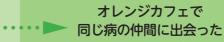
「仲間がいるまち、つながるまち」の実践事例

「幼い頃からの夢だった、カヌーを認知症でつながった仲間と作る」

一年近くで完成

Aさん

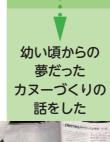
もの忘れが増えミスが 多くなり、受診。 認知症との診断。 仕事を辞め、車の運転も 止め、趣味活動も中断。

















仲間の 倉庫で 製作開始

みんなで ・・・ つくろう となった

認知症の人と家族の会

理念

認知症になったとしても、介護する側になったとしても、人としての尊厳が守られ日々の暮らしが安穏に続けられなければならない。

認知症の人と家族の会は、ともに励ましあい助けあって、人として実りある人生 を送るとともに、認知症になっても安心して暮らせる社会の実現を希求する。



〒602-8222 京都市上京区晴明町811-3 岡部ビル2F TEL:(050)5358-6580 FAX:(075)205-5104 E-mail:office@alzheimer.or.jp

令和3年度キリン福祉財団助成事業

仲間がいるっていいなあ

『認知症の人と家族の会』が提言する「認知症にやさしいまち」

はじめに

世界中で、認知症にやさしいまちづくりに取り組むまちが増えています。

認知症の人とともにいる日常が目の前にあります。

そこで「認知症にやさしい」とは、どういうことか、 当事者の会である「認知症の人と家族の会」では、 認知症の人や介護家族や専門職、支部世話人、 サポーターが集まり、「認知症にやさしいまち」に

ついて話し合いまとめました。

話し合いの中で「仲間がいるっていいなあ」という体験談が 語られ共感しました。

みなさまのまちでの「認知症にやさしいまちづくり」にこの 提言を取り入れていただき、認知症の人と家族をやさしく 仲間とし、つながるまちが全国に広がることを願っています。



「家族の会」が考える認知症にやさしいまちとは

仲間がいるまち、つながるまち

- ② 困っている人がいたら、さりげなく手をさしのべる 行動ができるまち《つながる》《関心》
- 3 地域のみんなが認知症のことを自分ごととして考えているまち《発信》
- 4 認知症を特別扱いしないまち《啓発》《創る》



仲間とつながるまち



具体的な内容

- ■認知症のことで心配や不安があった時に、「家族の会」等や 支援する人々、相談機関などの存在を知り、頼ることができる
- 認知症になったとしても、ひとりの人として認めあえる場で つながり続けることができる

当事者の声

- ▲落ち込んでいたが仲間と出会って「まだまだやれる」と思えた
- ≥出会いが大きい!
- ▲ 「認知症だから」という思い込みをもちたくない



認知症のバリアフリーをめざすまち

具体的な内容

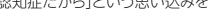
- 認知症の人のできないことをサポートするというより、できることを探す、 できる環境を創るといった発想の転換ができる人がいる、場所がある
- ●地域で認知症を学ぶ機会がたくさんある(町内会や商店街、企業・事業所等の認知症サポーター養成講座等)
- ●認知症情報が共有できるネットワークやアプリケーションがある



▲困っている時に自然と助けてくれる人がいる

▲人としての関わり方として認知症のことを知ってほしい

▲偏見や差別がなくなるといい





思いを発信し、受け止めあえるまち

具体的な内容 ○認知症の人や家族の"言葉にできない心の声"を、聴いてくれる人がいる、場所がある。

- 心の声"を、聴いてくれる人がいる、 場所がある ● 認知症の人の講演や認知症の人の家族
- 認知症の人の講演や認知症の人の家族 の講話などをだれもが聴くことができ、 直接、話を聴き交流できる場がある

当事者の声

- ▲「字が書けない」「名前が言えない」 そんな自分が自分でなくなる怖さがある
- ▲▲「これからどうなっていくのか」不安がある
- ◆話が通じないこともあり、何を思っているかわからないときもあるけど、本人がそこにいることを自然に受け止めていきたい



|る) 一緒にわくわくを創るまち

具体的な内容

- ●認知症の人や家族、支援者がともに 楽しく一緒に企画・活動する機会が ある
- ●家族が認知症の人と一緒に安心して参加できる催しの場がある

当事者の声

- ▲お膳立てされたところからの参加でなく、 最初から一緒に考え、わくわくすることを 楽しみたい
- ◆地域の介護事業所も巻き込みたい



🆳…本人 🄷…家族

一緒に活動したいと思える人が たくさんいるまち

具体的な内容

- 困っている人にさりげなく手を差し伸べ行動できる人がいる。
- ●手助けを、無理にしようとせず、間違いや、戸惑いを認めてくれる人がいる。

当事者の声

- ▲よく気がつき、見てくれている人がいるから、趣味教室などに安心して参加できる
- ◆やさしい[おせっかい]があるといい
- ◇認知症の人が周りの人に「認知症です」と、不安なくカミングアウトできる





具体的な内容

世代間の垣根を越えて学びあえるまち

- ●小さい頃から、認知症を学ぶ機会がある
- ●子どもたちと認知症の人や家族が触れあう場がある (学校の空き教室カフェ等)
- 認知症を学べる認知症コーナーが学校や地域の図書館にある

当事者の声

- ■認知症だからと身構えられるのは嫌だ
- ☆できないことが多くなったとき、さりげない配慮をしてほしい。

