

川辺町認知症予防教室 講座スケジュール

2025年7月 ～ 2025年10月 木曜日 AM 10:00～11:30

川辺町

全3回

日程			講座名	内容・目的	講師
第1回	7	17 日	認知症とMCIについて学ぼう	認知症のことを正しく学びましょう。不安ばかりでなく安心もしてください。目的を持った行動と継続が大切です。	のぞみの丘ホスピタル 医師 認知症予防専門医 森藤 豊 先生
第2回	9	25 日	認知症予防とコグニサイズ	教室の目的でもある認知症予防を目的としたトレーニング「コグニサイズ」を説明します。効果を知ることにより楽しく実践しましょう。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 在宅サービス所長 中津 智広 先生
第3回	10	30 日	認知症予防のまとめ	予防という言葉や認知症という状態を正しく理解し。そして共生という地域づくりのための最前線をお伝えします。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 在宅サービス所長 中津 智広 先生

9:00～ 会場到着 準備など

9:15～ 受付

担当：川辺町

9:30～ 川辺町 認知症予防教室スタート

川辺町 松村

リアリティーオリエンテーション

中津所長

9:40～9:50 筋トレ ストレッチ(全8メニュー) コグニサイズの紹介

中津所長

講座準備

9:50～10:50 プチ講座 「認知症について」

講座担当：森藤医師

※ 板書は前方のホワイトボードに

※ 板書の撮影などを促す

※ 質問は教室全体の終了後に受ける旨をお伝えする

各回の講座内容は上記のとおりです。

11:00～ 川辺町栄養士のプログラム

11:30 終了

評価なし

※ 次回の教室に関するアナウンス

・継続で通う必要がない。飛び入り参加が可能になるため、参加の数居が下がる。

→より多くの認知症予防に興味がある方に参加していただける。