

# 認知症予防体操リーダー養成研修の開催について

## 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普及するリーダーを養成する。

## 2 主催 兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷

## 3 対象者 定員：50名

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。

## 4 研修日時及び時間・事業内容

回	募集締切	開催日	場所	内容など
1	5月22日(火)	6月4日(月)	兵庫県立但馬長寿の郷 郷ホール (養父市八鹿町国木594-10)	受付:10:30~ 講義:11:00~12:30 (コグニサイズ理論、リスク管理)
2	6月22日(金)	7月7日(土)	兵庫県立但馬長寿の郷 郷ホール (養父市八鹿町国木594-10)	休憩:12:30~13:30 演習:13:30~16:00(コグニサイズ実践と解説)
3	7月3日(火)	9月28日(金)	小野市うるおい交流館エクラ 大会議室 (小野市中島町72番地)	講師:但馬長寿の郷 理学療法士 作業療法士

※受講はお1人につき1回までとします。

## 5 受講料 500円

## 6 申込み方法

各回の締切り日までに別紙申込用紙によりFAXまたは郵送でお申込みください。

## 7 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。

## 8 申込み・問合せ先

〒667-0044 養父市八鹿町国木594-10

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課 担当:小森 松岡

TEL079-662-8456 FAX079-662-9959

事業所名 (個人の場合不要) \_\_\_\_\_

電話番号 (個人の場合不要) \_\_\_\_\_

認知症予防体操 (コグニサイズ) リーダー養成研修 受講申込書

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 (6/4)	第2回 (7/7)	第3回 (9/28)
受講者氏名	(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普及方法をご記入ください (予定でも構いません。)			

※複数でお申し込みの場合は、本申込用紙をコピーの上、人数分をFAXまたは郵送ください。  
 ※受講後、平成31年3月頃に実際の活動状況について問合せをする予定にしておりますので、御協力をお願いいたします。

**郵送・問合せ先**

〒667-0044 兵庫県養父市八鹿町国木594-10

兵庫県但馬県民局但馬長寿の郷 地域ケア課 担当:小森 松岡