

2016년도 치매예방 프로그램 계획서

1. 필요성

최근 고령사회가 도래하고 치매환자가 급증하는 가운데 일상생활과 사회활동에 지장을 받을 수 있는 노인성치매로 인한 기억력장애, 지남력장애, 언어장애 등의 인지기능장애 증상 완화 및 예방의 필요성이 있다.

2. 목적

- 1) 치매예방 및 관리프로그램을 제공하여 인지기능장애 어르신의 인지기능 향상에 유의미한 영향을 미치고자 한다.
- 2) 치매예방 및 관리프로그램을 제공하여 인지기능장애 어르신의 우울 감소에 유의미한 영향을 미치고자 한다.
- 3) 치매예방 및 관리프로그램을 제공하여 인지기능장애 어르신의 여가 및 삶의 만족도 향상에 유의미한 영향을 미치고자 한다.

3. 목표

치매예방 및 관리프로그램을 전체 어르신을 대상으로 치매 정도에 따라 그룹별 주 3회 운영하여 치매예방 및 완화에 도움을 준다.

4. 일 시 : 치매프로그램 - 월, 수, 목 14:00 ~ 15:00

5. 장 소 : 1층 프로그램실 (상황에 따라 변경 가능)

6. 진행방침

- 1) 치매예방을 위해 전체 어르신의 욕구와 상태를 반영한다.
- 2) 치매완화 및 지연을 위해 경증, 중등도, 중증으로 그룹을 나누어 프로그램을 진행하도록 한다.
(K-MMSE 점수 또는 의사의 치매 진단결과로 분류 : 중증, 경증, 정상)
- 3) 프로그램에 참여할 수 있도록 유도하며 와상 어르신과 건강(질병)에 따른 상태 및 어르신의 의견을 최대한 존중하여 참여여부를 결정한다. (미 참여시 사유 기록)
- 4) 다양한 프로그램을 개발 및 운영하며 매달 평가 및 그에 따른 욕구를 반영하여 매월 초에 계획서를 작성한다.

7. 치매예방 프로그램 세부 운영계획

프로그램			
분류	목표	내용 및 방법	평가
공기놀이	작업치료 요법으로 자극을 통해 어르신들의 잔존 기능 및 인지력 향상을 도와 치매를 관리와 예방을 도움.	치매예방 및 관리프로그램 대상자 어르신 중 실시 당일 참여를 희망하는 어르신에 한하여 프로그램에 참여 할 수 있도록 1층 프로그램실에 모셔서 프로그램 진행. 프로그램 진행이 끝난 후 프로그램 진행 내용에 관한 어르신들의 의견 월1회 이상 수집.	프로그램 일지
구슬 꿰기			
링던지기			
미니볼링			
색칠하기	미술치료 요법으로 반복되는 무늬를 색칠함으로써 정신적 안정과 소 근육 이용 및 종이접기를 통해 손끝의 소 근육 이용을 통해 치매예방 및 관리에 도움.		
모자이크			
종이접기			
퍼즐맞추기	인지치료 요법으로 퍼즐을 맞추으로써 뇌를 자극하여 치매예방 및 완화를, 계절 맞추기를 통해 중증어르신들을 대상으로 한 단순 인지능력 확인 활동을 함으로써 치매를 예방 및 관리함.		
미로찾기			
도형 끼우기			
계절 맞추기			
날말 맞추기			
노래부르기	음악치료 요법으로 음악활동은 안정된 정신 상태가 되는 계기가 되는데 혈압이 높은 고령자가 음악활동을 통해 혈압이 안정된 결과가 입증되었는데 결과적으로 혈관성 치매예방에 도움.		
따라부르기			
음악감상			
화투놀이	취미생활 요법으로 인지능력 확인 활동을 함으로써 치매를 예방 및 관리함.		
윷놀이			
장기 및 오목			
실버체조	스트레칭과 신체활동을 통해 손과 발을 사용하여 뇌를 자극하여 치매예방 및 건강증진에 도움.	참가그룹 어르신 중 참여를 희망하시는 어르신을 대상으로 어르신을 1층 프로그램실에 모셔서 프로그램을 진행함.	
실버영화	실버영화 상영은 추억을 더듬는 회상기법을 통해 어르신의 치매의 예방 및 현 치매 상태의 호전에 도움.		

8. 대상 : 시설 입소 어르신

그룹명	그 룽 1 (k-mmse 0~9)	그 룽 2 (k-mmse 10~19)	그 룽 3 (k-mmse 10~19)
그룹 특징	-치매 확정 -치매관리대상(약복용) -중증치매	-치매 확정 -치매관리대상 -경증치매	-초기치매증상 -정상
참여 어르신 이름	임일녀, 김남휴, 김재태, 이임순, 유지순, 공정자, 이재하, 김언년, 이형옥, 배귀임, (총 10명)	팽세웅, 이두임, 곽남순, 김말례, 신경분, 조말례, 김재영, 이영자, 심성국, 박현수, (총 10명)	이재성, 유정자 허중석, 정화목 (총 4명)

9. 프로그램 계획

1) 프로그램 종류

종류	목표	방법	프로그램 진행인력
공기놀이, 구슬 꿰기 링 던지기, 미니볼링 색칠하기, 모자이크 종이접기, 퍼즐 맞추기 미로 찾기, 도형 끼우기 계절 맞추기, 낱말 맞추기 노래 부르기, 따라 부르기 음악 감상, 화투놀이 웃놀이 장기 및 오목 실버체조 실버영화	치매예방을 위한 실버체조 및 치매 관리프로그램을 치매 의심 어르신, 치매어르신 총 주 3회, 월12회 실시하여 어르신들의 치매예방 및 완화에 도움을 드림.	치매예방 및 관리프로그램 대상자 어르신 중 실시 당일 참여를 희망하는 어르신에 한하여 프로그램에 참여 할 수 있도록 1층 프로그램실에 모셔서 프로그램 진행.	사회복지사 외 1명

2) 프로그램 수행인력

이름	직위	프로그램 수행역할
이정훈	사회복지팀장	프로그램 진행
요양보호A, B 팀 근무자 1명	요양보호사	프로그램 보조

3) 프로그램 일정

분류	1월	2월	3월	4월	5월	6월	7월	8월	9월	10월	11월	12월
공기놀이												
구슬 꿰기												
링 던지기												
미니볼링												
색칠하기												
모자이크												
종이접기												
퍼즐 맞추기												
미로 찾기												
도형 끼우기												
계절 맞추기												
날말 맞추기												
노래 부르기												
노래 따라 부르기												
음악 감상												
화투놀이												
윷놀이												
장기 및 오목												
실버제조												
실버영화												
연간 계획												
월간 계획												
평가												
의견 반영												

- ◆ 어르신들의 선호도와 참여정도에 따라 프로그램 변경이 가능.
- ◆ 평가 : 매월 마지막 주 프로그램 후에 실시 함.

10. 예산

항 목	산출액	산출근거	비고
공기놀이	3,000	1,000 * 3 = 3,000	프로그램 실시 상황에 따라 변동이 있을 수 있으며 기존에 비치된 재료는 구입 안함.
링 던지기	45,000	15,000 * 3 = 45,000	
미니볼링	45,000	15,000 * 3 = 45,000	
미로 찾기	30,000	10,000 * 3 = 30,000	

도형 끼우기	120,000	$40,000 * 3 = 120,000$	
윷놀이	21,000	$7,000 * 3 = 21,000$	
점토	12,000	$2,000 * 6 = 12,000$	
총합 : 276,000원			

◆ 어르신들의 선호도와 참여정도에 따라 프로그램이 변경되면 예산 또한 변경 가능.

11. 기대효과

- 1) 검증되어 있는 다양한 치매 관련 프로그램을 통해 치매를 예방 할 수 있다.
- 2) 상기 프로그램을 통해 치매 진행을 지연시킬 수 있다.
- 3) 프로그램을 통해 즐겁고 활기찬 시설 생활을 영위하여 어르신의 삶의 만족도를 높일 수 있다.