



誰もが認知症の当事者やその家族になりえる現代。

自立した生活を送るための支援とは？無理のない介護とは？

介護予防と日常生活の自立をお手伝いしたいと思っているあなた。本講座では、認知症について、介護予防体操サポーターとしての基礎を学びます。修了後は介護予防教室や地域サロンでのインストラクターサポーターとして活動してみませんか。



笠井由美子先生



大竹恵都子先生

【日 程】全8回 9:30～11:30

5/27(水) **認知症の基本的理解**

認知症の「医学的」理解を踏まえ、高齢者への周囲の不適切対応や環境がいかに影響を及ぼすかという「心理的」理解や、認知症を抱える中で、自立した生活を送ることの意味とそれを支援することの重要性について学ぶ。

6/24(水) **認知症高齢者のケアのあり方**

「権利擁護」や「リスクマネジメント」について、介護現場における具体的事例も交え、認知症者が残存能力を生かして自立した生活を送るための支援を行うために必要な基礎スキルを学ぶ。

7/17(金) **13:00認知症カフェで実習**

7/18(土) **9:30認知症カフェで実習**

} 希望日を選択してください。

8/26(水) **調理実習**

認知症を予防する食材や調理を知る。

9/23(水) **口腔ケア**

口腔ケアによる誤飲性予防や全身への大きな関わりを知る。

10/28(水) **アロママッサージで認知症予防**

11/25(水) **介護予防体操**

スクエアステップ(下肢筋力運動)を中心に転倒防止や頭と体を一緒に使う体操を学ぶ。

12/23(水) **家族の理解・地域理解**

認知症家族の実体験を通し、地域における認知症の理解と、家族への支援の大事さを学ぶ。

【講 師】会津若松市認知症キャラバンメイト笠井由美子・食生活改善推進協議会ほか

【受講後の活動】認知症カフェや介護施設での活動 介護予防教室や地域サロンでのインストラクターサポーター活動など