

美濃市 認知症予防教室(大矢田会場) 日誌

日時 令和 8年 9月 16日 水曜日 10:00~11:30 天候 曇り

チームN	伊藤千加良 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 (伊藤)	事務・写真撮影 運営スタッフ
ストレッチ・筋トレ (伊藤)	
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 (伊藤)	
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	
10:50~11:10	

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	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
初期評価	⇒ 握力・TUG・5m歩行速度・反応速度・質問紙(不安度評価)

5 反省・次回の予定など

美濃市 大矢田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	1	9
合計	10	
	/ 15名中	

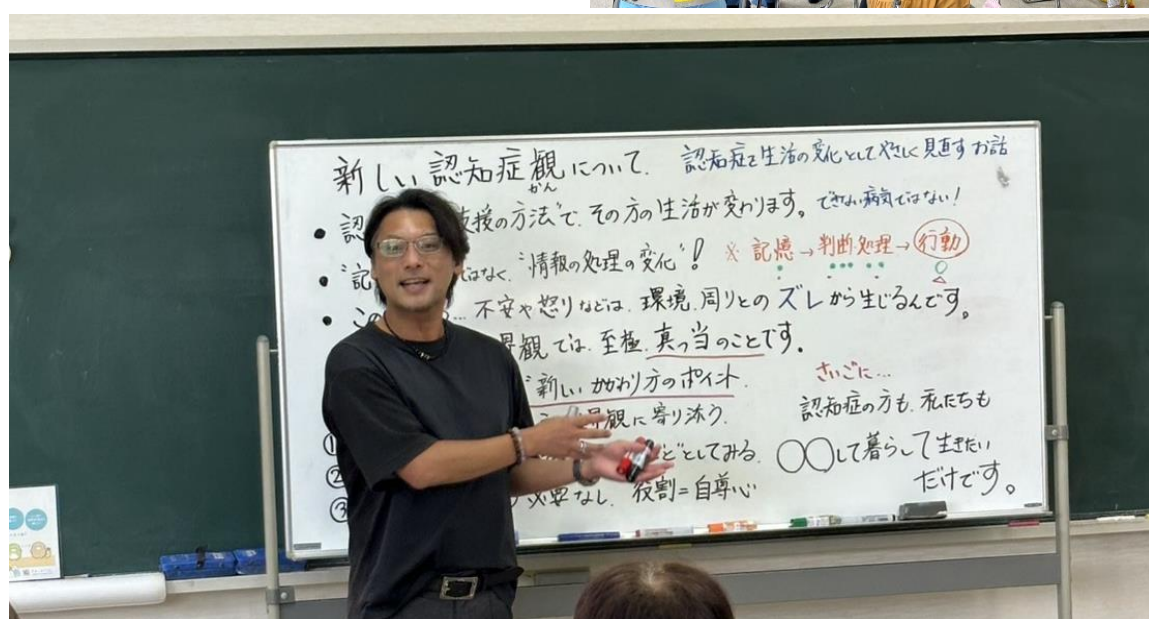
6 参考資料・教室の様子など

基本的な感染対策は
継続しながらの教室開催！！



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



第6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…正に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。