



○介護予防教室

【認知症の種類や症状について】

認知症は、認知機能の障害によって社会生活などが困難になる病気を総称したものだそうです。代表的な疾患としてはアルツハイマー型認知症ですが、他にも脳血管性認知症、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症、若年性認知症、アルコール性認知症、まだら認知症、などさまざまな認知症についてお話を聞き勉強をしました。2025年には700万人を突破して65歳以上の高齢者のうち5人に1人が認知症になるそうです。利用者の皆さん将来自分に降りかかるかもしれない病気なので真剣に聞いて理解を深めました。

【2015.10.9/うみねこ荘】



○介護予防教室

【楽しみながら出来る転倒予防運動】

椅子に腰かけ皆さん頑張りました。どなたも疲れた様子もなく笑顔が見られました。普段より元気で明るく見えました。休憩の合間でも講師の方に熱心に質問をしていました。

【2015.10.15/青山荘】



○料理教室

【指先を使った簡単料理】

今回の料理教室は、「山の楽校」からそば打ちのスタッフをお迎えして実演と体験を実施しました。みなさん和気藹々と大笑いをしながら、料理に挑戦しました。

最後に新そばを舌打ちし、楽しい昼食会ができました。初体験の方々がほとんどでしたので、感激していたのが印象的でした。

【2015.10.23/海浜荘】

