

# 七宗町 いきいきキラキラ教室(認知症予防教室) 日誌

日時 令和 7年 3月 7日 金曜日 10:00~11:30 天候 晴れ

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 ( 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 ( 七宗町地域包括支援センター )	
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
認知症サポーター養成講座	本日の講座の一場面
担当	
七宗町地域包括支援センター 鈴木有也氏	
時間	
10:00~11:30	

内容
足踏み + 数唱 (数字の課題にて上肢操作 3・4の倍数)
足踏み + 作業記憶課題 (手指動作と粗大運動などを活用)
足踏み + 数字と関連付けた 他者との身体タッチング課題 計算 言語課題 など
1人で行うコグニサイズ中心。対面、ソーシャルディスタンスを考慮したグルーピングは検討。

## 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	:	七宗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
コグニラダー	最終評価	⇒ 握力・TUG・反応速度・質問紙 (不安度評価)

## 5 反省・次回の予定など

基本的な感染対策は徹底。会場は木の国コミュニティーセンター。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。椅座位中心のトレーニング。11月末からはコグニラダーも導入。転倒など大きなトラブルなし。換気なども留意しながら行う。	参加者数	
	性別	男性 女性
	人数	0 19
	合計	19 / 26名中

参加者ご家族 1名

その他 運営スタッフ数名

入館前の検温、問診など  
基本的な感染対策を講じながらの教室開催！！

令和7年3月7日（金）

# 認知症の方に やさしい地域づくりに向けて



七宗町役場健康福祉課 地域包括支援センター



## 七宗町特別メニュー

- 認知症サポーター養成講座 10:00~11:30

認知症サポーター養成講座  
令和7年3月7日（金）

# 認知症の方に やさしい地域づくりに向けて



七宗町役場健康福祉課 地域包括支援センター

第8回 プチ講座

講師：七宗町地域包括支援センター 鈴木有也氏

## 認知症サポーター養成講座

住み慣れた地域の皆さまの「輪」を繋ぎ、広げるための認知症に関する学び。