

美濃市 認知症予防教室(上牧会場) 日誌

日時	令和 8年 9月 9日 水曜日	13:30~15:00	天候	雨
----	-----------------	-------------	----	---

チームN	尾関昭宏 中津智広
------	-----------

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 (のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 中津智広)	
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
新しい認知症観とは	新しい認知症観とは…『認知症になったら、何も出来なくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人として「できること・やりたいこと」があり、住み慣れた地域で仲間たちと繋がりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることが出来る』という考え方である。古く、偏見のあるイメージからの上書き、そして、地域への啓発が、この先の喫緊の課題となる。
担当	
のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 中津智広	
時間	
14:00~14:15	

3 コグニサイズメニュー

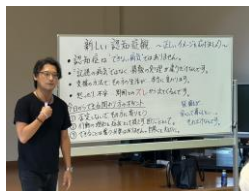
内容
足踏み + 数唱 (数字の課題にて上肢操作・手拍子)
足踏み + 作業記憶課題 (じゃんけん+ルール) ストループ課題 (文字・色の識別)
足踏み + 空間認知課題 注意課題 言語課題 計算課題
1人で行うコグニサイズと感染対策を徹底しペア・グループでのコグニサイズ。

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	: 美濃市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

美濃市 上牧地区における今年度の認知症予防教室。基本的な感染対策を講じ、3密回避を考慮。かつ、教室としての一体感を演出することが重要。

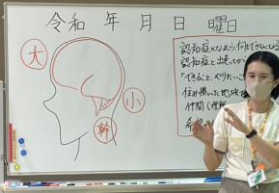


参加者数		
性別	男性	女性
人数	0	9
合計	9	
	／ 13名中	

6 参考資料・教室の様子など

基本的な感染対策は
継続しながらの教室開催！！

令和 年 月 日 曜日



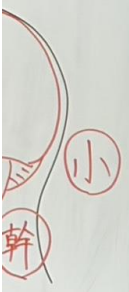
認知症になら何ができる...のてはた
認知症と出逢ってから
「できること、やりたいこと」が一人一人あり
住み慣れた地域で
仲間（理解してくる方）に「かかり」ながら
希望をもって暮らし続けることができる。

清仁会 認知症予防教室メニュー

- 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



年 9 月 9 日 水曜日



認知症になら何ができる...のてはた
認知症と出逢ってから
「できること、やりたいこと」が一人一人あり
住み慣れた地域で
仲間（理解してくる方）に「かかり」ながら
希望をもって暮らし続けることができる。

第7回 プチ講座

講師：理学療法士 中津智広

新しい認知症観とは

認知症は…偏見とともに歩まれてきた歴史がある！
2024年1月より施行されている認知症基本という法律と認知症の「今」を学ぶ。