

2019年

6月6日発行

&lt;たたらリハビリテーション病院 品質方針理念&gt;

1. 人権を守る無差別・平等の医療。
2. 安全・安心・信頼の医療。
3. 安心して住み続けられるまちづくり。
4. ヘルスプロモーション活動の推進。

4月「認知症について」講師：渡邊千鶴子  
(医療団HPH推進室)

6月「コグニサイズ™」講師：山田耕平  
(たたらリハビリテーション病院事務部)

## 認知症とは？予防法は？認知症について学習

4月5日、いきいき八田地域交流スペースにて、今年度第1回目の健康講座を開催しました。当日は、職員を含め27人が集いました。福岡医療団本部HPH推進室の渡邊千鶴子さんを講師に、認知症について学習しました。

昔を思い出しながらお話しする「回想法」が認知症の進行を予防する上で有効だと言われており、講演では「昭和 思い出テスト」を交えながら、楽しく認知症の理解を深めることができました。



## 認知症予防運動「コグニサイズ™」



6月の健康講座は、ふくおか健康友の会たたら香椎支部の定期総会の第1部として6月1日に開催、職員を含め26人が参加しました。たたらリハビリテーション病院事務部の山田耕平さん（コグニサイズ指導者）の指導で、参加者全員で認知症予防運動「コグニサイズ」を実践。今回は椅子にすわったまま簡単にできる「コグニサイズ」で、ペアを組んでのゲームに笑い声があふれ、頭とからだを活性化することができました。



次回「健康講座」開催のお知らせ。8月2日（金）14:00～ 場所：いきいき八田地域交流スペース 参加は無料。どなたでも参加出来ます。お楽しみに！