

2024

# みんなDE学ぼう 認知症予防教室

のぞと診療所認知症予防教室グループ 発行

「実行機能障害ってなあ〜に？」  
第58回 2024/9/26 開催！



今回は実行機能障害についてのお話しでした。  
わたしたちは毎日、  
目標の設定 → 物事の計画 → 効率を考える → 実行  
こういった段取りで日常生活を遂行しています。  
実行機能障害は上記の段取りを上手に取れなくなり、  
一連の動作がうまく繋がらなくなります。



ひどくなると間違っていることすら気付  
かなくなったり、パニックになりやすくな  
ったりします。大野医師からはこういった  
実行機能障害になってしまった人への対応  
のポイントを解説してもらいました。

## 今後の予定

第59回 10/24

第60回 11/22

毎月第4週木曜日

14時より定例開催中！

(参加希望は06-4808-8151まで)

## みなさんのお声

カレンダー作りはバランス色合いなどを考  
えると難しい作業になり、これも認知症予  
防になるのかも。楽しかったです！

毎回充実した内容に感謝します。「実行機  
能障害」概念の説明は大変刺激的でした。

手遊びや体操をお家でできるようになりた  
いです。糖尿病がありますので、人一倍気  
を付けないといけないと思いました。

## 体操



「お家でもできるようにした  
い！」とご好評いただいでい  
ます。