

なないろルーム通信 5

第5回公開講座 「余生を健やかに過ごそう」

講師：杉浦浩子看護学科教授

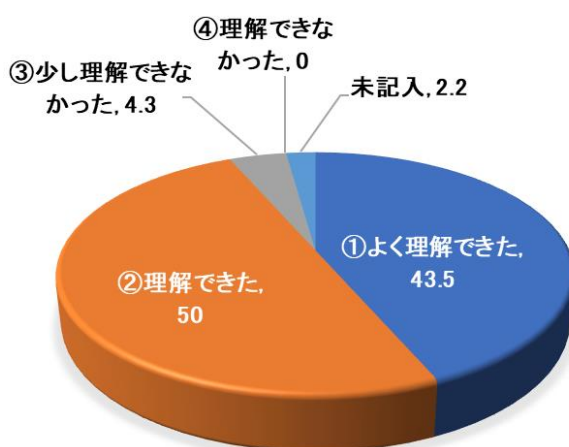
岐阜医療科学大学可児キャンパス
2019年12月21日(土)



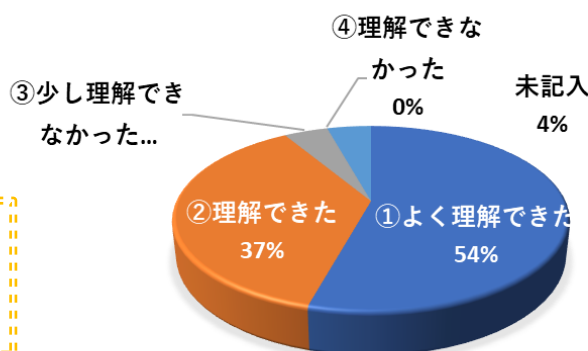
個人の感想です

- ・話し方、声がとても聞きやすかった。
- ・「うつになりやすい人チェック」が全て当てはまりました。
- ・講座で「うつ」という敵を知ることによって強くなれます。
- ・ちょっとした努力で心の健康が保たれることがわかり、とても参考になった。
- ・全体として分かりやすい講座だった。
- ・「今を大切に」を大事にしたいと思います。
- ・拝聴して楽しい心持になりました。
- ・うつの人に対する対処の仕方も教えてほしかった。

心の病気について理解できましたか？(%)



心の健康を保つための方法について理解できましたか？



地域住民の皆様：46名

オブザーバー1名：可児市高齢福祉課柴田保健師、
大学スタッフ：橋本、矢野、三代澤

第5回公開講座は、杉浦看護学科長に、「余生を健やかに過ごそう」というテーマで、高齢者のうつの特徴やうつと認知症の違いなどを分かりやすくお話しいただきました。また、「高齢者うつのチェック」や「うつになりやすい人チェック」などの提示に対し、受講して下さった方々が自分のこととして確認をしておられました。



次回は「元気の気と病気の気」で、薬学の高先生が担当です。寒い毎日、元気で生活できるを一緒に考えましょう！

なないろルーム担当：橋本廣子