

美濃加茂市 レッツはつらつ元気塾(B教室) 日誌

日時 令和 6年 8月 9日 金曜日 13:30~15:00 天候 晴れ

チームN 中津智広 小林友美

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 (本日は講座なし) | |
| コグニサイズプログラム (小林) | |
| 挨拶 (中津 小林) | |

2 フレイル予防講座 (俗称：プチ講座)

本日は講座なし

| 講座名 | 内容 |
|-----|----|
| 担当 | |
| 時間 | |
| | |
| | |

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 | 血圧測定と記録 |
| 教室の説明 スタッフ紹介 | : 美濃加茂市高齢福祉課スタッフより説明 |
| 相談 | ⇒ 参加者さまからのニーズに合わせて対応 高齢福祉課スタッフに随時報告 |

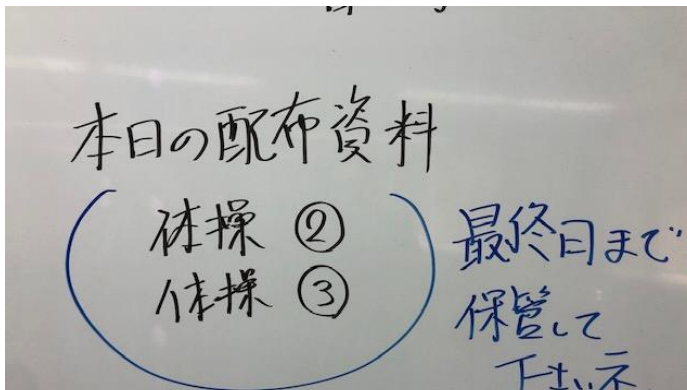
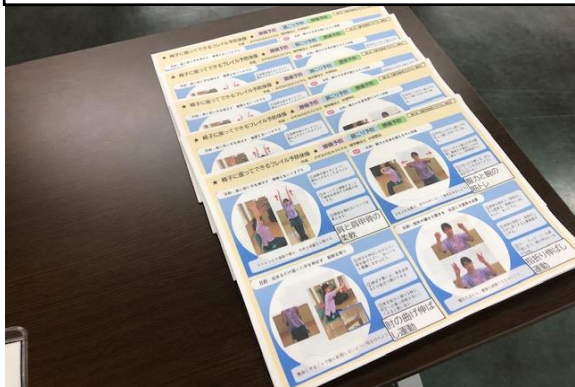
5 反省・次回の予定など

| | | |
|--|------|--------------|
| 美濃加茂市において「認知症予防教室プログラム」を実施する事業。開催にあたり、基本的な感染対策は継続。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。 | 参加者数 | |
| | 性別 | 男性 女性 |
| | 人数 | 3 9 |
| | 合計 | 12 / 15名中 |

ほか美濃加茂市 事業担当者 数名

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！！



清仁会 フレイル（認知症）予防教室メニュー

- 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
- コグニサイズ

