

# ひとりで悩まないで！

## 認知症のことが相談できる 仲間がいます



### ＼ 認知症について知りたい皆様へ /

本リーフレットを手にとっていただきありがとうございます。このリーフレットは、



認知症の介護を行っているご家族、介護が必要になりそうなご家族  
認知症ケアをもっと知りたい、もっとよくしたいと思っている支援者の方  
「もしかしたら、自分は認知症かな？」と思い悩んでいる方  
家族でも当事者でも支援者でもないけど、認知症に関心のある方

そういう皆さんが、認知症ケアにかかわる人たちとつながっていくための情報を提供するものです。  
今すぐにアドバイスが必要な方は、掲載されている連絡先に一報ください。私たちがお話を伺います。  
また、介護をしている同じ立場の家族とつながりたい方、支援者でケアやサポートについて悩んでいる方も私たちにご連絡をください。日本の津々浦々で活動している認知症の本人や家族、その支援者とつながることができます。

このリーフレットにより、皆さんの認知症ケアが少しでもよくなればうれしいです。



### ◀ 私たちは「認知症関係当事者・支援者連絡会議」です ▶

本リーフレットでは、「認知症関係当事者・支援者連絡会議」の構成団体である「公益社団法人認知症の人と家族の会」「一般社団法人全国若年認知症家族会・支援者連絡協議会」「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」「レビー小体型認知症サポートネットワーク」が行っている電話相談やメール相談の連絡先、家族交流会や支援活動への参加情報を掲載しています。

「認知症関係当事者・支援者連絡会議」は、2017年に京都で開催された国際アルツハイマー病協会（ADI）国際会議を契機に立ち上げました。認知症ケアをよりよくしていくことをめざして4団体が一丸となり、認知症にかかわる人たちと交流、連携し、認知症へ理解の啓発や認知症ケアの研究にもつながる活動を行っています。





