

# 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 11月 28日 金曜日 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 ( 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	<div>本日の講座の一場面</div>  
担当	
七宗町地域包括支援センター 加納祐美氏	
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

## 5 反省・次回の予定など

<p>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。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。</p>	参加者数		
	性別	男性	女性
	人数	0	19
	合計	19 ／ 28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

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！！



### 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



第8回 プチ講座

講師：七宗町地域包括支援センター 加納祐美氏

### 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。