

## 《平成 30 年度通所リハビリ研修会》

テーマ：「運動による認知症予防 ～コグニサイズ 紹介と体験～」

日時：平成 30 年 9 月 12 日（水） 13：30～16：30

場所：神奈川歯科大学付属横浜クリニック 大会議室

講師：千の風・川崎 作業療法士 金山 桂 氏

今年「コグニサイズ」をテーマに、研修を行いました。コグニサイズを「初めて知った」、「名前だけ知っている」と回答した方が 8 割以上いらっしゃった今回の研修ですが、実際に体験して、「楽しかった。」「参考になった。」と多くの方が感想を寄せてくれました。コグニサイズは短時間でも長い期間（6 か月以上）実施する方が効果的とのこと。体操の時間などに取り入れて、継続していただければと思います。

〈アンケート結果〉 ※一部抜粋

- ・いろいろアレンジができるとわかったので、自施設でも取り入れたいと思います。
- ・すでに取り入れていましたが、マンネリ化していたので参考になりました。
- ・利用者さんに合わせて内容を考えていきます。
- ・グループで一緒になった他施設の方が実践している工夫なども聞いたので、参考になりました。

