

認知症をテーマに「介護予防教室」を行いました

◎ リハビリテーション科 「地域の暮らしを応援し隊」 ◎

2019年7月29日 YOU&Iの森いわのだ ふらっと広場にて「認知症にならない為の生き方・歩き方」をテーマに講話を行いました。

加齢による物忘れと認知症による物忘れの違いや、「認知症の方はいったいどんな気持ちなんだろう？」そんな疑問に思いやすい事柄について、脳の機能と関連付けながら解説しました。

また、予防に対する運動指導や、皆さんと一緒に体を動かしながらの脳トレなど楽しく予防についてお伝えできたと思います。

皆さんも興味深く聞いていただけ、充実した時間を過ごすことができました。

次回は11月の開催を予定しております。今後も積極的に活動を行っていきたいと思います。

