

コグニサイズとは国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みです。英語のcognition（認知）とexercise（運動）を組み合わせてcognicise（コグニサイズ）と言います。※1

今回は、訪問看護のケアの中で 活用できるコグニサイズの知識と実践を学んでいただければと思います。

楽しくアタマとカラダを使うリハビリのスキルを知り、『認知症の進行予防』のケアにつないでいただければ幸いです！！

※1 引用：国立長寿医療研究センターHP（<https://www.ncgg.go.jp/hospital/kenshu/>）

訪問看護で活用できる コグニサイズを学ぼう



講師紹介 山下修平氏

理学療法士 合同会社HAJIMARU代表
国立長寿医療研究センター主催
コグニサイズ指導者研修受講
急性期から在宅まで幅広い経験をもつ

開催日時 2025年10月28日(火)
12:30-13:30

場所 牧訪問看護ステーション3階会議室
対面のみ

参加者 訪問看護師 & PT OT ST 等
定員 40名程度

お申し込みは
こちら



主催 よどきり訪問看護ステーション（市北ブロック教育ステーション）
協力 牧訪問看護ステーション