

介護予防のためのサロン

2016年2月6日
サロンレポート

☆主催・高齢社会をよくする下関女性の会(ホーモイ) 代表 田中隆子

ホーモイ URL・・・ <http://www.yg-life.net/homoj/>



立春とはいえ、相変わらずの寒さで、春の訪れが待たれます。

筋力トレーニングでは、久しぶりに365歩のマーチに合わせた体操に元気が出ました。

午後からのおひなさま作りでは、悪戦苦闘しながらも、それぞれの可愛い作品ができました。

(参加総数48名)

健康講話

～軽度認知機能障害(MCI)と成年後見制度～

※軽度認知機能障害(MCI)とは

健常者と認知症の人の中間の段階(グレーゾーン)にあたる症状に、MCIがあります。認知機能(記憶、決定、理由づけ、実行など)のうち1つの機能に問題が生じてはいますが、日常生活には支障がない状態のことです。認知機能低下に対する適切な対策を、行うことで、MCIになったとしても、認知症の症状が最後まで出ずにすむケースもあります。

※成年後見制度とは

認知症、知的障害、精神障害などの理由で判断能力の不十分な方々を(財産管理・協議をする時・契約をする時など)保護し、支援する制度です。

大きく分けると、法廷後見制度(後見・保佐・補助)と任意後見制度(本人の判断能力があるうちに任意後見人を決めておく)の2つがあります。

済生会下関総合病院

認知症看護認定看護師 吉永 奈央さん



▼リズム体操



▼おひなさま作り



▼筋力トレーニング(365歩のマーチ)

久しぶりでしたがバッチリきまりました(^)v



♪灯りをつけましょ

ぼんぼりに…♪



.....これからのサロンのご案内.....

場 所・・・下関市立大学体育館(上履き持参)

時 間・・・10:00～14:00

要予約・・・参加費1,200円(弁当代含む)

★申し込み・・・Tel/Fax 083-253-4892

サロン担当 田中隆子

午前のメニュー

★リズム体操 ★健康講話

★筋力トレーニング

午後のレクレーション

★3月6日(土):アンサンブル・アポ

★4月7日(土):認知症サポーター養成講座

