御嵩町 認知症予防教室 日誌

日時 令和 7年 11月 10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 (尾関)	_	1	
ストレッチ・筋トレ(尾関)			
認知症予防講座 (のぞみの丘ホスピタル 中津智広)		─ 事務・写真撮影 ─ 運営スタッフ	
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
さいごの教室 認知症予防のまとめ	ナロベ「御忠町 初か点マ叶教令」ぶめフナフ 教令の始歩ノノカ
担当	本日で「御嵩町 認知症予防教室」が終了する。教室の締めくくりとして、この取り組み(コグニサイズや学び)を継続することは、より有効であるという根拠の一つとしてお一人お一人の「成果」を成績
のぞみの丘ホスピタル 中津智広	するのであるという根拠の一つとしてお一人お一人の「成果」を成績 表としてお渡しする。また認知症の防御因子の最前線!運動、食事、 認知活動、血管管理の4つのポイント! 自信を持ってこれからも取り
時間 	組みに参加していただきたいことを伝える。皆さまにとって、この教室が健康を意識していただく「きっかけ」になったら幸いだ。
10:50~11:20	主が、足が、と心臓していたに、「ピッグが」になったり中でに。

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 <u>ú</u>	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	定予防教室 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
修了式 成績表配布	

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	参加者数		
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。	性別	男性	女性
	人数	3	15
安庭子 6 教室	合計	18	
		/	/ 20名中





認知症予防教室メニュ・

- リアリティーオリエンテーション
- 筋トレ・ストレッチ
- プチ講座
- コグニサイズ













認知症予防のまとめ(最前線)健康への備え ・ヒトロ離しが構造不構造がある。 ねもちの付かは 予防という言葉があらともためず。

認知症予防のまとめ(最前線)健康への備え

- ・ヒトロ離もが、得意、不得意がある。
 ・ 認知症と四脳の病気とて投える。なせ…?
 ・ 症状の 以前ではない... 不得悪なななた。 。 メギュ支援(m/1)に受ける

- ・病気になるとは、決て終りてはない。 大田はのは、これがは、独主を持る。 私たちの信には、予防という言葉があるととなっず。 ひかりをしょう。 誰はかぶって 運ぶる

0000 2230

理学療法士/認知症予防専門士 中津智広 第11回 プチ講座 講師 : さいごの教室(認知症予防のまとめ)





