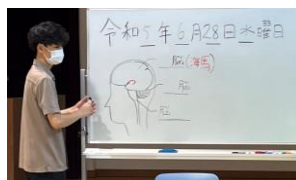
| 内容 |
|--|
| 足踏み + 数唱 (数字の課題にて上肢操作・手拍子) |
| 足踏み + 作業記憶課題 (じゃんけん+ルール) ストループ課題 (文字・色の識別) |
| 足踏み + 空間認知課題 注意課題 言語課題 計算課題 |
| 1人で行うコグニサイズと感染対策を徹底し対面(ペア)でのコグニサイズ。 |

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 | : 美濃市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・反応速度・質問紙(アンケート法による不安度評価) ※未評価の方 |

5 反省・次回の予定など

美濃市 上牧地区における今年度の認知症予防教室。基本的な感染対策を講じ、3密回避を考慮。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 | 0 | 7 |
| 合計 | 7 | |
| | / 8名中 | |

6 参考資料・教室の様子など

