

2018年2月18日、通所 家族介護教室を開催しました！

今回は、通所ご利用の皆様を対象に「物忘れ・認知症を予防しよう！」をテーマに開催しました。まず、ご自身の生活上の物忘れ度合いをチェックシートで確認していただき、その後、物忘れと認知症の違いや起こる原因について講義を行いました。次に物忘れ予防の体操（コグニサイズ）を皆様と一緒にを行い、最後に、予防のための脳トレーニングをご紹介させていただきました。

当日は5名の利用者様・家族様にご参加いただきました。「認知症の原因を学ぶことができました。」「楽しみながら認知症の予防ができました。」「家でもできそうなので、実行していきたい。」「またぜひ参加します。」などのご感想をいただくことができました。

来年度も継続して開催していきたいと考えておりますので、お気軽にご参加いただければと思います。



志木瑞徳の里 リハビリテーション課 一同