

# 健

# 2

# 康

# 講

# 座

発行：たたらリハビリテーション病院  
社保・共同組織委員会  
092 (691) 5508 (八田1丁目4-66)

# ニュース

2016年

6月8日発行

<たたらリハビリテーション病院の理念>

1. 人としての尊厳、患者の人権を尊重し、無差別・平等の医療をすすめます。
2. 安全・安心・信頼の医療を進めます。
3. 地域の健康づくりに取り組み、安心して住み続けられるまちづくりをめざします。

## 「認知症と予防」講師：成松 史

(当院副総看護師長)

～認知症は身近な病気！もの忘れとのちがいを～

# 認知症は「老い」に伴う病気の1つです。



6月4日、いきいき八田地域交流スペースにて第2回の健康講座を健康友の会たたら香椎支部総会前に開催しました。

会場へは45人が集い「認知症と予防」について学習しました。内容は、たたらリハビリテ

ーション病院の成松副総看護師長を講師に認知症とは・認知症ケア・予防(食事・運動)についての学びです。また、手・指を使った脳トレ体操をみなさんと一緒に楽しみました。なかなか難しい体操ですが、出来なくても問題ないそうです。頭を使って体を動かす事が大切だそうです。参加者からは「脳トレの指運動が楽しかったです。まさにコグニサイズ(運動と認知課題を組み合わせた、予防を目的とした取り組み!)」「楽しい一時をありがとうございました。指運動を早速やってみようと思います。」など多くの感想いただきました。

次回「健康講座」開催のご案内。

内容 子どもから高齢者まで楽しめる「3B体操」講師：永井あつ子さん

開催日時 8月5日(金)14:00～ 場所：いきいき八田地域交流スペース

どなたでも参加出来ます(無料)。お誘い合わせの上ご参加下さい。