

第7回 認知症施策推進関係者会議	参考資料2
令和8年1月8日	

委員提出資料

1. 藤田（ふじた）委員提出資料・・・・・・・・・・1 ページ
2. 春原（すのはら）委員提出資料・・・・・・・・・・7 ページ
3. 戸上（とうえ）委員提出資料・・・・・・・・・・19 ページ
4. 川井（かわい）委員提出資料・・・・・・・・・・22 ページ
5. 岡村（おかむら）委員提出資料・・・・・・・・・・36 ページ

認知症施策推進基本計画策定後 1年間の取り組みとこれからにむけて

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ
相談役理事 藤田 和子

地元鳥取で

①市の基本計画づくりに参画

中・重度の本人の意見も盛り込むこと、医療・福祉関係者だけではなく、買い物や移動等の暮らしに関わる企業とともに、検討することが重要であることを提案。様々な立場の人と対話を重ね、本人の声を起点とした計画づくりを行った。

➤企画段階から本人が参画することで、行政・策定関係者が新しい認知症観についての実感的理解を深め、本人との討議を通じて計画の骨子・内容のバージョンアップを図ることができた。

②ピアサポート活動

認知症疾患医療センターで、本人相談員として「おれんじドアとっとり」を月1回開催。参加された方が必要な情報を得て新たなつながりを創り、それぞれの地域で社会参画するきっかけとなっている。

本人を支える周囲の人もピアサポートの場に同席することで、本人が主体的にくらしていくことの重要性を理解することにつながっている。

➤主体的に暮らす本人とそれを応援する仲間が、地域の中に少しずつだが着実に増えている。

③認知症本人ミーティング

県で本人ミーティング推進委員会を設置。本人ミーティングで発せられた本人の声を起点に、様々な人が事業や運営等の見直しを始めている。

【一緒に検討を行った企業等】

- ・鳥取県立図書館
- ・鳥取市内の薬局
- ・鳥取市医療看護専門学校



④鳥取市認知症本人大使「希望大使」として

市民、専門職、企業等に自身の経験を元にした講演活動を積極的に行い、地域住民が自分ごととして考えるきっかけとなっている



- 本人の声を起点とし、暮らしに関わる様々な分野の人たちが、本人とともに考え始めた。
- 専門職にも、「新しい認知症観」の実感的理解を広げる必要性を感じた。

県内・全国で、全国版希望大使として ～活動パートナーとともに、取り組み続けている

⑤基本計画作りの促進

琴浦町（鳥取県）、横手市（秋田県）、
岡山市・新見市（岡山県）、松江市（島根県）、
高知市（高知県）大牟田市（福岡県）、新富町（宮崎県）等、
その他いろいろな町で、鳥取市の本人参画を紹介。
それぞれの町で、そこに住んでいる本人たちとの
地域づくりが始まるように後押しをする。



⑥新しい認知症観の実感的理解を

特に、医療・介護専門職向けに認知症観の刷新へ。

●医療専門職へ

- ・日本認知症の人の緩和ケア学会 第1回学術集会／2025年4月
- ・第34回日本老年学会総会／2025年6月
- ・第14回日本公衆衛生看護学会学術集会／2025年12月

●介護専門職へ

- ・福岡市医師会が運営する地域包括支援センター職員研修／2025年3月

●市民へ

- ・成田市社会福祉協議会によるオンラインフォーラム／2025年3～5月
- ・上田市にて講演／2025年9月 「認知症とともに生きるまち・うえだ 希望都市」 宣言にあわせて 等



⑦日本認知症官民協議会の事業への参画



イノベーションWG：
アワード審査会
(2025年1月)



バリアフリーWG：
メディアと本人との対話の会
(2025年2月)



バリアフリー情報交換会
(2025年11月)

⑧国際フォーラムの登壇、国内外の本人とともに (2025年2月)



フォーラム前日、国内外の本人との意見交換



国際フォーラムでは各地の本人、パートナーとともに



- 各地で、さまざまな職種・立場の人の取り組みを後押ししながら取り組みが広がってきていることを実感した。
- ただ、自治体の取り組みの進め方や、新しい認知症観の実感的理解の度合いなどについて、格差も実感した。

これからに向けたメッセージ

- 基本法が目指す報告へ向かうように、各省庁や各自治体が今進めている取り組みに本人が参画できる機会を増やしていくことを期待したい。
- 認知症のひとに対する（一方的な）対策ではなく、各省庁や各自治体行政職員も、認知症はだれもがなりうるという自分ごととして考えて、各立場をフルに活かして、施策や取り組みを具体的に進めていっていただきたい。
- 認知症の本人とともに取り組む動きを本格的に進めていこう。

2025 私の主な活動 春原治子

※詳しくはスライド9以降

- (1) 地元サロン活動への参加
- (2) 地域づくりへの参加
- (3) ピアサポート活動
- (4) 講演会等で新しい認知症観に基づいた自らの体験を発信
- (5) タイ国際ヘルスケア学会へ

- 今年、一段と物忘れが進んでいるように思いますが、受けとめて活動しています。
- 地域活動ができているのは、私の今の状態を理解して共に歩んでくれる地域の仲間の存在が大きいです。地域づくりが大事だと思います。物忘れが進んではいても、日々の活動があるからこそ、全国や海外での活動に発展しています。
- 上田市では、今年7月に「認知症とともに生きるまち・うえだ希望都市宣言」を制定しました。誰もが安心して自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指すものです。私も地域での活動をすすめるための話し合いを上田市行政と本格的に始めまっています。市の施策や取り組みを本人参画で実質的に進めていく、明るい兆しです。
- 11月には希望大使として、タイの国際ヘルスケア学会に招待され、活動を発表してきました。現地の当事者の方とも交流してきました。数年前からのJICA草の根交流より、市の保健師、ヘルパー、家族により、本人の声をもとにした支援が行われていました。

取り組みを通じて感じたこと

各省庁や、自治体の方へのこれからへの期待

本人参画が進むために、発信しやすい環境を配慮されることを期待

- 最近、会議中に話の概要を把握することが難しくなってきました。資料の説明を聞きながら、頁や文面を探しているうちに、頭から次々に内容が消えていってしまいます。会議資料を予め把握するための時間に余裕があると助かります。自分なりの意見を書いておくことができます。
- 中、重度の人が発信できるように
特養のボランティア体験で、重度の人と馴染みの人が話をすることで、言葉が出たり、心が通じ合えることが分かりました。私自身、最近言葉が出にくくなりました。でも思いはあります。わかってもらいたいという気持ちは、重度の人と同じだと思います。チームの一員としてゆっくと辛抱強く聴いていただければと思います。
- 講演会について
この1年、講演会に参加された皆さんの講演前の調査（8市町村・自治会等）では、未だに古いい知識や固定概念を持つ人が8割～9割という結果でした。しかし、講演後はその考えが大きく変わっていました。今後、自治体が講演会などを企画する場合は、地元で暮らす本人と共に、本人に聴きながらすすめてほしいです。

(1) 地元の活動への参加

「物忘れが進んだ私は周囲が気づいてから10年、免許を返納して8年、近所の仲間のサポートを受けたり、デマンド交通を利用して、今年も地元の活動に参加できています。」



近所のパートナー2人
一緒にボランティア活動したり
私の話し相手・声掛け、見守り
のサポートをしてくれています。



200人が参加した子ども食堂の
お餅つき
「お餅のパック詰めは
私の出番です」



「仲間のみなさんが
私に出来そうな事を
いつも用意してくれます。」

(2)地域づくり

- 「安心」の地域づくりセミナー企画会議への参加
- コロナ後、地元で認知症の理解をすすめる活動が停滞
11月に市と話し合い、当事者と共に新しい認知症観に基づいた
地域活動の展開に向けて動き出す



地域づくりセミナー企画会議に出席



hinataboccoで市政懇談会

(3) ピアサポート活動

認知症の人同士がいつでも気軽に会えるといいです
気持ちが通じ合い、安心できます



特養・グループホームで入所者、利用者と交流



hinatabocco で認知症当事者の話を聴く

「物忘れを恐れない。受け入れる事ですよ。
物忘れが進んでもあなたが持っているものは変わらないのですから。
昨日のことは忘れても、今日も新しい一日が始まる。
そう思って人生を楽しみましょう。」

2025年6月8日 hinata bocca

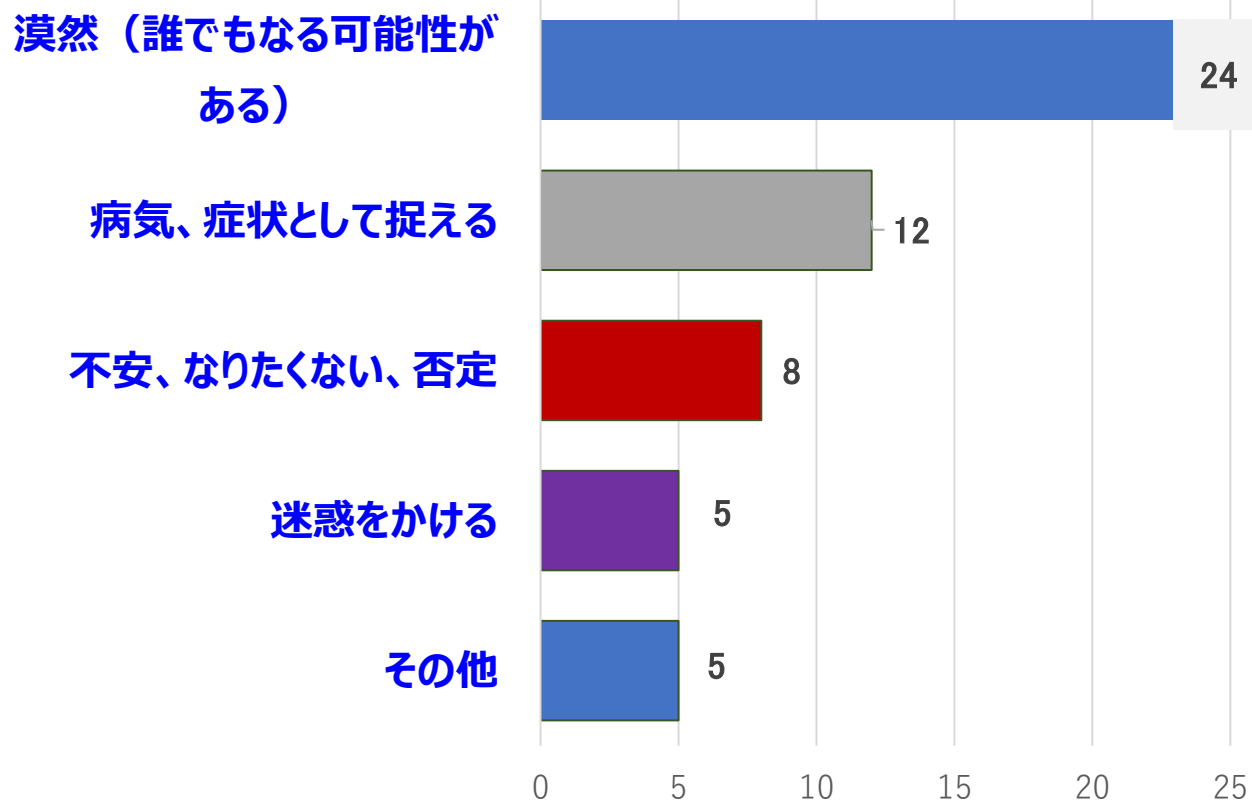
(4) 講演会や地域活動で発信

A地区住民認知症講座自記式アンケート

講演前 漠然とした知識や固定概念を抱く

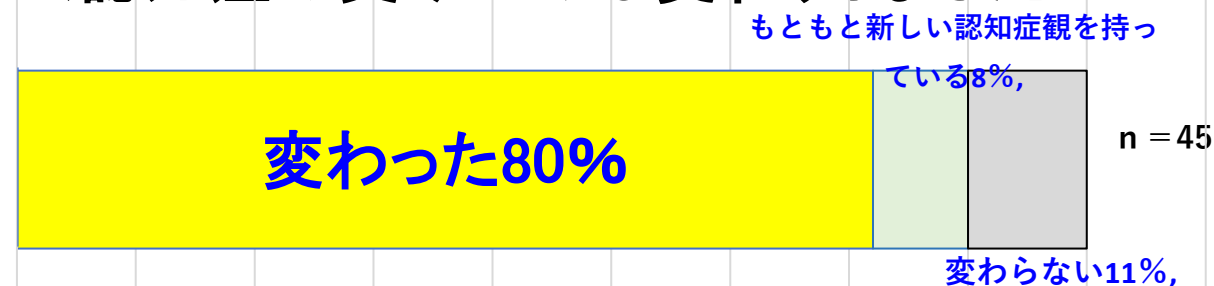
Q認知症をどのように思っていますか？

n = 45 複数回答



講演後 8割の人 ポジティブな捉えに変化

Q認知症の受け止めは変わりましたか？



<変化した主な理由>

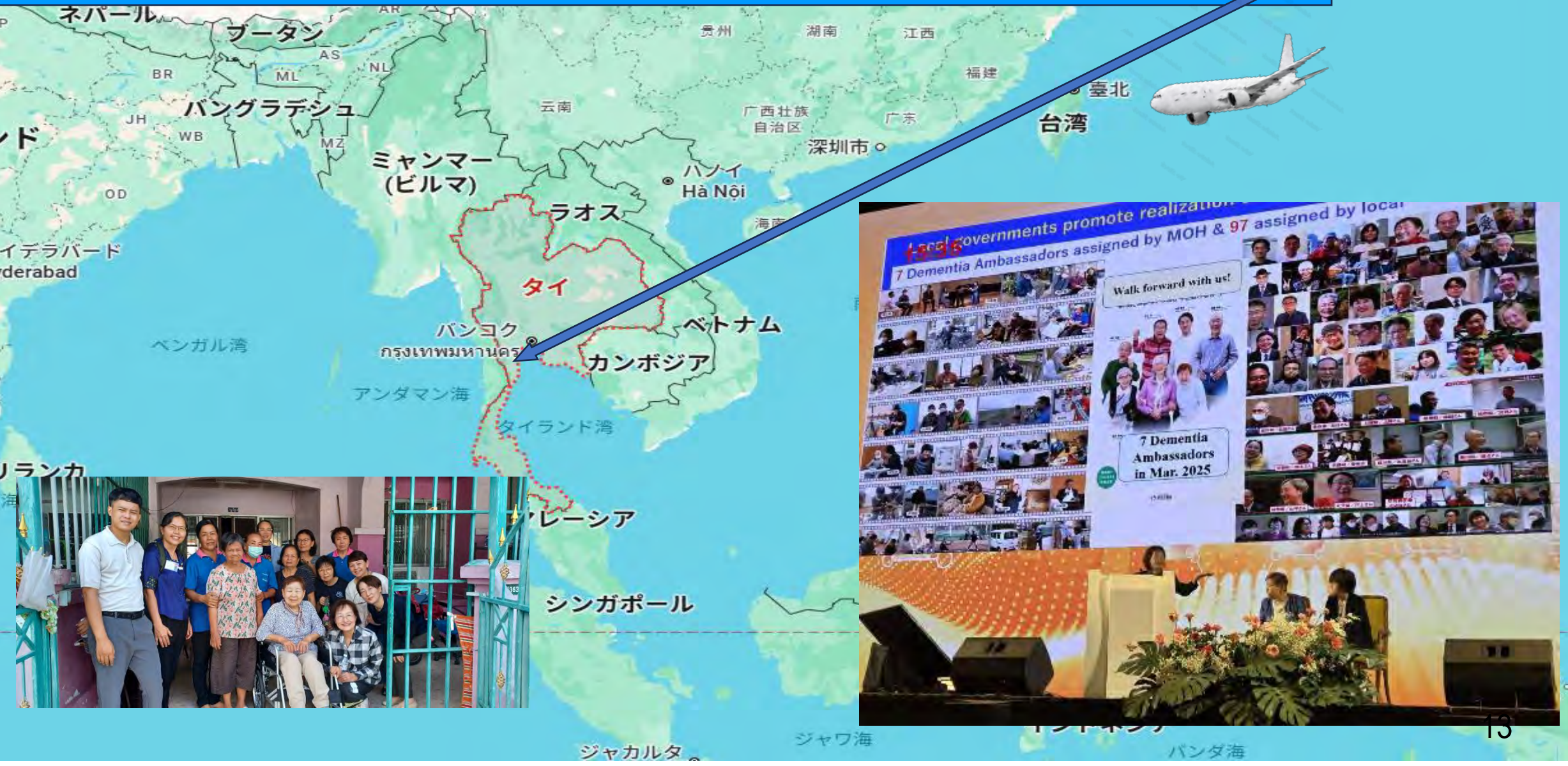
前向きに生きられる
安心して認知症になれる
自分らしく生きる
あるがままに、周囲にも頼る
オープンにして、積極的に地域に出ていく
地域づくりが大切
今まで通りの生活をする
前向きにチャレンジ
不安が小さくなった
偏見がなくなった

<もともと新しい認知症観である
今までの認識は間違っていなかった(認知症は恐くない)
認知症になっても大丈夫な地域に…は前々から思っていました。
今までも春原さんのように認知症をとらえていた。認知症になっても、何も出来ないわけではない。>

<変わらない>

現実 is 厳しい 12

(5) 11/1~5 タイ 国際ヘルスケア学会へ



訪問活動

第2日目



●孫と遊びたい ●浜辺に行きたい



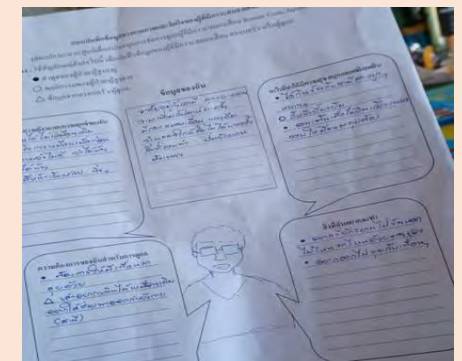
家族は昼夜のケアで介護負担が増していた

本人と家族を励ます

「声」を聴いてあげてください。



歌いましょう！



●友達や近所の人に話を聴いてもらいたい

●自転車で友達に会いに行きたい

会場下見・ポスター展示準備

第3日目



タイ 国立フラバ大学のサポート



第4日目

発表

Local governments promote realization of dementia-friendly communities
15:35
7 Dementia Ambassadors assigned by MOH & 97 assigned by local governments

Walk forward with us!

7 Dementia Ambassadors in Mar. 2025



Declaration of Hope

dementia.
dementia.
e and hopes.
in daily life,
strong mind
ke from the
ossible.



今日はお招きいただき、ありがとうございます。

私は認知症が進み、直前のことも忘れてしましますが、自分自身は変わりません。認知症で言葉が出にくくなっても、人を思う気持ちや分かり合える力があります。

自分らしく暮らしたい思いや希望があります。

専門職の皆さんは、認知症の人を医療や看護の対象としてみるのではなく、地域で暮らす一人として、共に歩んでください。

重度になっても、最期まであきらめないで、本人の声を聴いて欲しいです。

Thank you !



資料1 2025（1月～12月）の活動 春原春子 項目	活動の内容（参加・交流・発信）	ともに歩む人達
(1) 地元サロン活動への参加	①自治会単位開催の高齢者サロンへの参加・交流	毎月1回：自治会公民館へ ※忘れないように、近所のボランティア仲間、蛍の会（住民パートナー）による手紙や声掛けのサポートがある
	②イベント参加, (hinata boccoの子ども食堂や餅つきイベントボランティア, 介護予防活動で交流)	毎月1～2回：hinata boccoボランティア, まちづくり協議会メンバー, 施設職員が本人の希望に沿った出番をつくり環境を整えている。
(2) 地域づくりへの参加	③希望大使として地域づくりセミナーの企画会議への参加	年3回：セミナー実行委員が本人に分かりやすいように会議をすすめている
	④上田東部地区「安心」の地域づくりセミナー（6回）講師	講師をはじめ、セミナー実行委員が本人が体験者として発言しやすい工夫、配慮を行っている
	⑤本人とともに新しい認知症観に基づく地域活動の展開に向けた話し合いを開始	上田市高齢者介護課, 豊殿まちづくり委員会, 地域包括、ローマンうえだ, hinata boccoが連携して本人を中心に動き出した。
(3) ピアサポート活動	⑥介護施設（特養・グループホーム・小規模多機能）でボランティアとして入所者、利用者と交流	月1回：「安心」の会同窓会ボランティア, 施設職員が本人が自然に交流活動できるようサポートしている。
	⑦hinata bocco, オレンジサロンで本人と交流, 相談	月2回・随時：オレンジサロン運営委員, 施設職員, 豊殿デマンド交通
(4) 講演会等で新しい認知症観に基づいた自らの体験を発信	⑧上田市（認知症フォーラム, シニア大学, 神川まちづくり, 上小圏域成年後見支援センター人権研修会, 「安心」の会総会）	hinata bocco運営委員, 施設職員, 講演先市町村職員, パートナーが本人が話しやすいようにスケジュールや進め方を市町村と調整。 （※講演前後でアンケート調査を実施。結果を市町村と共有している）
	⑨県内（南相木村, 南木曽町, 須坂市, 安曇野市, 長野市チームオレンジ研修, 長野市長沼地区, 松本市笹川地区※）	
	⑩県外（前橋市社協）	
	⑪疾患医療センター研修会長野大会（1月25日）	
(5) タイ, ブラジルの関係者や本人と交流	⑫訪日の際、hinataboccoで交流	佐久大学, ローマンうえだ, hinata bocco, JICA, タイ国立プラバ大学, 主治医
	⑬タイ国際ヘルスケア学会参加・発信(11月1～5日)	

第7回 認知症施策推進関係者会議 戸上守提出資料

認知症施策推進基本計画（以下「基本計画」と言う）が閣議決定されてから1年が経ち、私たちの取組みの中でも進化を感じる事もあれば、未だ変わらないものもあります。基本計画の影響を受けて好転した事や、影響も受けず依然課題となっているものが、私達の実践の中で浮き彫りになってきました。その様に実践から浮き彫りになったものを幾つかご紹介させていただきます。

1、「どこでもオレンジドア（ピアサポート活動）」の利用頻度倍増

診断・診察後の医療機関で行う「どこでもオレンジドア」は、認知症当事者が診察を終え、医療機関のカフェスペースで私達ピアサポーターと会い、話し、「認知症と診断されても、楽しく幸せに生活できる」と言う事を感じてもらうピアサポート活動です。

「どこでもオレンジドア」の依頼回数は昨年度の5倍以上に増え、私や私の仲間のピアサポーターの人達も、気に掛ける仲間が増えていく事を喜んでいます。

また毎回「どこでもオレンジドア」が終わるとその場ですぐ「振り返り」（参加者全員が感想等を述べる）を行うのですが、回数を重ねるごとに参加される専門職の考え方の変化が見受けられます。

一年前はケースとしての成功を喜んでいた専門職の人達も、今は「～さん、実は寂しかったんですね」等、ピアサポートを受けた認知症当事者さんの気持ちを汲んでいるようなコメントを聞かせていただけるようになりました。

2、県や市町村と一緒に取り組む企画の倍増

大分県では、「基本法」の閣議決定以来、大分市や大分県の職員さんと研修やイベントの企画をすることが多くなりました。

「基本計画」施行以前もそのような動きは多かったのですが、現在はその数も増え、行政の方々や認知症地域支援推進員、若年性認知症コーディネーター、医療機関の方々やご家族等と一緒に企画から携わる事で、参加してくださる行政や専門職の方々も、（認知症）当事者参画の効果を感じてくださっている様に感じます。

3、各市町村における「基本計画」に対する認識の格差

しかしその一方で、所謂「帳面消し」とでも言うのでしょうか？実践せずに、「言われたから、やる」と言うスタンスで計画を作り実行してしまうと、当事者参画の地域づくり実現は難しいと思われます。

その様な自治体の多くは「私の地域には（自分の思いを）発信してくれる認知症当事者の方がいない」等と言われます。

しかし私たちは、自治体職員がそのように言われている地域にピアサポート活動で行くと、（認知症当事者の）皆さんは自分の思いを私達に伝えてくださいます。

各市町村が認知症の計画を作る際に、「どのように（計画を）作ればよいかわからない」と言われるのを何度も耳にしました。

そのように言われる市町村の多くは「計画を作る事」が目的になってしまっています。

今一度「誰の為に」「何の為に」各自治体で「基本計画」を実施するのかを考えていただく事で、自ずと認知症当事者の声を施策に反映していく事が出来ると感じております。

自治体の方々から「私たちの地域ではピアサポート活動がないから、何から始めればよいかわかりません」と言われる事も度々あります。

その答えはとてもシンプルです。

一日1分でも構わないので、認知症の方の居られる所に訪れ、その方の「したい事」を聞いてください。

そこから始まります。

4、「（新しい認知症観」と言う概念を含む）「基本計画」の内容を受け入れる事に違和感を覚える専門職と行政

認知症地域支援推進員の方等が、介護支援専門員や医療機関・介護の専門職の参加する研修の中で基本計画や「新しい認知症観」の話をする、グループワークの発言やアンケート中に「自分達がやって来たことだから、新しく学ぶものは無い」「自分たちのやって来たことを認めて欲しい」等のコメントを耳にする事が多々あります。

しかし「ニーズ」の中に私たち認知症の人の気持ちが書かれ、「目標が」私達認知症の人の「したい事」になっているケアプランがどれくらいあるのでしょうか？

この状況を重く捉えた大分県は介護支援専門員向けの「認知症アセスメント力向上研修」で認知症当事者の方に参加していただき、「したい事」を聞きながら、その方（参加された認知症当事者）のケアプランを作っていくというグループワークを盛り込んだ研修等を実施しております。

また専門職や行政の方々の中には、私達の様に話す事の出来る認知症の人が発信する事が多く、相手に自分の思いを伝える事の出来ない認知症の人とは別だと思っている方も多いようです。

しかし軽度の認知症の人にも中・重度の認知症の人にも、「したい事」がある事には変わりありません。

「もしもその人が相手に自分の思いを伝える事が出来たら」その人は何をしたいか？何を選ぶか？を導き出すのが専門職の技術で、医療や介護の業界では、これを「アセスメント」と言うそうです。

自分の思いを相手に伝える事が困難な人も、その人の事を（過去を含めて）知る事で「限りなく確信に近い仮説」を立てる事が出来るので、「アセスメント」は可能だと察する次

第です。

専門職や行政職員の意識をどのように変えていくか？共生社会実現に立ちはだかるこの課題を、皆で乗り越える方法を考えなければなりません。

5、本人の声発信と参画の違い

私は大分県や県外でも講演会やフォーラム、研修に呼ばれますが、当日までのスタンスは様々です。

私が企画から一緒に作っていったと思えるものもあれば、物理的に距離が離れていたのでは「ZOOM 打ち合わせ」等を行うことにより企画から携われたものもあります。

中にはタイムスケジュールとテーマだけ知らされ当日を迎え、お話させて頂くときもたくさんあります。

どのような場合でも、その地域の背景や課題に合わせてお話させていただくので、私の方はどのような形でも構わないのですが、一緒に企画をした方が、双方に気が付く事も多いようです。

また講演や研修終了後に、「ケアマネジャーに聞かせたかった」「施設職員にも参加して欲しかった」等という主催者がわの感想を聞く事も多いので、やはり企画段階から参画できた方が実りの多いものになるように思われます。

6、地域づくりという環境整備は、人と出会う手段

どこの自治体に行っても「地域づくり」と言われ、皆さん熱心に地域を作っておられるようでしたが、私には「地域づくり」がどのようなものか良く分かりませんでした。

「地域」とは、土地を指しているのか？人が集まっている様をそのように言っているのか？限定された空間の中にある仕組みの事を「地域」と呼んでいるのか？私には言葉の括りが大きいせいか、よくわかりませんでした。

しかし仲間とピアサポート活動を続ける中で、人と人が（認知症当事者の方と専門職が会う時の様な出会い方ではなく）人と人らしく出会う事が出来るような環境（人的環境も含む）の集まりを、「地域」と呼ぶのではないかと思うようになりました。

システムを作っただけで終わってしまうと、その「地域」はゴーストタウンになってしまいます。

認知症の人と認知症でない人や、認知症の人同士が人として出会える「地域」をどのように作っていくのか？その「地域づくり」を、（中・重度の方を含む）認知症当事者の人と一緒に考える事が当たり前の世の中になれば、幸甚の極みです。

本人・家族による 「新しい認知症観」の普及啓発にむけて



認知症の人と家族の会
代表理事 川井元晴



認知症の人と家族の会

昭和55年設立
全都道府県に支部設置

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穩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。

活動の三本柱 ピア・サポート



電話相談



つどい



会報



認知症の日
(旧 世界アルツハイマーデー)
ライトアップ



大阪・関西万博出展

【計画策定の趣旨】

令和6年1月1日に施行された共生社会の実現を推進するための認知症基本法（以下、基本法）を踏まえ、本県の現状と課題から県がめざす基本的な政策目標を定め、その実現のための認知症施策を総合的かつ計画的に推進

【計画の位置づけ】 基本法第12条第1項に規定する都道府県認知症施策推進計画

【計画期間】 令和6年度～令和7年度

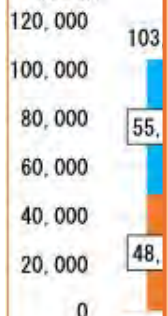
基本目標

認知症の人が家族等とともに住み慣れた地域で希望をもって自分らしく暮らし続けることができる共生社会の実現

現状と課題

認知症高齢者の

(人数)



本県の令和6年度（MCI）の高齢者（高齢者の割合）とも言える状況。県民誰もが認知症のリスクを抱えている。新しい認知症観」に

コラム～新しい認知症観について考えてみませんか～

公益社団法人認知症の人と家族の会山形県支部が、基本法の施行を踏まえ、会員に対して実施したアンケートでは地域づくりに最も関心があるという結果となりました。

その中では、町内会が実施している公園の草とり活動に声をかけていただかず、半人前の仕事しかできないかもしれないが、そのような活動にもかかわりたいという回答もありました。町内会の方からすれば、認知症であることを気遣って、お誘いを控えられたのかもしれませんが。

新しい認知症観は、「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望をもって自分らしく暮らし続けることができるという考え方」とされています。

例えば、回覧板をお隣に渡す際に「草とり活動の時間になったら一緒に公園まで行きませんか」などと言添えることで、認知症の人でも安心して地域の活動に参加しやすくなるのではないのでしょうか。地域の中でのさり気ない気配りが、認知症の人も含めた地域づくりにつながります。

「新しい認知症観」とは、

認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望をもって自分らしく暮らし続けることができるという考え方です。

成果と課題

県では、基本法の施行に先駆けて平成28年1月に「山形県認知症施策推進行動計画」を策定し、認知症施策を推進してきました。

令和6年12月に政府が策定した「認知症施策推進基本計画」で示された「新しい認知症観」の普及、アルツハイマー病の新薬への対応、認知症の人やその家族等を支援するチームオレンジの整備などさらなる推進が必要です。

③ 認知症の人と家族にやさしい共生地域づくり

地域

認知症の人の社会参加の推進及び家族等への支援

- ピアサポート活動の推進
- 認知症の人の社会参加の機会の確保
- 介護に取り組む家族等への支援

認知症の人の生活における

バリアフリー化の推進

- 地域における生活支援体制の整備
- 買い物・移動支援の推進
- 地域において見守るための体制の整備

認知症の人の意思決定の支援及び権利利益の保護

- 意思決定支援の推進
- 高齢者虐待防止の推進
- 消費生活における被害を防止するための啓発

《主なKPI》 チームオレンジの整備

【現状（R5）】 8市町村 ⇒ 【目標（R11）】 全市町村



愛犬の散歩を通じた認知症サポーターによる見守り活動
認知症のシンボルカラーオレンジ色のバンダナが目印



1. 家族一人ひとりの尊厳と人権が尊重されること

家族も認知症の人とともに一人の人として尊厳が守られ、自分の人生をあきらめない権利があります。それぞれの立場や気持ちが尊重され、大切にされる権利があります。

2. 家族がともに安心して暮らせる社会の実現を保障すること

家族が認知症の人とともに安心して暮らせる環境が必要です。家族は、それぞれ仕事を選び、続けていく自由、生活を維持していくために経済的な支援を受ける権利があります。

3. 家族が必要な支援を受けられること

家族一人ひとりの状況に合ったサポートとして、必要なときに必要な支援を受ける権利があります。

4. 社会全体で支え合うこと

認知症の人とともにある家族の状況を、社会は正しく理解し、社会全体でケアを担っていくことを私たちは求めます。

5. 家族の経験が社会で活かされること

同じ経験をした者同士の支え合い（ピアサポート）は、社会全体としても大きな力になります。制度だけでは足りないところを補いあえる、認知症の人や家族の経験と知恵が活かされる社会をつくっていくことを望みます。



公益社団法人
認知症の人と家族の会



認知症の人と家族が安心して暮らせるために

山陽新聞

FAGIGATE MEDICA 天気

トップ 岡山エリア スポーツ ダイジェスト 地域別 連載・特集 国内外 オピニオン イベント

目覚めたら、妻の姿は消えていた…「1%」の珍しい認知症
失踪から2年、後悔尽きぬ夫は今日もポスターを貼り続ける、
捜索に立ちはだかる「制度の壁」も

2025年12月24日 11:32 (12月24日 11:45更新) 有料記事
リボ社会

鳥取県支部会員の奥様

保存



行方不明になった荒川泰子さんの写真＝2024年9月、鳥取県米子市

山陽新聞ウェブサイトより引用
<https://www.sanyonews.jp/article/1848416>

令和6年 行方不明者数 82,563人
認知症の人 18,121人

警察庁生活安全局人身安全・少年課

緊急
要望

認知症の人が自由に安心して外出できる
取組や対策の充実を

- 1 警察の情報共有の全国統一と対応の強化
- 2 年齢制限をしない対策を全国一律の指針
- 3 SOS徘徊ネットワークの評価と見直しと充実、適切な用語
- 4 GPSなど指針の整備と、意思の尊重。
- 5 異変時の声かけ、認知症の人にやさしい地域づくり
- 6 「認知症ヘルプマーク」等の指針・普及

公益社団法人
認知症の人と家族の会
Alzheimer's Association Japan

令和6年12月12日 要望
厚生労働省、警察庁に提出

「新しい認知症観」の啓発に関するシーズ

「認知症」という言葉の
差別的使用と考えられる発言, 投稿例

「〇〇は認知症の疑いがあるのでは？」

「(もの忘れを指摘して)〇〇はニンチが出た」

SNSへの投稿で
多数に閲覧・拡散されることもある

平成16年「認知症」への用語変更決定(厚生労働省)
平成17年から一般使用

介護や臨床の現場では
「認知症」を「ニンチ」と略される事もある

→ スティグマの再生産となる可能性

用語の変更だけでなく
「新しい認知症観」の普及・浸透が必須

認知症の人と家族の権利宣言



私たちは、認知症になったとしても、介護する立場になったとしても、人としての尊厳が守られ、日々を穏やかに暮らし続けていきたい、という思いで1980年から活動してきました。

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（認知症基本法）ができ、私たちはいっそう、認知症の人、その家族や大切な人々が支え合いながら、人として生きがいを感じ、充実した毎日を過ごせるような安心して暮らせる社会の実現を求めています。

認知症基本法は、私たちが長い間望んでいたものであり、これにより認知症の人と家族への支援が充実していくことを期待しています。しかしながら、両輪となるべき家族への支援は、本人支援とは大きな隔たりを感じざるを得ません。認知症の人への支援と同様に、家族への支援が充実していく必要があります。

認知症の人と家族はそれぞれに自分で決める権利や、あらゆることに参加する権利を持っています。認知症の人と家族の人権が侵害されるような環境・社会にならないよう、そして誰もが人としての尊厳と権利が保障され、健康や幸福を追求できるよう、それらを支える制度や経済的支援、同じ経験を有する者同士が支え合う支援（ピアサポート）の推進が不可欠です。

そこで私たちは、家族への支援が充実することを願い「認知症の人とともにある家族の権利宣言」をつくりました。ここに、私たちの思いを全ての人に知っていただけるよう宣言します。

1. 家族一人ひとりの尊厳と人権が尊重されること

家族も認知症の人とともに一人の人として尊厳が守られ、自分の人生をあきらめない権利があります。それぞれの立場や気持ちが尊重され、大切にされる権利があります。

2. 家族がともに安心して暮らせる社会の実現を保障すること

家族が認知症の人とともに安心して暮らせる環境が必要です。家族は、それぞれ仕事を選び、続けていく自由、生活を維持していくために経済的な支援を受ける権利があります。

3. 家族が必要な支援を受けられること

家族一人ひとりの状況に合ったサポートとして、必要なときに必要な支援を受ける権利があります。

4. 社会全体で支え合うこと

認知症の人とともにある家族の状況を、社会は正しく理解し、社会全体でケアを担っていくことを私たちは求めます。

5. 家族の経験が社会で活かされること

同じ経験をした者同士の支え合い（ピアサポート）は、社会全体としても大きな力になります。制度だけでは足りないところを補いあえる、認知症の人や家族の経験と知恵が活かされる社会をつくっていくことを望みます。



公益社団法人

認知症の人と家族の会



認知症の人とともにある家族の権利宣言【解説版】



私たちは、「認知症の人とともにある家族の権利宣言」を2025年6月総会において宣言しました。

権利宣言をした理由、背景には以下の思いがあります。皆さんには、ぜひ、このことをご理解いただき、認知症の人への支援とともに、家族の支援への一層のご理解とご協力をお願いいたします。

認知症の人とともにあるということ

▶誰もが認知症を前に悩む 認知症になる前から備えをすることの必要性

「認知症」は、その症状の特徴（記憶や見当識、判断という人間の尊厳を維持するための機能が障害されやすいということ）、その進行の特性（症状が徐々に進行していくこと）によって、診断を受けた本人も家族も、診断後から戸惑いや不安を持ちますが、中には戸惑いや不安が少ない人もいます。それは、診断以前からの認知症に関する知識と理解があり認知症への備えができています。そして、たとえ認知症への備えが足りなくても、診断早期（可能であれば診断前から）から認知症に対する正しい知識を得て理解をしていくこと、診断後に認知症になったことを悲観しすぎないことが大切です。認知症に上手に対応していくには、認知症とともに生きている同士（認知症の人とその家族等）に早期に出会い、その戸惑いや不安への効果的な対応方法を知ることや支え合うこと（ピアサポート）が効果的です。戸惑いや不安をともに乗り越えながら前向きに生きている人がたくさんいます。

しかし、これらの認知症への理解と対応をしても、認知症の人は徐々に社会生活や人間関係に支障をきたしやすくなり、そのことに悩み、周囲の人々や家族は認知症の人への適切な対応に悩みます。

▶認知症になってもできることを続ける とともに悩み考える支え合うことの必要性

最近では、認知症の診断を受けるタイミングが早くなっており、認知症の診断を受けた時点では多くの認知症の人は身の回りのことを自分でできますし、少しの工夫と手助けがあれば仕事を続けることができます。それにもかかわらず、「認知症の診断を受けると介護が必要になる」という誤った認識を持つ人は少なくありません。

認知機能の低下の自覚は、日時や場所の混乱、段取り・手順を忘れることなどが多いですが、この段階では「介護」ではなく「生活の工夫を一緒に考える支援・手助け」が必要です。排泄や移動、食事、生活リズムの管理などの日常生活上の世話、いわゆる介護（療養上の世話）はすぐに必要になるわけではありません。ともに悩み考える支援が必要です。

▶認知症の人の希望の実現に向かい、認知症の人と家族とともにつくる未来

認知症の本人が主体となって多様な人たちとともに全国的な活動をしている一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループは、2018年に「認知症とともに生きる希望宣言」（参考資料）を発出しました。これは、認知症基本法の制定の大きな力となりました。

この「希望宣言」は、様々な苦悩を抱えながらも、認知症とともに尊厳と希望をもって、一人ひとりが生きていくための自分自身の「考え方・生き方」について宣言したものです。認知症とともに希望をもって生きていく決意（覚悟）を宣言したものであり、ともによりよい社会をつくっていく「現在進行形」の意識と姿を示したものです。

この希望宣言の発出そのものとその実現は、認知症の人だけでなく、認知症の人の家族にとって依り代となるものだと考えます。認知症の人とともにある家族も、認知症があっても希望を持って暮らしていこうという人、そしてより良い社会を一緒につくっていくという人の輪を広げ、認知症の人と家族が生きやすい社会を、ともにつくっていくことを願っています。

▶認知症の人の家族が認知症の人とともに生きていくための社会への宣言の必要性

このような認知症の人自身が生きやすい社会を作っていくとすると、ともに生き、暮らしていく家族も、人生をあきらめず、希望をもって自分らしく暮らし続けていくことが必要です。家族がお互い

の幸せを願うように、誰かひとりにかかる負担や犠牲を強ければ、家族関係が破綻し、家族みんなが幸せに生きられなくなります。

また、認知症は誰にでも起こりうることであり、支え合う関係の中で、家族の中の誰かが認知症をもつことも、支えている家族が認知症をもつこともあります。そのため、認知症の人も、家族も、みんなが幸せでいられるように、認知症基本法が施行されたことを契機に、認知症の人たちの希望宣言に歩調を合わせて、認知症の人とともにある家族の権利宣言をすることが必要だと考えました。

ここに挙げている権利は、日本国憲法の下にある人権が基本にあります。家族は、認知症の人とともにいる身近な人、伴走者、パートナーとして必要な場面で認知症の人の思いの代弁を求められます。しかし、多くの家族は認知症に直面することが「初めて」であり、どのように対応していけばよいのかわかりません。また、経験があっても、認知症の症状は一人ひとり異なり、認知症とともにあることは難しいことです。それゆえ、権利を宣言することを通して、家族が個人としての尊厳を保ち、認知症の人とともに安心して生きていけるよう、社会からの必要な支援が求められています。

私たちは、認知症基本法のうたう共生社会を実現していくために認知症の人とともにある家族の思いにも寄り添っていくこと、家族支援を充実していくことが、認知症の人の生活を豊かにしていくことであることを社会の共通理解として持っていただけるようお願い、ここに宣言をしたいと思います。

注 認知症の人とその家族とは

注1 認知症の当事者とは

私たちは認知症の人とその家族であると考えます。

注2 認知症の人とは

ここでは、認知症の人を認知機能の状態や診断の有無を問わず、認知機能の低下状態に悩む人として考えていきます。認知症の人とは本来、認知症と診断された人のことです。しかし、近年の疾患修飾薬の登場によって前認知症状態や軽度認知障害の診断を受ける人がおり、これらの人は本来の認知症の人ではありませんが、認知機能の低下に悩み、不安を持つ人であると言えます。

認知症とは様々な疾患の症候群であり、その症状、進行などは疾患の特徴によってさまざまであると同時に、個人によっても症状や進行は一様ではなく、ひとくくりにできないところから、誰もが認知症を前に悩みます。

注3 家族とは

私たちは、家族とは、同居の如何にかかわらず、血縁・婚姻関係にある人、あるいは血縁・婚姻関係になくても深い関係性を持ち、家族であると認識している人たちであると考えます。家族とは、2人以上の人で構成する最も小さな社会組織です。民法上では「親族」とは「6親等内の血族、配偶者、3親等内の姻族」（民法第725条）であり、「直系血族及び同居の親族は、互いに扶け合わなければならない」（民法第730条）とありますが、家族の明確な定義はありません。血縁・婚姻関係にある者同士は、その歴史、過去の関係性のあり方によってさまざまな影響を与え合います。扶け合いとは、扶養や扶助など世話を^{たす}する、支えるという意味合いで使われます。

実際にこの親族の扶け合いは、その状況も、そのことへの思いも、それぞれの関係によってさまざまです。つながる縁の中で断ち切り難い関係をもつのも家族です。



※権利 ◆必要な支援

1. 家族一人ひとりの尊厳と人権が尊重されること

家族も認知症の人とともに一人の人として尊厳が守られ、自分の人生をあきらめない権利があります。それぞれの立場や気持ちが尊重され、大切にされる権利があります。

※介護をしても、家族が一人の人として自分の人生を生きていく権利

支援を求めている当事者は認知症の人だけではなく、家族も支援を求める当事者です。認知症の人に「何をどうすればいいかわからない」戸惑いの段階から、家族自身が「支援を求めてもいい」ことを認識しましょう。介護をしても家族の生活や生命を守れなければ意味がありません。また、望む仕事を得て、生活にゆとりがもてる、趣味や余暇を楽しめる、自分の人生をあきらめない権利があります。

※家族による介護は必ずしも義務ではなく、「する・できない」どちらの意思も尊重される権利

家族として世話をすること、面倒を看ること、介護することは^{たす}助け合いとして必要なことです。しかし、家族として「できない」こともあります。介護は強制されるものではありません。家族自身の「やりたい」思い、意思も含めて尊重されるべきです。家族の歴史・認知症の人との関係性や家族自身の生き方を踏まえ、認知症の人との関わり方の家族の意思は尊重される権利があります。

◆社会が認知症の人とともにある家族の状況を理解し、受け止め、柔軟な対応をしていくこと

家族には関係性や課題などの多様な状況があり、関与したい気持ちもさまざまであることを理解し、多様性を受け止め、社会保障として支えていくこと、相談場所を充実し家族の個々の状況に沿った認知症の人への対応を家族の意思で選択できるように支援をしていく必要があります。

2.家族がともに安心して暮らせる社会の実現を保障すること

家族が認知症の人とともに安心して暮らせる環境が必要です。家族は、それぞれ仕事を選び、続けていく自由、生活を維持していくために経済的な支援を受ける権利があります。

※認知症の人とともに生きていく生活が安心して維持できる権利

現在の介護保険サービスだけでは、当たり前の職業生活を送ること、これまで通りの自営業を営むことが困難となる家族があります。介護離職・介護転職・介護休暇、就労形態の変更による収入減の不安定な状況など経済的な諸問題は、生活の不安にとどまらない、追い詰められ孤立する懸念、生命の危機、その後の家族の人生の選択肢を閉ざしてしまうこともあります。家族が介護役割を一時期担ってもその先の未来が閉ざされることのない権利があります。

◆介護を家族だけに負わせない社会保障制度の充実

介護を社会で支え合う「介護の社会化」の仕組みが介護保険制度であり、認知症の人と家族の人権を守る仕組みとして充実させ、活用していく必要があります。

◆介護離職防止（就労継続）のための施策の充実

◆離職家族の再就職に向けた就労支援

育児・介護休業法の改正による介護休業の延長や介護休業給付金制度の延長などによる経済的支援の充実、自営業においても介護休業保障が必要です。また企業内での介護に対する理解と産業医を含めた支援体制づくりの推進を図るための施策の整備が必要です。

3.家族が必要な支援を受けられること

家族一人ひとりの状況に合ったサポートとして、必要なときに必要な支援を受ける権利があります。

※家族の多様な状況を理解した上で、個々に合わせた支援を受ける権利

家族の“カタチ”は多様化しており、介護の状況も老々介護、複数介護、若年性認知症介護、シングル介護、仕事と介護の両立、子育てと介護、子ども・若者による介護、親の介護と障がいをもつ兄弟姉妹の介護、病気をもちながらの介護など様々です。画一的な支援では対応が難しく、個別の家族の状況に合わせた支援を受ける権利があります。

※家族が健康危機に陥り生活に支障が生じたときに、切れ目なく必要な支援が提供される権利

認知症の人とともに暮らす家族が健康危機に陥ったとき、世帯単位での生命の危機に発展する危険性があります。速やかに切れ目なく、支援が提供される必要があります。感染症・医療的支援の有無や認知機能の状態により治療や介護の継続に空白が生じないよう、認知症の人にも家族にも支援が提供される権利があります。自治体は、そのための医療や介護施設の確保、代替策の備えをする必要があります。

※認知症の人への医療・介護の質を保証していくこと

認知症の人と家族が、それぞれの人生を希望をもってともに生きるために、医療と介護が連携し、機能低下を予防し、認知症の人の持てる力を活かし、不必要な抑制や制限をすることのない、安心できる支援が、全国どこにいても受けられる権利があります。

◆家族が適切な介護を選択するための情報提供、選択の自由さの保障

介護をする中で、認知症の人の意思の確認が困難な場合、家族が様々な決定をしていかなくてはならない場面に遭遇します。家族が適切な選択をするためには、選択のための情報を提供すること、選択枝を複数提示した上で選択の自由の保障をしていくことが必要です。

◆家族のためのケアプランの作成、それに基づいた家族への支援

家族の意見を偏見なく受け止め、個別に異なる家族の状況や困難を丁寧に把握（アセスメント・分析・評価）した上で、支援計画（ケアプラン）には家族個別の支援項目を含めることが求められます。本人への支援とは別に家族自身への支援を充実すること、家族の状況にあわせたSOSの仕組みがあることが必要です。

4.社会全体で支え合うこと

認知症の人とともにある家族の状況を、社会は正しく理解し、社会全体でケアを担っていくことを私たちは求めます。

＊家族支援の当事者性を社会が認識し、適時適切な支援を受けられる権利

家族の権利が認知症の人の権利とともに守られていくためには、認知症の人への支援にとって家族への支援も重要であることを社会が認識する必要があります。専門職も行政関係者も地域住民も社会の一人ひとりが家族の状況を理解することで、情報や支援のネットワークから取り残され社会から孤立する家族をなくす必要があります。

◆まずは、ただ家族の話を聞くこと

◆認知症に対する偏見の払拭 正しい理解の普及

家族の思いを自らの価値観にとらわれず話を聞くことが、第一の家族支援であることを理解する必要があります。そして、一般市民、地域全体の認知症の正しい理解と、認知症への偏ったイメージを払拭することが、市民が認知症に直面したときの備えとなり、今後につながる支援となります。

また、専門職や市民が自分事として、認知症の人の支援だけではなく、何が家族支援となるのかを理解すること、さらにはそれを適切に実践することが求められます。

◆認知症の人と家族を社会で支え合うしくみをつくる

認知症があることに負い目を持たずに、認知症があっても今まで通り安心した暮らしを続けいくことのできる地域をつくっていく必要があります。認知症予防や介護予防に偏重しない、認知症や障がいがあっても、認知症の人や家族も社会に支えられていることを実感し、一人じゃないと思える仕組みをつくっていく必要があります。

5.家族の経験が社会で活かされること

同じ経験をした者同士の支え合い（ピアサポート）は、社会全体としても大きな力になります。制度だけでは足りないところを補いあえる、認知症の人や家族の経験と知恵が活かされる社会をつくっていくことを望みます。

＊経験を社会の中で活かしていく権利

認知症の人とともにある家族の経験は、専門職であっても専門性や知見とは全く異なる経験となります。そのため、専門職に限らずそうした経験を社会で伝えあい、活かす場があることが重要です。

＊◆ピアサポートによる支援の充実・学習の場の充実

認知症の人と接した経験がある家族や、認知症の本人同士、また家族同士など、同じ悩みを持つ者同士が支え合う「ピアサポート」の場を、地域の中でより充実させていくことが必要です。認知症や介護について学び合う場を全国各地に広げる必要があります。

＊◆家族を介護した経験が、その後に社会に活かされる仕組みづくり（家族支援センターの設置等）

全国にピアサポートによる支援を重視した「家族支援センター」の設置を求めます。介護をしている家族が一生懸命つくし、磨いた自分自身の介護スキルを、看取り後（介護中も）の介護経験を含めて地域の中で活かされる仕組みをつくる必要があります。認知症とともにある経験が本人とともに家族の人生の糧となるような支援を求めます。

認知症の人も家族も安心して暮らせるための要望書（2019年版）【抜粋】

2019年3月28日 公益社団法人認知症の人と家族の会

2019年に発出した「認知症の人も家族も安心して暮らせるための要望書」の項目と、今回の「認知症とともにある家族の権利宣言」5項目のうち、関連する3項目を参考として示します。

認知症の人も家族も安心して暮らせるための要望書（2019年版）→<https://www.alzheimer.or.jp/?p=14973>

1. 家族一人ひとりの尊厳と人権が尊重されること

家族も認知症の人とともに一人の人として尊厳が守られ、自分の人生をあきらめない権利があります。それぞれの立場や気持ちが尊重され、大切にされる権利があります。

介護家族の個人としての権利を保障すること

- 1.) 介護家族支援に関する法整備に努めること
- 2.) 介護家族と認知症の人の双方が、等しく権利が尊重されること。そのために必要な支援が十分に得られるようにすること
- 3.) その支援により、介護家族が介護による不利益を被ることなく、仕事・余暇・教育・社会参加の機会が保障された「生活の質（QOL）」を保てるようにすること
- 4.) 介護サービスの目的を本人の機能向上を目指すことに限定せず、レスパイトケアも目的として明確に位置付け、介護家族の介護負担、疲れを軽減するサービスの充実を図ること
- 5.) 介護休業・介護休暇制度の一層の充実を図るとともに、制度の周知や事業所への働きかけを積極的に行い、取得しやすい環境を作ること
- 6.) 介護家族として最も対応が困難である認知症初期から中期の人への対応の充実を図ること
- 7.) 必要な時には、施設入居が可能となる仕組みづくりをすること
- 8.) 介護負担軽減ができるショートステイは、より認知症の人の機能維持・向上が図られる支援ができるように充実し、訪問介護、小規模多機能型居宅介護、看護小規模多機能型居宅介護における認知症の人の受け入れと対応の拡充を図ること

2. 家族がともに安心して暮らせる社会の実現を保障すること

家族が認知症の人とともに安心して暮らせる環境が必要です。家族は、それぞれ仕事を選び、続けていく自由、生活を維持していくために経済的な支援を受ける権利があります。

経済的支援について

- 1.) 要介護度だけではなく、環境や介護力を勘案し、支給限度額を超えるサービス利用にも介護給付を認めること
- 2.) 在宅介護を担っている介護家族等の苦勞が、介護の社会的費用の軽減に少なからず貢献していることを踏まえ、必要なサービスが支給限度額を超えた分を「介護家族枠」として介護給付の対象とすること
- 3.) 在宅介護において、経済的理由で支給限度額内のサービスすら利用できない場合、財政的な支援策を講ずること
- 4.) 入居施設の料金体系の中に老齢基礎年金のみでも利用できる仕組みをつくること
- 5.) 介護保険サービスのすべての利用料を所得控除の対象にすること
- 6.) 認知症の人が関係する事故に対する保険・補償制度を、地方自治体や民間企業任せにせず、国の制度として実施すること
- 7.) 遠距離介護に要する交通費負担に対する軽減策が、すべての交通機関で実施されるよう、その一部を公費で負担するなどして積極的に働きかけること
- 8.) 認知症と診断された人が受診の際使用するタクシー料金に割引制度を設けること

4. 社会全体で支え合うこと

認知症の人とともにある家族の状況を、社会は正しく理解し、社会全体でケアを担っていくことを私たちは求めます。

当事者組織の活動への支援について

- 1.) 「認知症の人と家族の会」等の当事者組織を不可欠の社会資源として位置付け、活動に対する財政的、実務的な支援を強化すること
- 2.) 新オレンジプランのガイドラインにある「早期診断後に地域の当事者組織の連絡先を紹介する」ために、医療・保健・福祉の窓口当事者組織の資料を常置し、公的な責任においてこのガイドラインの実現を図ること

[参考資料] 認知症とともに生きる希望宣言

一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ

<https://www.jdwg.org/>



私たちは、認知症とともに暮らしています。
日々いろいろなことが起き、不安や心配はつきませんが、いろいろな可能性があることも見えてきました。
一度きりしかない自分の人生をあきらめないで、希望を持って自分らしく暮らし続けたい。
次に続く人たちが、暗いトンネルに迷い込まずにもっと楽に、いい人生を送ってほしい。
私たちは、自分たちの体験と意志をもとに「認知症とともに生きる希望宣言」をします。
この宣言をスタートに、自分も希望を持って暮らしていこうという人、そしてより良い社会を一緒につくっていきこうという人の輪が広がることを願っています。

認知症とともに生きる希望宣言＜趣意＞

- 1 **自分自身がとらわれている常識の殻を破り、前を向いて生きていきます。**
 - 「認知症になったらおしまい」では決してなく、よりよく生きていける可能性を私たちは無数にもっています。
 - 起きている変化から目をそらさず、認知症に向き合いながら、自分なりに考え、いいひと時、いい一日、いい人生を生きていきます。
- 2 **自分の力を活かして、大切にしたい暮らしを続け、社会の一員として、楽しみながらチャレンジしていきます。**
 - できなくなったことよりできること、やりたいことを大切にしていきます。
 - 自分が大切にしたいことを自分なりに選び、自分らしく暮らしていきます。
 - 新しいことを覚えたり、初めてのこともやってみます。
 - 行きたいところに出かけ、自然やまちの中で心豊かに暮らしていきます。
 - 働いて稼いだり、地域や次世代の人のために役立つことにもトライします。
- 3 **私たち本人同士が、出会い、つながり、生きる力をわき立たせ、元気に暮らしていきます。**
 - 落ち込むこともありますが、仲間に会って勇気と自信を蘇らせます。
 - 仲間と本音で語り合い、知恵を出し合い、暮らしの工夫を続けていきます。
- 4 **自分の思いや希望を伝えながら、味方になってくれる人たちを、身近なまちで見つけ、一緒に歩んでいきます。**
 - 自分なりに生きてきて、これからも、最期まで、自分が人生の主人公です。
 - 自分でしかわからないこと、暮らしにくさや必要なことは何か、どう生きていきたいかを、自分なりに伝え続けていきます。
 - 私たちが伝えたいことの真意を聴き、一緒に考えながら、未来に向けてともに歩んでくれる人たち（知り合いや地域にいる人、医療や介護・福祉やいろいろな専門の人）を身近なまちの中で見つけます。
 - 仲間や味方とともに私が前向きに元気になることで、家族の心配や負担を小さくし、お互いの生活を守りながらよりよく暮らしていきます。
- 5 **認知症とともに生きている体験や工夫を活かし、暮らしやすいわがまちを、一緒につくっていきます**
 - 認知症とともに暮らしているからこそ気づけたことや日々工夫していることを、他の人や社会に役立ててもらうために、伝えていきます。
 - 自分が暮らすまちが暮らしやすいか、人としてあたり前のことが守られているか、私たち本人が確かめ、よりよくなるための提案や活動を一緒にしていきます。
 - どこで暮らしていても、わがまちが年々よりよく変わっていることを確かめながら、安心して、希望を持って暮らし続けていきます。

※この「認知症とともに生きる希望宣言」は、2018年に一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループが発表したものです。
「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」制定の大きな力となりました。

認知症の人と家族の権利宣言

公益社団法人認知症の人と家族の会について

1980年1月、介護に悩む家族が中心となり結成された全国組織です。

認知症の人とその家族、専門職が手を取り合って、認知症になっても安心して暮らせる社会／安心して認知症になれる社会を目指して、活動をしています。

つどい



会報



電話相談



- つどいは同じ立場の人が集まり、話し合う場です。
- 会報では、介護家族の生の声をお届けしています。
- 電話相談では、全国を対象にしたフリーダイヤルをはじめ、支部が実施する相談も行っています。

認知症関連イベント・情報・相談窓口 紹介サイト



オンラインでつながりませんか？全国のつどいや電話相談、会報などの様々な情報を、スマートフォンで検索できます。一人で悩まず、てとてをつなげていきましょう。



公益社団法人
認知症の人と家族の会

〒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
メール office@alzheimers.or.jp
WEBサイト www.alzheimer.or.jp

「認知症の人とともにある家族の権利宣言」 作成：2025年11月



このマークを 知っていますか？

「認知症ヘルプマーク」は、認知症の人にとって地域が安心できる場所であることをめざし、周囲の人が手を取り合い、みんなで支え合う社会をイメージして製作されました。ヘルプマークを身に着けた方を見かけたら温かく見守っていただき、困った様子があればお声掛けいただけると幸いです。

The "NINCHISHO (dementia) Help Mark" was created with the aim of making the community a safe place for people with dementia, and envisions a society where people join hands and support each other. If you see someone wearing a help mark, please keep a warm eye on them, and if they seem to be in trouble, please say hello and offer to help.

お問い合わせ

※この「認知症ヘルプマーク」は愛知県大府市^{おおぶし}によって制作されたものです。