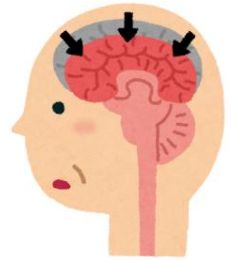


もしかして『MCI(軽度認知障害)』？

◆ 軽度認知障害(MCI)と初期の認知症はどう違いますか？

MCIは「脳機能が健常な状態」と「認知症」の中間にあたり、記憶・判断などの脳機能（認知機能）に低下があるものの、自立した日常生活はできる状態です。

認知症の初期になると、家事・金銭管理や食事・入浴・トイレといった日常生活に影響が出始めます。



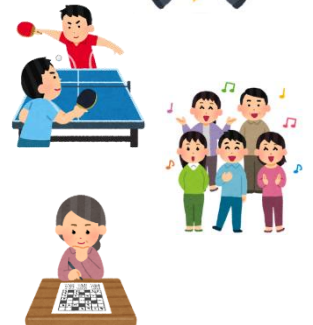
◆ 回復の可能性はありますか？

原因により、現状維持や回復する場合があります。認知症に進んだ場合でも、適切な対策により、進行を遅らせることが期待されています。



◆ 進行を遅らせるにはどんな対策がありますか？

「生活習慣病や食生活の改善」「**社会参加や対人交流**」「**身体活動(運動)**」「**音楽その他の芸術活動**」「**脳トレ**」などの効果がわかってきています。



◆ そのような対策(青字部分)を行っている場所がありますか？

介護保険のデイサービスなどの他に、医療保険で利用できる精神科デイケアがあります。越水町にある仁明会クリニック併設の「デイケア・とも」もそのうちのひとつです。「とも」では、『集団プログラム』と個別に取り組む『個人活動(セルフチョイス)』を組み合わせ、個々に過ごし方を決めます。

◇「**デイケア・とも**」は、介護度が自立(非該当)・要支援程度の方が対象です。

◇「**ご自宅への送迎**」「**入浴サービス**」「**歩行・食事・トイレの介助**」等は行っておりません。昼食は普通食【お弁当】のみとなります(持ち込みは可能です)。

◇最寄り駅(阪急西宮北口・JR 西宮・阪神西宮)からの無料送迎バスがあります。

◇症状が進行した場合、他の通所機関への移行等を検討することがあります。

～ 「**デイケア・とも**」の詳しい内容は、裏面をご覧ください。 ～

テイケア・ともの『集団プログラム』と『セルフチョイス(個人活動)』

【 集団プログラム 】

◆運動(ヨガストレッチ・卓球 etc.)、音楽や芸術活動(合唱&カラオケ、書道 etc.)、脳トレなど、認知機能の改善が期待される集団プログラムが多くあります。

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)
9:50 ～ 10:50	パソコン教室 (電源の入れ方 から応用まで)	卓球	リラックス・アロマ (ヨガストレッチ &アロマハンド浴)	お散歩の会	卓球	サタデー・ クッキング (グループで昼食作り)
11:00 ～ 12:00	パソコン教室 (電源の入れ方 から応用まで)	脳トレ お茶	合唱&カラオケ	プランター園芸 (グループで野菜や お花を育てます)	脳トレ	
	昼食					
13:30 ～ 15:00	ポー・ノ・スイーツの会 (グループでお菓子作り)	音楽映像鑑賞会	就労準備 ミーティング	こころの元気トーク (楽しいおしゃべりから 悩み事まで色んな テーマでトークします)	こころの 読書会	革細工 (本革を使う レザークラフト)
14:15 ～ 15:00		ハーブdeヒーリング (ホットアイマスクやハーブティ で癒されます)	脳トレ	音楽映像鑑賞会	書道	週替わり 企画

◆その他、季節行事(新年会・お花見など)や臨時プログラム(バーベキューなど外出企画、卓球大会などゲーム企画、様々な手工芸企画など)を行っています。

【 セルフチョイス(個人活動)の例 】

◆テレビやCD鑑賞など気楽にできるものから、認知機能改善を目指し、手工芸や脳トレ課題、エアロバイク、カラオケ、囲碁・将棋、麻雀など多彩な活動に取り組めます。



(月):ポー・ノ・スイーツの会
(作ったエクレア)

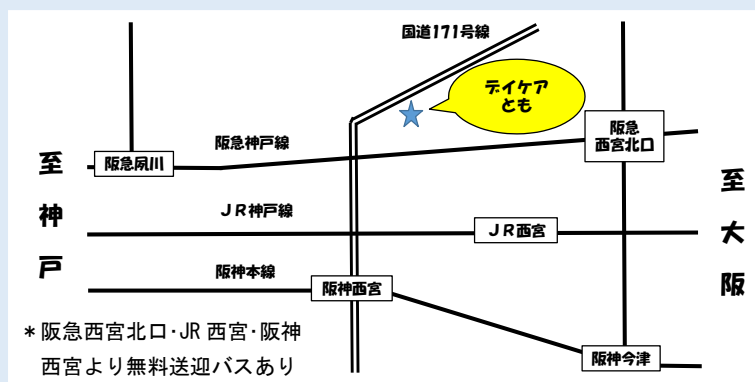
(水):リラックス・アロマ
(前半のヨガストレッチ)



バーベキューなどのイベントや、様々な“ものづくり”体験も♪



エアロバイクに卓球ルーム、
カラオケルームに全自動麻雀卓も！



◎『とも』の詳細についてはホームページをご覧ください。【QRコードはコチラ】⇒

◎見学【無料】のお問い合わせはお電話にて 【TEL: 0798-31-3642】

