

日時 令和 5年 6月 14日 水曜日 9:30~11:00 天候 くもり

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 取材スタッフ
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 認知症予防専門医 森藤Dr.)	
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
認知症とMCI	認知症診療を多く経験していらっしゃる医師の先生からの講座。認知症とは誰もが起こり得る状態であるからこそ、正しい理解が大切。そんなヒントを頂けた講座であった。認知症という疾患、そして症状の理解が大切。また前段階である「MCI (軽度認知機能障がい)」からの予防活動は重要！というポイントは、聴講される地域の方々の注意を集める。早めに「相談」できる場所やヒトとのつながりは、この教室も含め大切にしていきたいと改めて感じた。
担当	
医師 森藤Dr.	
時間	
10:20~10:45	

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

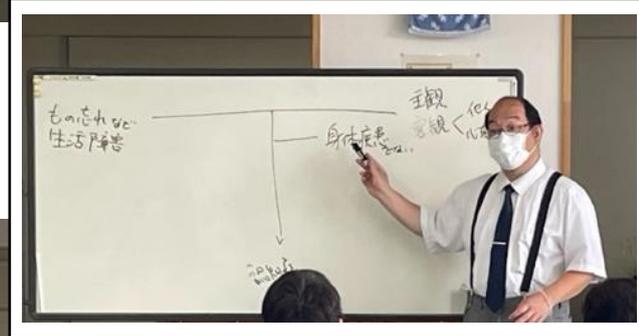
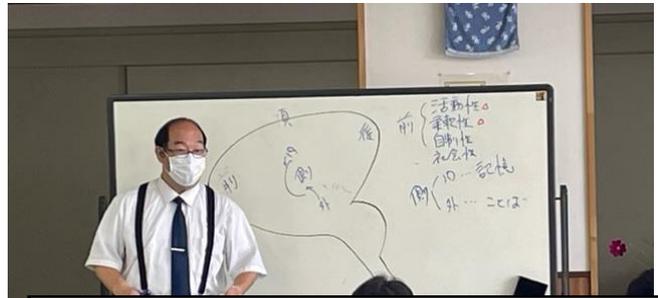
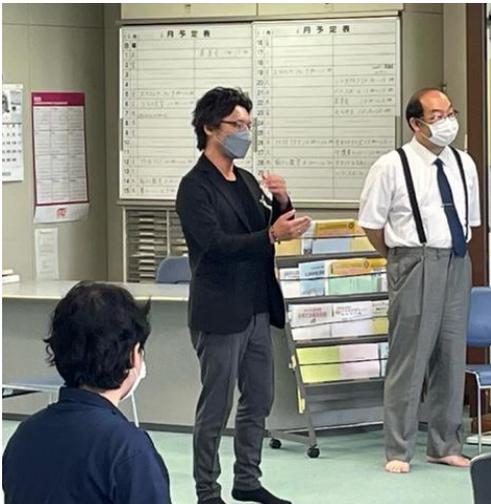
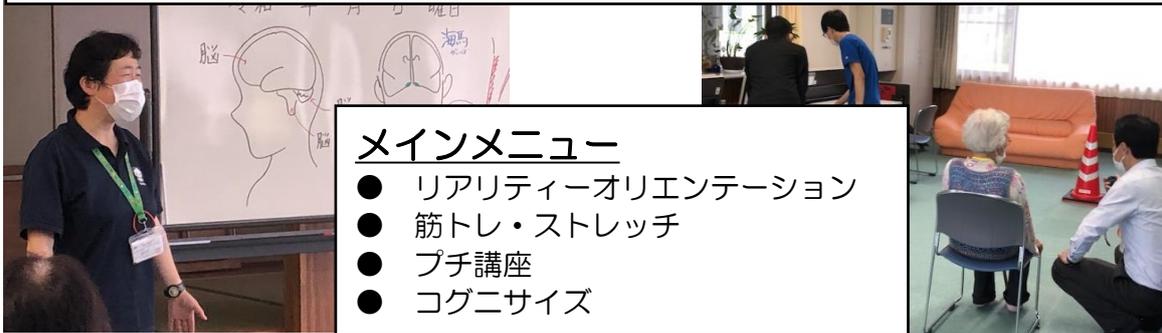
バイタルサインプログラム①	→ 受付にて検温・問診
バイタルサインプログラム②	→ 血圧は基本、自宅での測定 (未測定の方のみ)
教室の説明 スタッフ紹介	: 富加町地域包括支援センター担当者より説明
相談	⇒ 参加者さまからのニーズに合わせて対応 包括スタッフに随時報告
初期評価	⇒ 握力・TUG・反応速度・質問紙 (身体測定) ※質問紙回収 未測定の方の評価

5 反省・次回の予定など

<p>今年度初の地域貢献活動となる。基本的な感染対策、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。参加者さん、ボランティアさんともに自然と笑顔が溢れる！</p> 	参加者数		
	性別	男性	女性
	人数	0	16
	合計	16 / 16名中	

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！！3密回避！！



第3回 プチ講座

講師：医師 森藤Dr.

認知症とMCI

予防の重要性和トレーニングの継続！そして早めの相談が、やはり重要です。
認知症と手前の段階のMCI（もうちょっとでイカン！）に関する学習。