

今渡地区センター はつらっつ(認知症予防教室) 日誌

日時 令和 7年 2月 6日 木曜日 13:30~15:00 天候 雪 晴れ

チームN 中津智広 須田貴大 伊藤千加良

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 (須田)	
認知症予防講座 (のぞみの丘ホスピタル 薬剤師 成瀬英希)	
コグニサイズプログラム (須田・中津)	
挨拶	

2 認知症予防講座 (俗称：プチ講座)

講座名	内容
薬について学びましょう	認知症を予防するために日々頑張ってみえる地域の方々に「くすり」についての講座を届ける。病院などで処方される処方薬や市販薬の注意点。薬による効果と副作用はしっかり説明を受けること。やはり自己判断で薬を中止しないこと！薬の量、数または飲み方なども迷ったら医師と相談が大切！！などの重要なポイントをお話しする。認知症治療薬として、現在、認可を受けているものは4つの薬剤と新薬のレケンピ。脳の神経伝達物質に関与するなどを学ぶ。
担当	
のぞみの丘ホスピタル 薬剤師 成瀬英希	
時間	
14:15~14:45	

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	→	血圧測定
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
コグニラダー	⇒	会場に準備 休憩時などに実施 (○の倍数のときに手拍子)

5 反省・次回の予定など

2024年度 後期の可見市 認知症予防教室事業「はつらっつ」が開催される。基本的な感染対策を行いながら教室運営。マスク着用は個人判断であるものの、皆さんの感染対策意識は高く、手指消毒、換気やソーシャルディスタンスにも気を配りながらトレーニングを実施。運動に伴う体調変化や転倒予防も常時、気を付けていく。



参加者数		
性別	男性	女性
人数	10	13
合計	23	
	/ 38名中	

その他 運営スタッフ数名

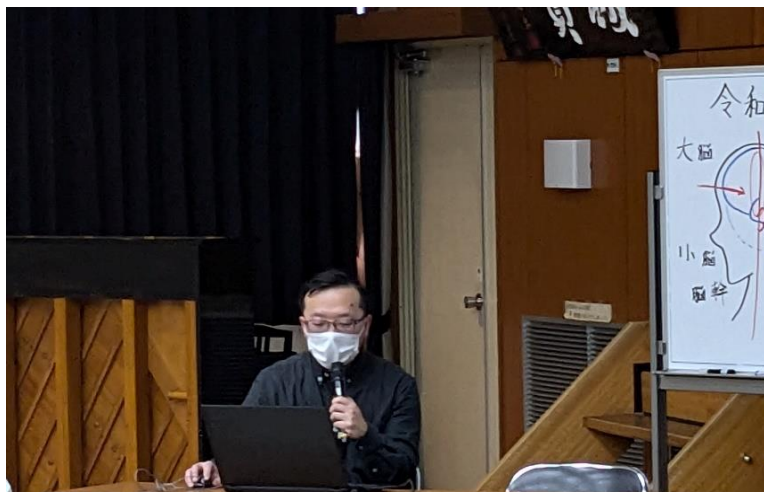
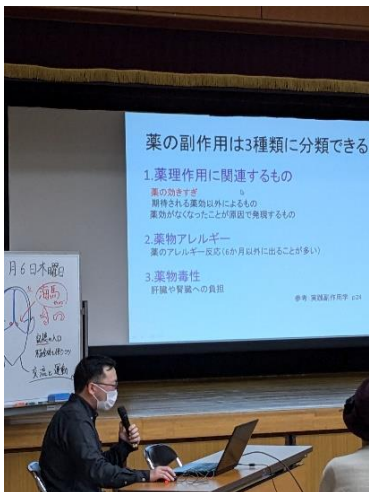
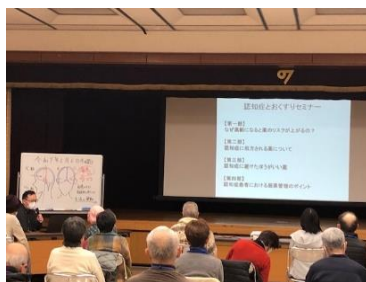
6 参考資料・教室の様子など

基本的な感染対策を講じながらの教室開催！！



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
- 筋トシ・ストレッチ
- プチ講座
- コグニサイズ



第13回 プチ講座 講師：薬剤師 成瀬英希

薬について学びましょう！

くすりは正しい知識が必要。無知は…「リスク」？
認知症の治療に関連する「くすり」の講話！！