

# ピアサポートがつなく共生社会への一歩



## 事業の背景

認知症は今や誰もがなり得る身近な病気であり、診断後、本人や家族は戸惑いや不安のなかで孤立しやすい状況に置かれている。当会は長年にわたり、「つどい」「会報」「電話相談」を活動の三本柱とし、当事者同士が支え合うピアサポート活動を続けてきた。

近年はインターネットやSNSの普及により情報は増えているが、診断直後の本人や家族が適切な支援や仲間につなげられず、孤立してしまうケースも少なくない。孤立が長期化することで症状の進行や家族の負担の増大につながることもあり、早い段階からピアサポートにつながる仕組みづくりが求められている。

本事業では、オンラインを活用した「つどい」の拡充や、全国の支部との連携によるピアサポート活動の強化、認知症本人の声を社会に届ける研修会の開催、さらに新たにYouTubeによる「ピアサポートチャンネル」を開設し、情報発信の強化に取り組んだ。

これらの活動を通して、認知症の人や家族が孤立することなく仲間とつながり、認知症とともに希望を持って生きていける社会の実現を目指している。



## 事業の目的

オンライン等を活用した交流会の拡充、ピアサポート活動の強化、ならびに情報発信の充実を通じて、認知症本人や家族の孤立を防ぎ、安心してつながり続けられる環境を整備することを目的とした。

## 事業内容および成果

### オンライン活動の拡充

立場別のオンラインつどいを開催し、全国から参加可能な交流の場を提供した。これにより、地域を越えたつながりが生まれ、同じ立場の仲間と出会う機会となった。

また、参加者が安心して思いを語れる場として機能し、相互に支え合う関係づくりに寄与した。



### ピアサポート活動の充実と発信

交流会の実施に加え、YouTubeによる「ピアサポートチャンネル」を開設し、本人や家族の経験、介護の工夫等を発信した。あわせてパンフレットを作成し、活動の周知を図った。

これにより、これまで接点の少なかった層への情報提供が可能となり、共感と信頼の広がりにつながったほか、問い合わせや連携の機会の増加が見られた。



### 「本人(若年)のつどいを考え、広める研修会」開催

認知症本人が質問に答える形式の研修会を実施し、認知症本人の「当会」理事の進行により、本人の思いや生活の工夫を直接知る機会とした。これにより、認知症とともに生きることへの理解や、本人主体の支援の重要性について認識が深まった。また、本人がスマートフォンのアプリ等を駆使しながら生活の不自由を補うための多様な創意工夫が共有された。



- 開催日：2026年1月31日(土) 開催方法：オンライン
- 研修会名：認知症の本人が答える認知症Q&Aオンライン研修会
- 参加者数：会員137名、一般46名

#### 参加者の声



「本音で語り合える関係性を大切にしたい」



「家族が先回りして、失敗することがないようにと考えて支援してしまうのは、介護者側の視点にたったのことで気づかされた」

## 普及啓発

### 大阪・関西万博

大阪・関西万博へ出展し、認知症の人や家族、支援者のみならず、一般の来場者に対しても理解を促進し、社会全体で支える必要性の共有につながった。

- 開催日：2025年4月29日(火・祝)～30日(水)  
関西パビリオン 多目的エリア (物品販売)

5月 3日(土・祝) 関西パビリオン 多目的エリア  
ステージイベント

「音楽で心をひとつに～認知症当事者、支援者のオンラインステージ」  
写真と詩と朗読～認知症本人 下坂厚氏の写真をスクリーンに映し出し朗読～

9月15日(月・祝)～21日(日) 関西パビリオン 京都ゾーン  
ブース出展

「誰もが安心して暮らせる社会」を目指す願いを込めて、来場者がメッセージスタンプを添えることで「オレンジの樹」を完成させる参加型の展示を行った。



### 関係団体との連携

日本国内の認知症当事者団体でつながっている、認知症関係当事者・支援者連絡会議(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)が連携してシンポジウムを開催し、認知症を身近な課題として広く発信した。

- 開催日：2025年12月13日(土) 視聴回数1,374回(2026年3月8日現在)

認知症で日本をつなぐシンポジウム 2025

「認知症の人と家族が参加してつくる地域～共生社会の実現で誰もが生きがいを持って暮らせるには～」

共生社会の実現を推進するための認知症基本法の理念を単なる知識として広めるだけでなく、「家族の限界」という現実に応じた地域支援の必要性を出演者全員で共有し、次なる具体的な連携アクションを促すための確かな一歩となった。



#### 参加者の声



「認知症支援の方向性をあらためて考える機会となった」



「認知症になっても自分らしく生きることができていることをあらためて感じる事ができてよかった」

#### 課題

- ・オンライン活動における継続参加の促進と、初参加者が安心して参加できる環境づくり。
- ・情報発信を視聴にとどめず、相談や地域活動へとつなげる仕組みの整備。
- ・普及啓発の成果を一過性に終わらず、地域や関係機関との連携を深める必要。

#### まとめ

本事業により、認知症の人や家族が孤立せず、つながりの中で支え合う機会の拡充を図ることができた。今後もピアサポート活動を基盤に、社会全体で支え合う仕組みづくりを進めていく。