

御嵩町 認知症予防教室 日誌

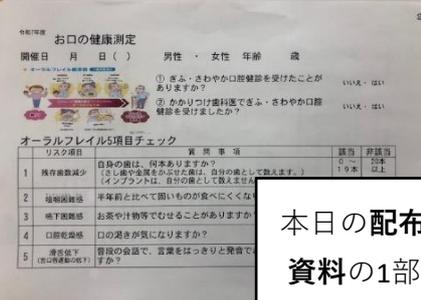
日時	令和 7年 7月 7日 月曜日 10:00~11:30	天候	晴れ
----	-----------------------------	----	----

チームN	中津智広 尾関昭宏
------	-----------

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 (尾関)	
認知症予防講座 (歯科衛生士 奥村氏・管理栄養士 佐橋氏)	
コグニサイズプログラム (中津)	
挨拶	

2 認知症予防講座 (俗称：プチ講座)

講座名	内容
口腔・栄養について学びましょう	  
担当	
歯科衛生士 奥村美雪氏 管理栄養士 佐橋美香氏	
時間	
10:00~11:30	本日の配布資料の1部

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) ストローブ課題 (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	:	御嵩町 認知症予防教室 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

御嵩町における認知症予防教室。昨年度同様、基本的な感染対策を実施。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。



参加者数		
性別	男性	女性
人数	3	15
合計	18	
	/ 20名中	

ほか 御嵩町事業担当者 見学者など

6 参考資料・教室の様子など

基本的な感染対策を講しながらの教室開催！！

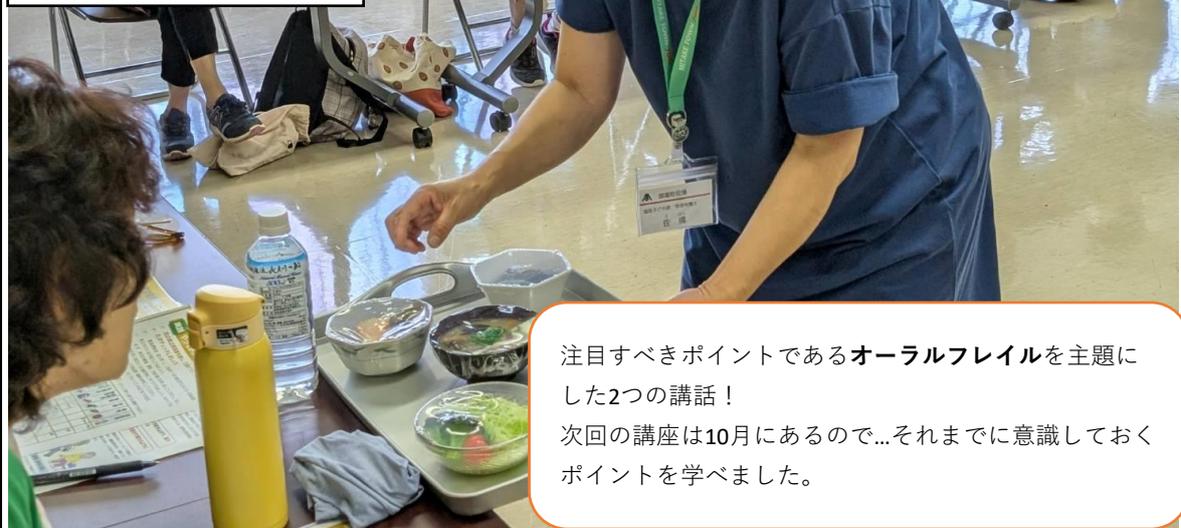
第1部 口腔機能に関する講話



御嵩町特別メニュー

- **口腔機能**に関する講話 11:00～10:40
- **栄養**に関する講話 10:45～11:30

第2部 栄養に関する講話



注目すべきポイントである**オーラルフレイル**を主題にした2つの講話！
次回の講座は10月にあるので...それまでに意識しておくポイントを学びました。

第4回 プチ講座

講師： 歯科衛生士 奥村美幸氏 / 管理栄養士 佐橋美香氏

口腔・栄養に関して学びましょう

認知症予防や健康維持に関連する、最新の知見！
いつまでも美味しく、かつ楽しくお食事するためのポイントを学ぶ。