

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 12月 12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 (中津)	事務・写真撮影 運営スタッフ
ストレッチ・筋トレ (中津)	
認知症予防講座 (のぞみの丘ホスピタル 医師 森藤豊)	
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
認知症の原因物質と薬の意義	認知症という疾患、また前段階であるMCIを以前、説明。今回は、認知症の原因となる「脳の中に溜まる原因物質(蛋白)」に焦点をあてる。脳細胞、それを支えるグリア細胞(支え)、神経の伝達など…理解しにくいキーワードを分かりやすく説明。従来のお薬として存在するアリセプト・ガランタミン・リバスチグミン・メマンチン。そしてアルツハイマー型認知症の疾患修飾薬として承認を受けたレカネマブ(レケンビ)、ドナネマブ(ケサンラ)。脳細胞の残された力への効果!根本の原因物質(タウ蛋白)を溜めてしまうアミロイドβ蛋白!脳細胞の中か外か!!などイメージしやすい講話。
担当	
医師 森藤豊	
時間	
10:45~11:25	

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

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。

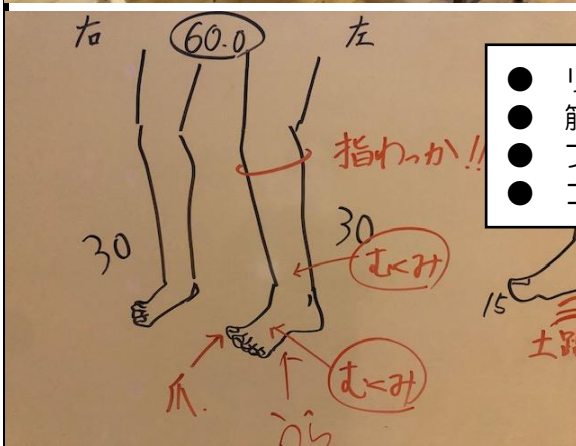


参加者数		
性別	男性	女性
人数	1	13
合計	14 / 28名中	

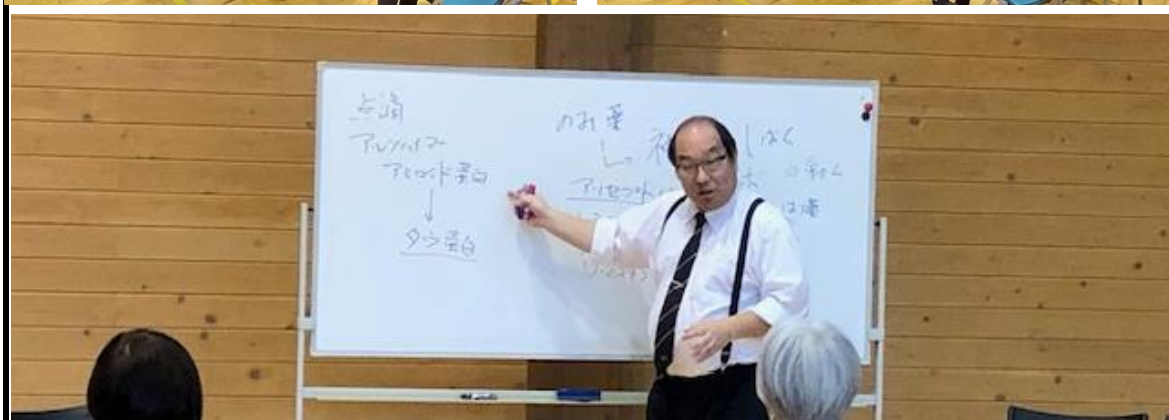
その他 運営スタッフ数名

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！！



- リアリティ・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



第9回 プチ講座

講師： のぞみの丘ホスピタル 森藤豊

認知症の原因物質とくすりについて

今回は認知症の原因を分かりやすく説明。
従来の薬の意義と、新薬の薬の意義。