

認知症について 学びませんか？



認知症は特別な病気ではなく、
高齢になれば誰にでも起こりうるものです。
地域の中で、誰もが安心して暮らしていくためには、
一人でも多くの方が認知症について正しく理解していることが
必要です。

「認知症サポーター養成講座」で、自分自身やたいせつな人のために、
認知症について学びませんか？

※認知症サポーターは「なにか」特別なことをする人ではありません。
認知症について正しく理解し、偏見をもたず、認知症の人やその家族も
温かい目で見守る応援者です。



保健部キャラクター
「こころん」

認知症 サポーター 養成講座

【日 時】 2026年3月18日（水）

13時30分 受付開始

14時～15時30分 講座

【会 場】 西部公民館 2階 第1研修室

（伊崎町1丁目4番30号）

【内 容】 認知症とは（症状・対応の仕方）、
認知症サポーターとは など

【参加費】 無料

【定 員】 40名 ※予約制

※普段は5名以上のグループでお申込みいただく「認知症サポーター養成講座」が、この講座ではお一人からお申込みいただけます！

【お申込み・お問い合わせ】

下関市保健部 健康推進課 成人保健係

☎ 083-231-1935

下関市の現状

総人口：240,211 人

65 歳以上の人口：88,234 人

高齢化率：36.7% R7.10 末現在

これまで増加していた 65 歳以上人口は減少していきませんが、高齢化率は上昇し続けることが見込まれています。*全国 高齢化率 29.3% (R6.10)



下関市の認知症サポーター

認知症サポーター 28,405 人

【認知症キッズサポーター4,754 人含む】 R7.3 末現在

銀行、自治会、小・中学校、大学など、さまざまな場所で、幅広い世代の方が、認知症について学んでいます！



認知症サポーター養成講座を受講した人の感想

- ・地域での支えや家族の理解が大切であるとわかった。(70 代女性)
- ・母親が認知症で、自分もいつ認知症になるかもと不安の中で講座に参加しました。まわりに受け入れてもらえる事が本人にとってとても大事な事であると同時に、介護する人にも寄り添わないといけない事もよくわかりました。(60 代女性)
- ・認知症はだれがなるか分からないため、他人事ではないと感じました。認知症とは違いますが、子ども達への接し方も、やさしく受け入れる、何か理由があるなど、通ずるものがあり、勉強になりました。(20 代女性)
- ・祖母が認知症で両親が介護をしていました。今回の講座を受け、もっと早くに認知症について知る事が出来ていれば、色々と祖母にしてあげられることがあったかもしれないと感じました。今後活かしたいと思います。(30 代男性)
- ・みんなにも、にんちしょうの人たちの気持ちを知りながら、たすけたりゆっくりお話を聞いてほしいなと思いました。(小学3年生)
- ・困っている人を助ける、できることをしてあげる。(小学4年生)
- ・「人を大切にする」ことが大切だと、改めて感じる時間になりました。(小学校教諭)

認知症 サポーター ステップアップ 講座

【対象】

認知症サポーター養成講座を受講したことがある方

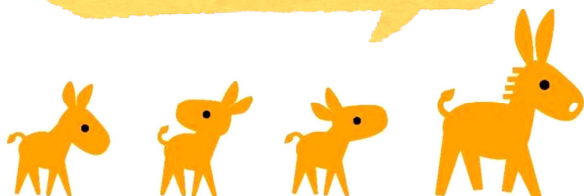
【内容】

次の開催は令和8年度を予定しています

★詳細が決まり次第、市のホームページ、市報等でご案内いたします。

認知症サポーター養成講座を受講し、さらに認知症の学びを深めたい方を対象に行う講座です。

受講後には、ボランティアとして登録をし、活動することもできます。



下関市 保健部 健康推進課 成人保健係

☎ 083-231-1935