

平成 30 年度 中濃支部研修会 活動報告

日 時：平成 31 年 3 月 11 日(月) 18:30～20:30

場 所：木沢記念病院 中部療護センター

テーマ：認知症予防概論と地域事業 ～コグニサイズの理論と実際～

講 師：のぞみの丘ホスピタル 理学療法室長 長寿支援部デイケア長 中津 智広先生

寒さも緩み、過ごしやすい季節となりましたが、会員の皆様いかがお過ごしでしょうか。

今回の中濃支部研修会はこのぞみの丘ホスピタルの中津智広先生に認知症予防概論と地域事業をテーマにコグニサイズの理論と体験を交えながら御講義いただきました。

講義は脳の機能や認知症、軽度認知機能障がい MCI (Mild Cognitive Impairment) の概論と認知症予防の意義を座学として学んだあと、実際に参加者全員でコグニサイズを行い、一緒に体と頭を使って体験できる内容でした。地域事業については中津先生が実際に中濃地区で行っている認知症予防教室や活動を紹介して頂きました。



今回の講義は認知症予防や MCI についての知識だけでなく、実際の認知症予防教室で使用している資料や具体的な方法を交え、分かりやすい伝え方を教えて頂きました。分かりやすい言葉選びや参加者の興味を引く工夫は、受講者が今後臨床や地域で指導をする上で参考になると思います。

コグニサイズ体験は隣や前後の席の受講者と一緒に行いましたが、自然と笑顔がこぼれる和気あいあいとした雰囲気となり、体や頭を使って運動する効果に加え、皆と一緒に運動する楽しさも実感することができました。



この研修会を通して認知症予防に運動が効果を発揮することを学び、理学療法士が適切な運動や指導を行う重要性を改めて感じました。今回体験したコグニサイズや指導方法を参考に今後の臨床場面で活かしていきたいと思います。

最後になりましたが、ご多忙のところ大変参考になる講義をして頂きました中津先生、ありがとうございました。

また、会場設営をして頂きました木沢記念病院の先生方に感謝の意を申し上げます。

中濃支部広報部 可児・加茂地区担当
可児とうのう病院 リハビリテーション科
古田 和希