

2024

みんなDE学ぼう 認知症予防教室

「わかりやすい認知症のお話①」
第53回 2024/4/25 開催!



今回の大野医師のお話は、**認知症の記憶の過程と障害のお話**でした。
認知症症状は大まかに分けて初期・中期・後期と段階が分かれており、



初期：新しいことを覚えられずに**同じことを繰り返し聞く**・探し物が多くなる

中期：体験そのものを忘れ、**食事を食べたのに忘れる**・探し物がないのは**誰かが盗った**という妄想が入る

後期：言葉の意味が分からず、言葉が出てこなくなる

などの諸症状が生じるようになります。周囲の人間も、それを「昔はできていたのにどうして!」と責めるのではなく、**本人の状態を受け入れながらサポートをするのが大事**とお話しされていました。

皆さんのお声

☆認知症の方に色々と言われて精神的苦痛で苦しみました。これは経験してみないとわかりません。大野医師の説明で心が広くなりました

★記憶障害の症状は理解できるも、それぞれの対策はどうしたらいいのか自問自答しながら不安な日々を過ごしています。しかしながら大野先生の体験談で救われます。認知症教育の大切さも理解できた気がします

☆キャットキャメル体操が腰をすごく楽にしたような気がして気持ち良かったです



こちらの蘭の植木は参加者の方がわざわざこの教室のために持ってきてくださったものです!

今回の体操

キャットキャメル体操



猫の伸びのように腰を伸ばした姿勢がキャット・腰と背中を丸めた姿勢がキャメル(ラクダ)といい、腰痛予防に効果的な運動です。

今後の予定

第54回 5/23 14:00~

第55回 6/27 14:00~

毎月第4週木曜日

14時より定例開催中!

お申し込みは

TEL 06-4808-8151

まで

上映会情報

ほげますから、よろしくお母さん
~おかえりお母さん~



2024年5月23日
14:00~
参加費：無料
場所：のぞと3F
ひまわり

認知症家族ドキュメンタリー第二段。どなたでもご自由にご参加ください!