

## <ステップアップ情報>

### 講師派遣と認知症予防リーダー講座

★施設や地域で音楽体操の実施を考えている皆さまへ!!

——音楽ケア体操の認定講師や指導員を、施設や地域センターに講師派遣

デイサービスや老人ホーム等で、レクリエーションの時間を充実させ、あるいは地域を含めて認知症・フレイル予防を進めるため、音楽ケア体操等の導入を考えている皆さまに、当協会の音楽ケア体操指導員認定講師ないし講座を修了した指導員をご紹介します。

ご予算に応じた対応が可能ですので、ぜひ、当協会のキャリア開発センターにお問合せください。

★施設や地域で認知症予防の推進を考えている皆さまへ!!

——認知症予防支援相談士・食生活支援指導員の認定講師や指導員を、施設や地域センターに講師派遣

地域で認知症予防の意識づけ、取り組みを進めるため、認知症予防の講演会、研修、相談会などの開催を考えている皆さまに、当協会の認知症予防支援相談士・食生活支援指導員の認定講師ないし講座を修了した指導員をご紹介します。

ご予算に応じた対応が可能ですので、ぜひ当協会のキャリア開発センターにお問合せください。

★認知症予防音楽ケア体操指導員・認知症予防支援相談士・食生活支援指導員の講座を修了し、実践的な取り組みを行い、上位資格・スキルの取得を考えている皆さまへ!!

——認知症予防音楽ケア体操指導員・認知症予防支援相談士・認知症予防食生活支援指導員リーダー講座のご案内

東京・大阪・名古屋等の各地域で、次のような予定で3講座のリーダー講座を実施する予定です。実践的なスキルを身につけるため、ぜひご参加ください。

### ○認知症予防音楽ケア体操指導員リーダー講座

- ・東京:2026年夏ごろ実施予定 (前回は2025年4月実施)
- ・岡山:2026年6月実施予定 (過去実施なし)
- ・名古屋:2026年秋ごろ実施予定 (前回は2025年8月実施)
- ・大阪:2026年秋ごろ実施予定 (前回は2025年11月実施)

## ○認知症予防支援相談士リーダー講座

- ・東京:2026 年秋～冬に実施検討 (前回は 2022 年 7 月実施)
- ・大阪:2026 年秋～冬に実施検討 (前回は 2024 年 1 月に食生活と実施)

## ○認知症予防食生活支援指導員リーダー講座

2027 年実施予定

(参考)

「認知症予防音楽ケア体操指導員」リーダー講座(2025 年実施)

<1 日目>11 月 2 日(日)10:00~17:00、BASS ON TOP 神戸元町

10:00~ 11:30	<input type="checkbox"/> 高齢者向けレクリエーションの方法と実践体験 ・高齢者向けレクリエーションの考え方とバリエーション ・(実習)レクリエーションの楽しさ体験 ・高齢者向けレクリエーションの活性化の方法と注意点
12:30~ 13:30	<input type="checkbox"/> 実践活動の報告 <input type="checkbox"/> 情報交換と活動のアドバイス
13:30~ 14:30	<input type="checkbox"/> 講師によるデモセッション ・元気高齢者に向けた新メニューの体験
14:30~ 15:30	<input type="checkbox"/> 活躍中の指導員2名のアプローチ紹介と実践体験 ・24 期生 2 名のデモセッション
15:40~ 17:10	<input type="checkbox"/> 音楽ケア体操の実践プランの立て方 ・音楽ケア体操プログラムの構成と目標の立て方 ・音楽ケア体操の実践的な進め方と評価法 ・実践プランの作成と受講者によるデモセッション

<2 日目>11 月 21 日(金)10:00~15:30、武庫西生涯学習プラザ→特養

10:00~ 11:45	<input type="checkbox"/> 実践指導の留意点 <input type="checkbox"/> 実践指導体験/コミュニティセンターでの健康高齢者の指導
13:00~ 15:30	<input type="checkbox"/> 実践指導体験/特別養護老人ホームでの実地指導 <input type="checkbox"/> 指導の振り返りとフィードバック

<3日目> 11月28日(金)12:30~17:00、SOMPO ケア南堀江

12:45~ 13:05	□事前準備と確認(音源やサポート)、指導上の注意点
13:15~ 15:15	□実践指導体験/有料老人ホームでの実地指導
15:30~ 17:00	□体験実習の課題と評価 ・体験実習の発表と課題 ・講習会の総評と評価 □今後の活動のアドバイス □修了レポートの配付

(参考)「相談士リーダー」「食生活リーダー」講座 (2024年実施)

<1日目> 1月20日(土)大阪府社会福祉会館

10:00~ 12:00	□認知症予防の施策、医薬品等の最新動向 ・介護予防、認知症予防の施策の動向 ・MCI検査と医薬品の動向 ・認知症予防に役立つ身体運動・知的活動、食生活改善と効果
13:00~ 14:30	□地域の高齢者、ご家族とのポジティブ・コミュニケーション ・人の理解と自己理解(演習) ・面接時の基本的態度
14:45~ 16:45	□実践活動報告と情報交換 ・グループ①:認知症予防支援相談士の活動について ・グループ②:認知症予防食生活支援指導員の活動について

2日目、3日目は、資格ごとの実施となります。

<2日目>【相談士リーダー 単独セッション】2月10日(土)大阪府社会福祉会館

10:00～ 12:00	<p>□認知症高齢者に向き合う基本的な姿勢と技法</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・認知症に向き合う基本的な考え方</li> <li>・支援者のあるべき基本的な姿勢</li> <li>・認知症高齢者に向き合う基本的な技法</li> <li>・演習①:観察と声かけなどの技法の実践</li> <li>・演習②:ケースをもとにしたグループワークと振り返り</li> </ul>
13:00～ 14:30	<p>□よくある相談内容とアドバイスのポイント</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護保険制度や自治体の制度の利用法 ・施設の選択や利用法</li> <li>・認知症カフェやサロンの作り方、活用法 ・専門職との連携法</li> <li>・後見や財産管理のアドバイス、など</li> </ul>
14:45～ 16:30	<p>□認知症予防の方法とレクリエーションの充実</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・さまざまなレクリエーション活動による認知症予防</li> <li>・レクリエーションのプログラムづくり、計画と評価</li> <li>・演習①:基本的な回想法の実践</li> <li>・演習②:コミュニケーションを豊かにするプログラム</li> </ul>

<3日目>【食生活リーダー 単独セッション】2月24日(土)大阪府社会福祉会館

10:00～ 12:00	<p>□認知症予防に役立つレシピと栄養素のチェック</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・DHA・EPA など脂肪酸を多く吸収するレシピ</li> <li>・フィトケミカルの抗酸化作用(穀物・野菜・果物のレシピ)</li> <li>・発酵食品を取り入れた料理のレシピ&lt;グループ実習&gt;</li> </ul>
13:00～ 14:30	<p>□「介護食」(ユニバーサルフード)の考え方とメニューづくり</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・「介護食」で考える食べやすさの工夫(キザミ食など)、嚥下予防</li> <li>・「介護食」で考える栄養素のバランスとおいしさの工夫</li> <li>・「介護食」の1週間の献立例と栄養チェック</li> </ul>
15:00～ 16:45	<p>□認知症予防に役立つ栄養成分の最新動向と食べ方</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・脳のゴミをきれいにするポリフェノール</li> <li>・ボケない脳を作る脂質(n-3・9系、中鎖脂肪酸など)</li> <li>・ビタミンB・D、抗酸化食材の予防効果</li> <li>・予防食としての和食、地中海料理、DASH食、マインド食</li> </ul>