

## 『認知症について自分ごととして考えよう』

当院の老人看護専門看護師が、『認知症について自分ごととして考えよう』をテーマに10月24日出前講座を実施しました。

現在、65歳以上の5人に1人は軽度認知症か認知症と言われています。自分自身や身近な人が認知症になったらどうしたらよいでしょうか？今回の講座では、正しく認知症を理解するとともに、認知症と診断された時はどうすればよいか、また、認知症の人が安心して暮らしていくために、家族や友人の立場でどう接すればよいかを講師と一緒に考えていきました。

受講者の皆さんは「自分ごと」として関心を持って熱心に受講しており、たくさんの質問をいただきました。

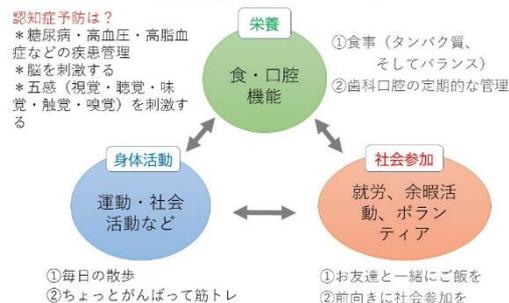
### もしも認知症になったら

#### 認知症のなった当事者の声

認知症になったからといって、最初から何にもわからなくなったり、できなくなったりするわけではありません。もの忘れや生活のしづらさは起こっても、あなたの理性や人間性が失われることはありません

認知症の疾病観（できなくなったこと）を認めて今まで通りの生活を続けることが安心と自信につながる  
→**認知症と共に生きる**

#### 健康長寿の3つの柱



大牟田市立病院の出前講座では医療従事者から直接話を聞くことができます。ご関心のある方はぜひ一度講座を受講してみたいはいかがでしょうか。

当院では、職員がその専門性を活かした出前講座を実施しています。今回実施した『認知症について自分ごととして考えよう』以外にも様々な講座がありますので、ご関心のある方は、大牟田市ホームページの「市役所職員出前講座」をご覧ください。

☆URLから「市役所職員出前講座」をチェック！

(<https://www.city.omuta.lg.jp/kiji0032883/index.html>)

☆QRコードから「市役所職員出前講座」をチェック！

