軽度認知機能障害（MCI）ケア
エルゴメーター

Cogni

デイケアに新たな
リハビリ機器を導入。

脳と身体を同時に活性化！

コグニバイクとは

●運動と認知課題を同時にこなすコグニサイズとは、身体を動かすことと計算やしりとりなどの認知課題を組み合わせた運動をいい、認知症の予防を目的としています。

●コグニバイクは、体力の弱い人でも楽しく効果的な運動ができます。

●認知予防に向けて、中でも運動不足の解消が、認知機能の維持・向上に効果的です。
頭を使いながら運動をするデュアルタスク（二重課題）トレーニングが効果的な予防対策の１つです。

自分に合った
認知トレーニングを

コグニバイクのプログラム

●プログラムは初級・中級・上級・師範級の４段階から選べます。
●認知運動テスト結果からトレーニングを処方。
●正解率・正解時間による自動負荷設定式。

まずは、お試しからでも行えます。

コグニバイクを導入！
脳と身体を同時に活性化！！

介護老人保健施設　美杉（デイケア）　〒573-1137　枚方市西招提町２１６６

TEL　072-866-7111　（担当：　植木・石原・八木・和田）