

認知症予防体操リーダー養成講座実施要領

1 目 的

団塊の世代が後期高齢者となる2025年を見据え、後期高齢期を迎えても元気に過ごせる「介護予防」の取り組みが必要とされている。特に後期高齢者の要介護原因として最も多い「認知症」の予防が重要課題のひとつとなっている。

このため、体の健康を促すと同時に、脳の活動を活発にする機会を増やし、認知症の発症を遅延させることを目的とした「コグニサイズ」の理論と実践を参考にした体操プログラムを県内全域に普及するリーダーを養成する。

2 主 催 兵庫県立但馬長寿の郷

3 対 象 者

お住まいの地域で認知症の予防活動に取り組んでいただける方及び認知症予防体操の普及や予防活動の取り組みを支援される方（市町・地域包括支援センター・社会福祉協議会の職員等）

4 研修日時及び時間・事業内容

回	開催日	応募締切日	内容など（全回共通）
1	5月22日(月)	5月8日(月)	・タイムスケジュール
2	6月18日(日)	6月5日(月)	受付:10:30～
3	7月22日(土)	7月3日(月)	講義:11:00～12:30(リスク管理、コグニサイズ理論) (12:30～13:30:休憩)
4	9月23日(土)	9月4日(月)	演習:13:30～16:00(コグニサイズ実践と解説)
5	10月27日(金)	9月25日(月)	・講師
6	11月12日(日)	10月23日(月)	但馬長寿の郷 理学療法士、作業療法士

※6回とも同内容の研修です。受講はお1人につき1回までとします。

5 受講料 500円

6 開催場所（3会場開催）

1回～3回 兵庫県立但馬長寿の郷 郷ホール（兵庫県養父市八鹿町国木594-10）

4回 たつの市青少年館 ホール（兵庫県たつの市龍野町富永）

5回～6回 丹波の森公苑 多目的ホール（兵庫県丹波市柏原町柏原5600）

7 申込み方法

各回の締切日（上記4をご参照ください）までに別紙申込用紙によりFAXまたは電話でお申込みください。

8 その他

- ・動きやすい服装・靴で御参加ください。昼食は各自で御準備ください。
- ・申込み定員を超え次第締め切ります。また、受講の可否については、受講いただけない場合のみ、締め切り日後2～3日以内に電話、FAXまたはメールによりお知らせします。

9 主催・申込み・問合せ先

〒667-0044 兵庫県養父市八鹿町国木594-10 TEL079-662-8456/FAX079-662-9959

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課 担当:小森 白岩

【市町、施設、事業所職員用申込書】

但馬長寿の郷地域ケア課 小森宛

FAX079-662-9959

認知症予防体操リーダー養成研修 申込書

所 属	職 種	受講者お名前	受講希望日
例) 但馬元気事業所	介護予防サ ポーター	長寿 太郎	③7月22日

事業所担当者氏名 _____

電話番号 _____

【上記以外の方（個人申し込み）向けの申込書】

認知症予防体操（コグニサイズ）リーダー養成講座 受講申込書 FAX 079-662-9959

受講を希望する回	該当するものにひとつだけ○をつけてください						
	第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回	
氏 名	(ふりがな)					年齢	歳
住所・連絡先	住 所						
	日中連絡のつく電話番号						
	FAX 番号						
	メールアドレス						
受講後の、具体的なコグニサイズの広め方をご記入ください（予定でも構いません。）。							

※お預かりする個人情報は、本講座以外で使用することはありません。