

# 認知症予防食生活支援指導員資格取得講座

## 🍏 1月講座カリキュラム&日程表 <横浜会場>

■開講/日曜コース 10:30~12:30

会場:読売文化センター横浜(そごう9F)

日程	講習カリキュラム	講師(予定)
〔第1回目〕 1月12日	<b>第1編 認知症の基礎知識編</b> 第1章 認知症を理解する ①認知症とは何か? ②認知症の初期症状と種類 ③認知症の病気と治療方法 ④認知症のケア 第2章 認知症予防の基礎知識 ①認知症は予防できるか ②認知症予防と食生活改善 ③生活習慣病と認知症予防の危険因子 ●「認知症の基礎知識編」確認問題	塚本寿美雄
〔第2回目〕 1月26日	<b>第2編 認知症予防の食生活改善の実践編</b> 第1章 食生活改善と認知症予防 ①認知症予防に役立つ食事改善とは? ②認知症における食事の役割 ③認知症と脳の働きとの関係 ④脳には刺激と栄養の両方が必要 ⑤脳にとって望ましい食事とは	合原康行
〔第3回目〕 2月 9日	⑥認知症と活性酸素 ⑦認知症と腸の働きと関係 ⑧認知症と神経細胞の働きと関係	合原康行
〔第4回目〕 2月23日	第2章 認知症を予防する食生活改善の実践 ①食品摂取量と認知症予防との関係 ②認知症を予防する脂肪の取り方 ③脳と糖のかかわり ④認知症と糖尿病のかかわり ⑤血糖値を安定させる食事とは	合原康行
〔第5回目〕 3月 8日	⑥乳製品と認知症予防効果 ⑦豆類と認知症予防効果 ⑧野菜と果物の認知症予防効果 ⑨認知症を予防する食事のまとめ ⑩生ジュースの効用と作り方 第3章 認知症予防食生活支援相談員と社会のかかわり ①認知症予防食生活支援相談員と社会のかかわり ②社会で使える、認知症予防に関する食生活知識のまとめ ●「認知症予防の食生活改善の基礎知識編」確認問題	合原康行
〔第6回〕 3月22日	●模擬試験と解答・解説 ●全体の総まとめ、総復習	合原康行

<講座説明会>

●2019年12月14日(土) 11:00~12:15 読売文化センター 横浜

## 【講師紹介】

### ■塚本 寿美雄

- ・精神保健福祉士、社会福祉士、主任介護支援専門員、医療ソーシャルワーカー指導員、若年認知症専門員、認知症キャラバンメイト
- ・福祉系専門学校非常勤講師、目黒区・練馬区非常勤講師、介護職員初任者研修講師
- ・現在、精神科病院 社会療法部相談室課長、認知症治療病棟担当相談員

### ■合原 康行

- ・三浦市立病院、日本鋼管病院などで栄養管理責任業務などを担当。
- ・元神奈川県栄養士会副会長、神奈川県病院栄養士協議会副会長
- ・横浜市医師会保土ヶ谷看護学校講師等を経て、現在、専門学校等講師

# 認知症予防食生活支援指導員資格取得講座

## 🍏 1月講座カリキュラム&日程表 <大阪会場>

■開講/土曜コース 10:00~12:00

会場:毎日文化センター大阪(毎日新聞ビル)

日程	講習カリキュラム	講師(予定)
〔第1回目〕 1月18日	<b>第1編 認知症の基礎知識編</b> 第1章 認知症を理解する ①認知症とは何か? ②認知症の初期症状と種類 ③認知症の病気と治療方法 ④認知症のケア 第2章 認知症予防の基礎知識 ①認知症は予防できるか ②認知症予防と食生活改善 ③生活習慣病と認知症予防の危険因子 ●「認知症の基礎知識編」確認問題	田中大輔
〔第2回目〕 2月 1日	<b>第2編 認知症予防の食生活改善の実践編</b> 第1章 食生活改善と認知症予防 ①認知症予防に役立つ食事改善とは? ②認知症における食事の役割 ③認知症と脳の働きとの関係 ④脳には刺激と栄養の両方が必要 ⑤脳にとって望ましい食事とは	横井智恵子
〔第3回目〕 2月 8日	⑥認知症と活性酸素 ⑦認知症と腸の働きと関係 ⑧認知症と神経細胞の働きと関係	横井智恵子
〔第4回目〕 2月29日	第2章 認知症を予防する食生活改善の実践 ①食品摂取量と認知症予防との関係 ②認知症を予防する脂肪の取り方 ③脳と糖のかかわり ④認知症と糖尿病のかかわり ⑤血糖値を安定させる食事とは	横井智恵子
〔第5回目〕 3月 7日	⑥乳製品と認知症予防効果 ⑦豆類と認知症予防効果 ⑧野菜と果物の認知症予防効果 ⑨認知症を予防する食事のまとめ ⑩生ジュースの効用と作り方 第3章 認知症予防食生活支援相談員と社会のかかわり ①認知症予防食生活支援相談員と社会のかかわり ②社会で使える、認知症予防に関する食生活知識のまとめ ●「認知症予防の食生活改善の基礎知識編」確認問題	横井智恵子
〔第6回〕 3月21日	●模擬試験と解答・解説 ●全体の総まとめ、総復習	横井智恵子

<講座説明会>

●2019年12月5日(木) 15:30~16:30 毎日文化センター大阪

<講師紹介>

■田中 大輔 先生

- ・介護福祉士、社会福祉士、介護支援専門員
- ・特別養護老人ホーム介護職を経て、  
現在、株式会社スノードロップ代表・介護支援専門員
- ・日本メディカル福祉専門学校、非常勤講師

■横井 智恵子 先生

- ・フードコーディネーター、テーブルコーディネーター講師資格
- ・食生活アドバイザー公認講師
- ・現在、ヒューマンアカデミー非常勤講師

# 認知症予防食生活支援指導員資格取得講座

## 🍏 1月講座カリキュラム&日程表 <名古屋会場>

■開講/日曜コース 13:30~16:30

会場:中日文化センター栄(久屋中日ビル)

日程	講習カリキュラム	講師(予定)
〔第1回目〕 1月 5日	<b>第1編 認知症の基礎知識編</b> 第1章 認知症を理解する ①認知症とは何か? ②認知症の初期症状と種類 ③認知症の病気と治療方法 ④認知症のケア 第2章 認知症予防の基礎知識 ①認知症は予防できるか ②認知症予防と食生活改善 ③生活習慣病と認知症予防の危険因子 ●「認知症の基礎知識編」確認問題	吉村美由紀  予定
〔第2回目〕 1月19日	<b>第2編 認知症予防の食生活改善の実践編</b> 第1章 食生活改善と認知症予防 ①認知症予防に役立つ食事改善とは? ②認知症における食事の役割 ③認知症と脳の働きとの関係 ④脳には刺激と栄養の両方が必要 ⑤脳にとって望ましい食事とは	大久保里香  予定
〔第3回目〕 2月 2日	⑥認知症と活性酸素 ⑦認知症と腸の働きと関係 ⑧認知症と神経細胞の働きと関係	大久保里香  予定
〔第4回目〕 2月16日	第2章 認知症を予防する食生活改善の実践 ①食品摂取量と認知症予防との関係 ②認知症を予防する脂肪の取り方 ③脳と糖のかかわり ④認知症と糖尿病のかかわり ⑤血糖値を安定させる食事とは	熊崎稔子  予定
〔第5回目〕 3月 1日	⑥乳製品と認知症予防効果 ⑦豆類と認知症予防効果 ⑧野菜と果物の認知症予防効果 ⑨認知症を予防する食事のまとめ ⑩生ジュースの効用と作り方 第3章 認知症予防食生活支援相談員と社会のかかわり ①認知症予防食生活支援相談員と社会のかかわり ②社会で使える、認知症予防に関する食生活知識のまとめ ●「認知症予防の食生活改善の基礎知識編」確認問題	熊崎稔子  予定
〔第6回〕 3月15日	●模擬試験と解答・解説 ●全体の総まとめ、総復習	大久保里香

<講座説明会>

●2019年12月15日(日) 13:45~15:00 栄中日文化センター

## 【講師紹介】

### ■吉村 美由紀

- ・認知症介護指導者研修終了後、認知症介護実践者研修・認知症介護実践リーダー研修等の講師として活動。
- ・看護師、介護支援専門員、愛知県認知症介護指導者
- ・現在、社会福祉法人において、法人の事業運営、職員育成に携わる。

### ■熊崎 稔子

- ・管理栄養士
- ・食生活アドバイザー公認講師副代表
- ・現在、愛知学泉短期大学講師

### ■大久保 里香

- ・管理栄養士
- ・コープあいち・食生活アドバイザー公認講師
- ・愛知県シルバー人材センター、安城市教育委員会講師