

美濃市 認知症予防教室(上牧会場) 日誌

日時 令和 5年 8月 9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 運営スタッフ
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 森藤豊Dr.)	
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)

講座名	内容
認知症とMCI	このご時世、認知症も前段階、つまりMCIの段階での活動が求められる。活動に参加することが重要なことであると同時に、敵である認知症とは何か？正しく理解をし、また正しく怖がることをしていかなければならない。今回は「4大認知症」を主題にし、各認知症の特徴を説明。認知症と一括りにしては見逃す症状もある（正しい理解は自身を救う）。また専門機関への受診が何故、必要なのか！も…少し感じてくれるようなメッセージ性の高い講座。
担当	
医師 森藤Dr.	
時間	
14:15 ~ 15:00	

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 (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

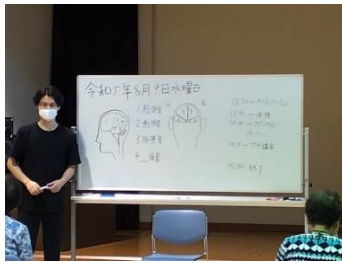
5 反省・次回の予定など

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



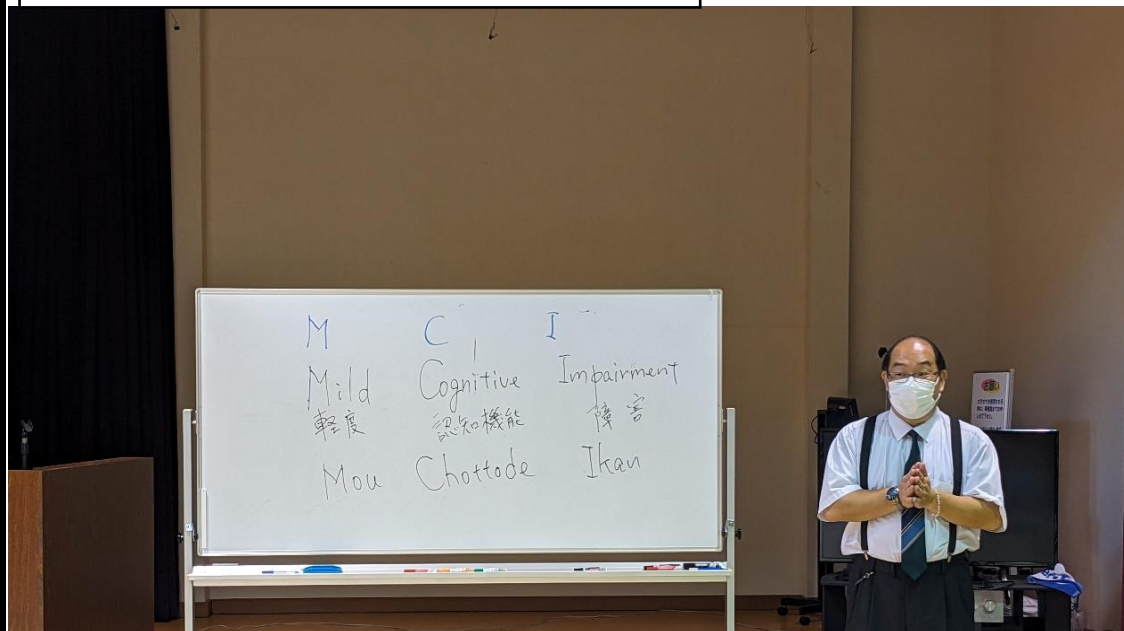
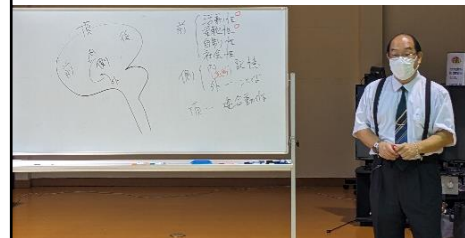
6 参考資料・教室の様子など

基本的な感染対策を
講じながらの教室開催！！



認知症予防教室プログラムメニュー

- リアリティ・オリエンテーション
- 筋トシ・ストレッチ
- プチ講座
- コグニサイズ



第4回 プチ講座

講師：医師 森藤豊Dr.

認知症とMCI

認知症予防教室（運動と学びの場）の目的は「認知症の予防」！
認知症とは何か。前段階のMCIという状態も含め正しい知識を伝達！