

美濃市 認知症予防教室(上牧会場) 日誌

日時 令和 6年 9月 18日 水曜日 13:30~15:00 天候 晴れ

チームN 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 (尾関)	事務・写真撮影 運営スタッフ
ストレッチ・筋トレ (尾関)	
認知症予防講座 (美濃市地域包括支援センター 大坪友美氏)	
コグニサイズプログラム (尾関)	
挨拶	

2 認知症予防講座 (俗称：プチ講座)

講座名	内容
皆さんで地域に元気を	日頃、地域のために様々な形でサポートして下さる場所！「美濃市地域包括支援センター」さん。皆様に知って頂きたいことをポイントは①介護や健康に関する実践をしている！ ②権利を守る指針で活動！ ③総合的な相談先としての場所！ ④様々な機関との連携推進！ 改めて…地域包括支援センターさんの存在は、地域の方々を支える縁の下の力持ち！安心を与える存在だなと感じる。今回は、この日報にのみ残す。
担当	
美濃市地域包括支援センター 大坪友美 氏	
時間	
14:30~14:45	

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

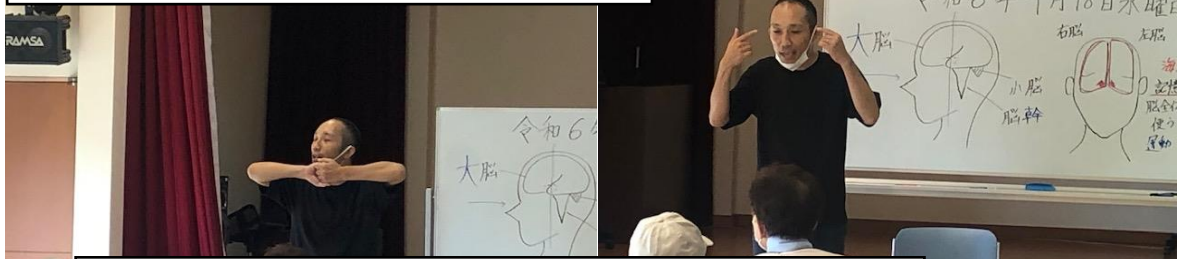
バイタルサインプログラム① → 受付にて検温・問診
バイタルサインプログラム② 血圧は基本、自宅での測定 (未測定の方のみ)
教室の説明 スタッフ紹介 : 美濃市地域包括支援センター担当者より説明
相談 ⇒ 参加者さまからのニーズに合わせて対応 包括スタッフに随時報告

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	1 8
	合計	9 / 10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！！



清仁会 認知症予防教室メニュー

- リアリティ・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



第8回 プチ講座

講師：美濃市地域包括支援センター 大坪友美

地域包括支援センターの紹介