

## 認知症の予防を目指すプログラム

### 「メモリーワーク」第7期参加者募集

#### <メモリーワークとは？>

和光病院で臨床心理士が行っている、認知症予防を目的とした頭の働きの焦点を当てたグループトレーニングです。3ヶ月間、記憶力をはじめとする認知機能（頭の働き）の維持や向上のために、頭を使う課題（個人での課題やグループで行うゲーム）に取り組んでいただきます。メモリーワーク終了後も、ご自身で能力維持を意識した生活を送っていただけるようになることが目標です。参加ご希望の方は、主治医にご相談ください。

#### <参加対象者>

以下の3要件をすべて満たした方

- ① 物忘れを予防したい方、物忘れが気になる方
- ② 当院で **MCI（軽度認知障害）** もしくはその疑いと診断を受けた方
- ③ 当院の医師より参加を勧められた方

#### <詳細>

場 所	和光病院 1階 多目的スペース
日 程	平成29年9月12日～11月28日 火曜日午前10時～11時 (開催日は9/12、9/19、9/26、10/3、10/10、10/17、10/24、10/31、11/7、11/14、11/21、11/28の全12回)
募集人数	8～10名（お申込者数が少ない場合は開催中止となる場合があります）
料 金	1回につき1,000円（税込）
その他	同意いただける方には、メモリーワークの効果の確認のために、定期的に医師の診察、および臨床心理士による認知機能評価と面接を受けていただきます（メモリーワーク終了直後、3カ月後、6カ月後、その後36カ月後までは6カ月ごと）。なお、保険診療として診察や検査を行いますので、通常の診療費がかかります。

#### <申し込み>

**平成29年7月18日(火)より事前面接の予約を受け付けます。**

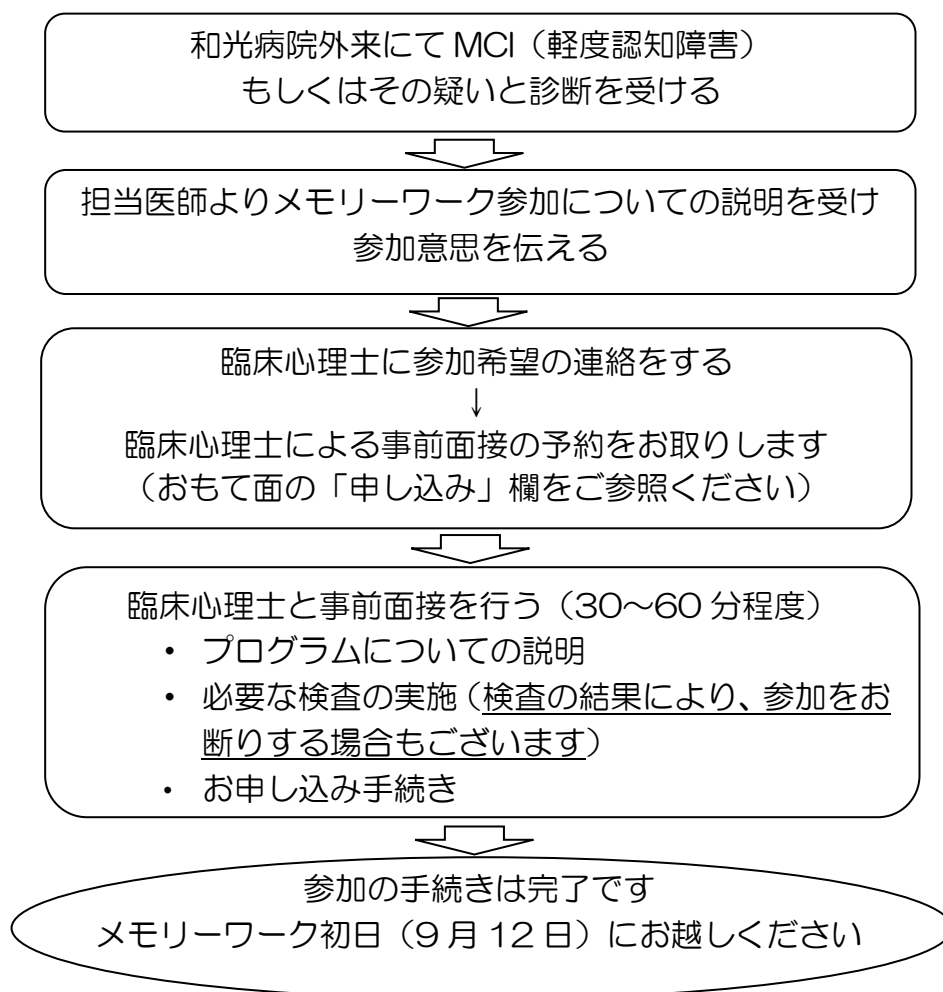
お電話（048-450-3311 電話受付時間：9時～16時）、もしくは外来受診時などに臨床心理士までご連絡ください。事前面接のご予約をお取りします。

☆参加までの流れは裏面をご覧ください。

☆当院にて診断を受けていない方は、先に外来受診のご予約をお願いします。

☆平成28年9月～12月に開催のメモリーワーク、もしくはそれ以前に開催されたメモリーワークに参加された方は、定員に空きがある場合に限り参加が可能です。申込み多数の場合は抽選をいたします。なお、事前の検査で対象外と判断された方についてはお断りする場合がございます。

## <参加までの流れ>



## <メモリーワークのプログラム内容>

### 1. 頭の準備体操

トレーニングに取り組む前に、頭と体を活性化させる準備体操を行います  
（プログラム例：数字を順番に読み上げる）

### 2. 個別トレーニング

能力に応じたドリルなどの課題をすばやくたくさん行い頭を活性化させます  
（プログラム例：計算、音読）

### 3. グループトレーニング

グループで力を合わせて取り組む課題や頭の切り替えを必要とする課題など  
を行います  
（プログラム例：ことば作り、あと出しじゃんけん）

なお、プログラムの内容は変更する可能性があります。

医療法人社団 翠会 和光病院  
〒351-0111 埼玉県和光市下新倉 5-19-7  
TEL：048-450-3311（代表）  
担当：加藤・高崎・岡村・佐野（リハビリテーション室 心理）