



● 認知症の人と家族の会に入会を希望されるあなたへ

認知症の人と家族の会に入会いただき、あなたの不安を解消するとともに、会の活動に参加しませんか。当会へは認知症の人、介護者、支援者、認知症に関心のある人など、どなたでも入会いただけます。年度単位での入会になります(4月1日～翌3月31日)。いつご入会いただいても入会年度の会報バックナンバーをお送りします。2年目からはお申し込みにより自動引き落としもご利用いただけます。

入会の方法

当会のホームページから入会を申し込みいただけます。
https://www.alzheimer.or.jp/?page_id=246

●正会員個人：年会費5,000円

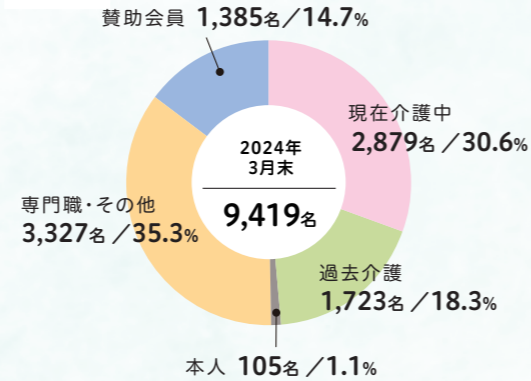
年会費はクレジットカード払いまたは郵便局から送金してください。

入会特典

- ・会報「ぼ～れぼ～れ」(会報は毎月郵送します)
- ・認知症の冊子「認知症と向きあうあなたへ」
- ・当会主催の認知症の講座・研修会や書籍の会員価格
- ・alun-alun(会員同士のFacebook交流グループ)



会員の状況



● 賛助会員への案内

企業、団体、個人など、活動を応援いただける賛助会員を募集しています。認知症の人や介護者のために、ぜひご入会ください。【年会費：1口10,000円】

申し込み、年会費送金方法など

当会のホームページから入会を申し込みいただけます。
https://www.alzheimer.or.jp/?page_id=246

年会費はクレジットカード払いまたは郵便局からご送金ください。会報を毎月お届けします。



公益社団法人認知症の人と家族の会

月～金 9時～17時(祝日を除く)

〒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 Email: office@alzheimer.or.jp

ホームページ: <https://www.alzheimer.or.jp/>



支部名



認知症の人や家族のあなたへ

あなたの思いを聴く人が ここにいます

「同じことを何度も話していると言われて認知症かもと悩んでいる」「家族が認知症と診断され、この先どうしたらいいのか不安」など、同じ悩みをもつ人同士がつながっています。また、仲間に出会い認知症とともに歩む人たちがいます。経験したからこそわかる人たちが、あなたの気持ちを聴きます。



仲間が受け止めてくれた

私はヘルパーとして長年仕事をしていましたが、夫が認知症の診断を受けたときは動揺しました。認知症の人と家族の会の仲間が話を聴いてくれて、私の混乱を受け止めてくれました。今までの経験と仲間が私の大きな力、そして支えです。

(大阪府 松南真佐子さん・介護家族)



周りの人に 助けを求めてください

認知症と診断された当事者も家族も診断後早めに仲間と出会うことが大切です。私も診断後、笑顔で明るい当事者との出会いにより不安が軽減されて前向きになりました。診断されたからといって次の日から何も変わりません。家族だけで支えず、周りの人達に助けを求めてほしいと思います。

(宮城県 丹野智文さん・認知症本人)



介護のヒントをもらえた

義母が認知症と診断された時、「わかってくれる人と話したい」と思い、参加した「介護者のつどい」で悩みや不安を話し、介護のヒントを得ました。「『よかったね』は魔法の言葉」の助言を実践し、義母は落ちついた生活を送ることができました。

(茨城県 牧野優子さん・看取り)



こころの居場所として

身近な人にも話せない思いがあります。経験したからこそ、その葛藤がわかる人たちがいます。そんな人たちのこころのふれあう居場所として「つどい」があります。思いを語った後の笑顔がうれしくて、30年以上にわたって支えてきました。

(山形県 五十嵐元徳さん・支援者)

あなたはひとりではありません

仕事と介護、そして認知症の人と家族の会

1981年看護師として働いていた私は、脳内出血・高次脳機能障害となった義父の介護で離職しました。介護保険も措置制度でのデイサービスもない時代で、家族関係も不安定となる中で子育てをしながら介護をしました。つらかったです。

その後、田舎の実父がアルツハイマー型認知症の診断を受け、介護していた実母も同じ病となりました。困っている親を看す福祉の仕事をしていることが申し訳なく帰郷を考えていた時、介護の先輩である京都府支部の人の「お母さんは鎌田さんが仕事を辞めてまで介護してくれることを喜ぶだろうか」のひとことで、仕事と遠距離での介護を11年間続けることができました。仕事をしている私を誇りに思ってくれている母は、できないことが増える中でも見てほしいとは言いませんでした。

認知症の人と家族の会はピアサポート(同じ立場の人の支えあい)を中心に、認知症への正しい理解を進めることや、介護の支えである介護保険制度などの社会保障がよりよくなる活動をしています。

認知症の人も介護者も、認知症とともに自分らしく生きることができる社会を創りたいです。

あなたの入会が、認知症になっても安心して暮らせる社会・共生社会の実現につながる活動の原動力になります。



認知症の人と家族の会
代表 鎌田松代

つながるっていいな

電話相談で介護の
アドバイスをもらい
参考になった

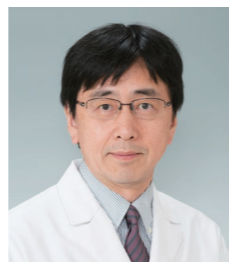
会報の「会員さんからの
おたより」を読んで、
苦しいのは私だけじゃ
ないと思った

つどいで同じ病気を
もつ人と交流して
前向きになれた

仲間を見つけ認知症とともに歩む道を

もの忘れ外来を担当する医師として多くの認知症の人やそのご家族と接してきました。診察室での限られた時間の中ではそれぞれの方の声を十分に聴くことが難しかったり、説明しきれないことがたくさんあったりします。それと、何よりも、同じ立場の人同士で情報交換をしたり、気持ちの上で支えあったりしたいという話を聞くことも多いです。認知症の人と家族の会の各種の催しや月刊の会報である「ぼ～れぼ～れ」はとても大事な交流の場であり、情報源だと思えます。認知症という病気は理解が難しく、個人個人で乗り越えていくのは容易ではありません。ぜひ、仲間を見つけ、少しでも上手に認知症とともに歩む道を過ごしていただければと思います。

また、医師や看護師、ケアマネジャーなど専門職にとっても、認知症の人や家族の率直な声を聴く大事な機会にもなります。私も20年以上会員です。専門職の方もぜひ入会いただければと思います。



武地 一
(藤田医科大学病院 医師)

認知症の人と家族の会とは

認知症の社会制度がなかった1980年に認知症の人を介護する家族によって結成しました。「認知症になっても安心して暮らせる社会」の実現という理念のもと活動している全国組織です。

認知症の理解を広め、認知症の人や介護者への支援のために、活動の三本柱を中心に要望や啓発などの活動をしています。

活動の三本柱 つどい・会報発行・電話相談を三本柱として活動しています。

つどい

認知症の人や介護者同士が集い、悩みを話し合い、心の交流ができます。若年性認知症の人、男性介護者などのつどいがあります。オンラインのつどいを開催している支部もあります。



会報発行

認知症の人や介護者の声、医療・介護などの情報を掲載した会報を毎月発行しています。47都道府県の全支部でも会報を発行して会員に届けています。



電話相談

本部ではフリーダイヤルで全国からの相談を受けています。また、全支部でも認知症の電話相談を実施しています。

〈認知症の電話相談〉
月～金 10時～15時(祝日除く)
☎0120-294-456(通話無料)
(携帯)
050-5358-6578(通話有料)
LINE電話は友だち登録で無料



〈協力〉住友生命

その他の活動

認知症になっても安心して暮らせるために、さまざまな活動をしています。

- 介護保険制度など施策の充実を求める活動
- 国際アルツハイマー病協会(ADI)加盟団体として海外の関係機関との連携・協力
- 認知症に関する調査・分析、学会等への発表
- 講演会や啓発イベントの開催
- 専門職などを対象に研修会や講義
- 書籍、冊子の発行
(冊子「認知症と向きあうあなたへ」)
- ホームページ、SNS(Facebook、X、LINE、Instagram、メールマガジン)での情報発信



世界アルツハイマーデー啓発

安心できる介護保険制度を求める署名を提出



認知症とともに生きるための8か条

1. 認知症の診断で人生は終わらない
2. 認知症の正しい情報を得よう
3. 制度を知り、活用しよう
4. 家族だけで抱え込まないで
5. 仲間と支援者を探そう
6. 職場の上司や親せきなどに病名を伝えよう
7. 社会や地域とつながろう
8. 家族で話し合っておきましょう
(「認知症と向きあうあなたへ」から)