

認知症の本人が語り合う 全国の集い in 静岡

～一足先に認知症になった私たちからあなたへ～

日時

2018.10.8 月祝

〈第1部 本人による意見交換会〉10:00～11:30
〈第2部 公開シンポジウム〉13:00～16:00
〈ブース展示〉11:00～16:30

会場

静岡県コンベンションアーツセンター グランシップ 中ホール「大地」
静岡市駿河区東静岡 2-3-1

対象

認知症の本人・家族、県民、医療機関、介護事業所、企業、学生、行政等

認知症の本人が語り合う全国の集いin静岡

～一足先に認知症になった私たちからあなたへ～

今、認知症になっても、希望をもってよりよく暮らしていける可能性が広がっています。

<認知症になるとどんな体験をし、何を思い、よりよく暮らすために何が必要か>

本人でしか知りえないこれらのことを本人同士が伸びのびと語り合い、発信する集いを開催します。

静岡県内の本人、そして全国からも本人が参集します。

本人同士の生の声を聴ける絶好のチャンスです！

本人の声をもとに、これからの自分の生き方や地域の暮らし

支え合いについて考え、暮らしやすい地域を一緒に創っていきましょう！



▶ 県内外の認知症の本人による意見交換会(非公開)

[時間] 10時～11時30分

[会場] 9階 910会議室

[対象] 認知症の本人による意見交換、市町職員の聴講

▶ 公開シンポジウム

[時間] 13時～16時

[会場] 1階 中ホール「大地」

[対象] 認知症の本人・家族、県民、医療機関、介護事業所、企業、学生、行政 等

▶ ブース展示

[時間] 11時～16時30分

[会場] 1・2階 中ホール ロビー

[対象] 認知症相談、来場者向けの認知症啓発等のブースを設置(22ブース)

認知症の本人が語り合う全国の集いin静岡 主催者

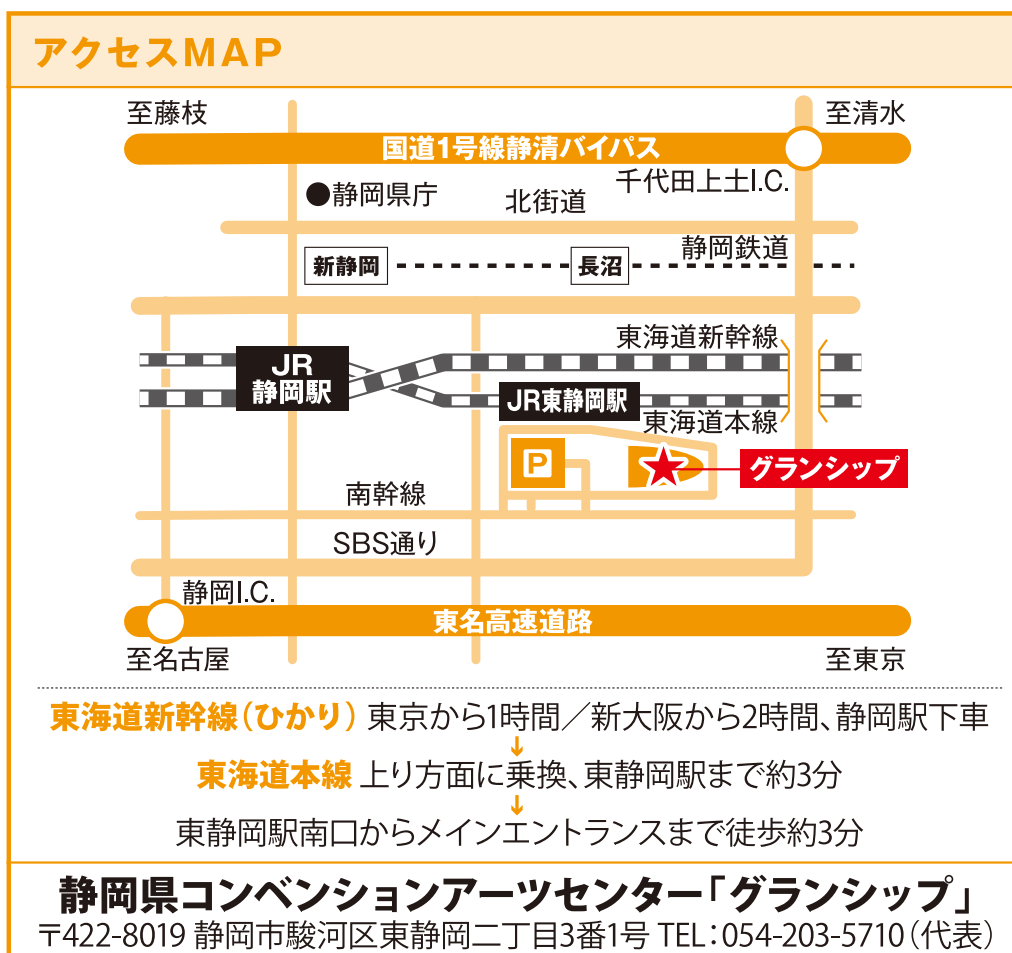
静岡県

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ(JDWG)

公益社団法人認知症の人と家族の会静岡県支部

社会福祉法人静岡県社会福祉協議会

一般社団法人静岡県社会福祉士会



プログラム

▶ 第1部 本人による意見交換会(非公開)

10:00~10:10	挨拶:藤田和子(日本認知症本人ワーキンググループ代表理事) 意見交換会の説明:永田久美子(認知症介護研究・研修東京センター 研究部長)
10:10~10:30	自己紹介(好きなこと、自分のまち自慢など)
10:30~11:10	意見交換会:「暮らしやすいまちはどんなまち」
11:10~11:25	報告:グループごとに話し合った内容を発表
11:25~11:30	まとめ
11:30	記念撮影

▶ 第2部 公開シンポジウム

司会:國本 良博(元SBSアナウンサー)

13:00~13:15	開会: 主催者挨拶「静岡県健康福祉部長／藤田和子(日本認知症本人ワーキンググループ代表理事)」 来賓挨拶「静岡県議会議長／厚生労働省老健局総務課認知症施策推進室長」
13:15~13:35	ナビゲーション:「本人の声からよりよい暮らしと地域をつくろう」 ナビゲーター:永田久美子(認知症介護研究・研修東京センター 研究部長)
13:35~14:05	県内の認知症本人ミーティングの取組紹介:「三島市の取組、取り組んで得られたこと」 岩下朋世(三島市地域包括ケア推進課 副主任保健師) 細谷孝一(三島市地域包括ケア推進課 生活支援コーディネーター)
14:05~14:30	休憩・ブース見学:認知症相談、認知症啓発等のブースを見学・交流
14:30~15:45	パネルディスカッション:「本人とともにつくる暮らしやすいまち」 ナビゲーター:藤田和子 永田久美子 パネラー: ・認知症の本人(県外)中田哲行(東京都)、辻井博(東京都)、福田人志(長崎県)、平みき(茨城県) ・認知症の本人(県内)杉山恵子(富士市)ほか2名 ・支援者(地域包括支援センター・家族会・厚生労働省ほか)
15:45~16:00	全国の集いからの発信『いっしょにつくろう!暮らしやすいまち宣言』 認知症本人からの提案、共同宣言
16:00	閉会

認知症とともに生きるみなさんへ

認知症があるとこれまでのように暮らし続けることが難しく感じます。その原因は、みなさんそれぞれ違うと思います。

だからこそ、一人ひとりが、体験していること、感じていること、工夫をしていることを互いに語り合う場が必要だと私は思います。

一足先に認知症になった私たち自身が工夫を重ねながら、希望を持って暮らしていることを語り合い、次に続く人たちが認知症になっても、前向きに暮らしていくことができる町を、地域を、私たちとともに創っていきましょう！

平成30年10月8日

藤田 和子

(日本認知症本人ワーキンググループ代表理事)



藤田 和子

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ 代表理事

鳥取市在住。

看護師として働いていた45歳の時に

若年性アルツハイマー病と診断される。

2010年「若年性認知症問題にとりくむ会・クローバー」を設立、

2014年10月、日本認知症ワーキンググループ設立に参加(共同代表)。

2017年9月、「日本認知症本人ワーキンググループ」を

一般社団法人化し、現在代表理事。

登壇者プロフィール②「今日話し合う主な人たち」

平 みき さん

59歳。夫と息子の3人暮らし。52才でレビー小体型認知症を発症。以来、認知症当事者として全国を周り、自分の言葉で認知症を伝え、多くの人に感動を与えている。

地元でも、NPO法人とともに歩む認知症の会・茨城 理事、レビー小体型認知症サポートネットワーク茨城 顧問をつとめるなど、中心になって活動をおこなっている。

辻井 博 さん

53歳。現在、製薬会社を休職中。罹病による認知症状を抱えながら、復職にむけて、いろいろな方面に自発的なアプローチをつづけている。

仙台市に住んでいた頃「おれんじドア」(認知症の本人の主体的な集まり)に参加したことをきっかけに、認知症があっても前向きに暮らしていくという発想を持つようになる。



中田 哲行 さん

58歳。大手製薬会社でマーケティングを担当していた。多摩市で本人同士が話し合う「みらいの会 まちのもの忘れ相談室」の発起人として地域の仲間としての活動に日々を過ごしている。東京多摩地区(町田・八王子・多摩)のHATARAKU認知症ネットワークに加わり、竹林整備や、春にはタケノコ掘りをして近くの公園で販売。地元の有機栽培農家の人に請われて援農にも参加。多摩ゆるゆるネットワーク(居住地に限定しない緩やかなつながり)で仲間と共にお花見、絵画展や飲み会に誘い合い積極的に参加している。



福田 人志 さん

56歳。料亭やホテルで日本料理人、高齢者施設や病院等で調理師として働いていた。2014年、若年性アルツハイマー型認知症と診断される。パートナーの中倉氏とともに「杏行の会」を立ち上げ、絵と書でメッセージを伝える活動や、住んでいる地域・周辺の地域で、当事者同士の集まりを続けている。



登壇者プロフィール③「ナビゲーター」

永田 久美子 さん(認知症介護研究・研修東京センター研究部長)

新潟県三条市出身。千葉大学大学院看護学研究科修了。学生時代から地域や病院、施設で、認知症の人と家族が共に安心して自分らしく暮らしていくことをテーマに支援活動と研究を続けてきている。東京都老人総合研究所を経て、2000年より現所属。認知症の本人の声と力を大切に、よりよい暮らしを地域で一緒に創りだしていくための地域の人材・チームの育成、地元の力を活かしたやさしい町づくりなどに取り組んでいる。





日本認知症本人ワーキンググループとは

認知症とともに生きる人が、希望と尊厳をもって暮らし続けることができ、社会の一員としてさまざまな社会領域に参画・活動することを通じて、よりよい社会をつくりだしていくこと、を目的に活動する一般社団法人です。

●くわしくは、ホームページをご覧ください。「本人ワーキンググループ」で 検索
(<http://www.jdwg.org/>)

認知症フレンドリージャパンサミット10月でセッションを開催

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ-JDWG
認知症になってから希望と尊厳をもって暮らし続けることができ、よりよく生きていける社会を創りだしていこう

トピックス 日本認知症本人ワーキンググループとは わたしたちからの提案 プロジェクト ENGLISH
お問い合わせ/情報提供

日本認知症本人ワーキンググループとは
日本認知症本人ワーキンググループ活動目的
認知症とともに生きる人が、希望と尊厳をもって暮らし続けることができ、社会の一員としてさまざまな社会領域に参画・活動することを通じて、よりよい社会をつくりだしていくこと。

法人概要

- 平成29年9月29日設立（登記）
- 代表理事：藤田和子
- 所在地：東京都豊島区南池袋2-9-6-203

会員規則
定款（附則省略）

ニュース

- 10月8日「認知症の本人が語り合う全国の集いin静岡」を協賛開催！ 2018-09-17
- 認知症フレンドリージャパンサミット2018でセッションを開催 2018-09-03
- 丹野留文さんからの書翰（ADHに参加して） 2018-08-29
- 新潟県長岡市内の図書館8館で「認知症ブックフェア」（9月1日～30日） 2018-08-28
- JDWG公開イベントを開催しました 2018-06-11
- 「本人にとってのよりよい

活動の方針（大切にしていること）

地域とともに：一人ひとりが、住み慣れた地域でよりよく暮らし続けるために

「本人による、本人のため、社会のための活動を具体化し、息長く続けていくために、会員それぞれが暮らしている地域に根差して、その地のさまざまな人とたちと一緒に活動していく。

小さな声を大切に、大きな流れを

会員の声を丁寧に集め、関係省庁、団体等に提案し、どこに住んでいても暮らしやすくなるための全国レベルでの仕組みに反映させていく。

海外の仲間とともに

プロジェクトを組んで力強く 会員一人ひとりが、ともに

本人 にとっての よりよい暮らし ガイド



「本人ガイド」の頒布について

日本認知症本人ワーキンググループでは、「本人ガイド(本人にとってのよりよい暮らしガイド)」が全国のすべての市区町村で、認知症の人の手に行き届き、どこで暮らしていても、一人ひとりが希望をもってよりよい日々を過ごしていけることを心から願っています。それを現実にするために、当法人の公益活動の一環として、この「本人ガイド」を当事者の方に頒布する活動を行っています。

「本人ガイド」は、平成29年度厚生労働省補助事業(委員長 東京都健康長寿医療センター研究所 粟田主一 研究部長)において作成したものです。(制作協力:日本認知症本人ワーキンググループ)

◆認知症のご本人からの個人のご要望について

可能な限り、冊子、送料とも無償にてお送りいたします。

◆自治体や団体等のみなさまが事業等で利活用される場合について

有償配布とさせていただきます。頒布活動を今後持続的にを行い、皆様たちと共に、より多くの当事者に「本人ガイド」を届けることにつながりますようご理解願います。

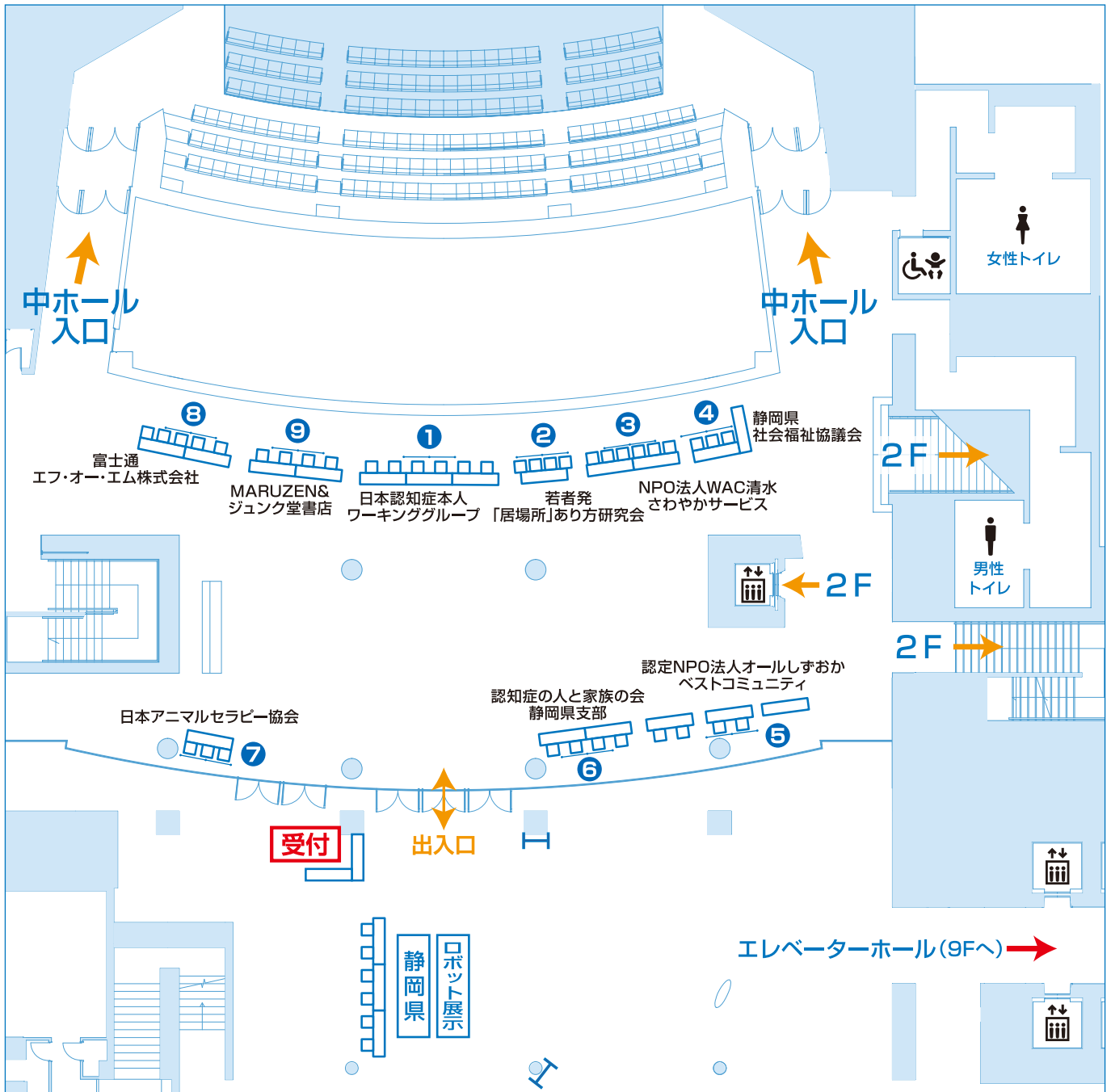
★「本人ガイド」は、ホームページでダウンロードできます。

私たちは、認知症とともに
よりよく生きてゆくことが
あたり前の世界をつくりたい。
認知症の人も、そうでない人も
私たちと一緒に
それぞれの国で、それぞれが住むまで。

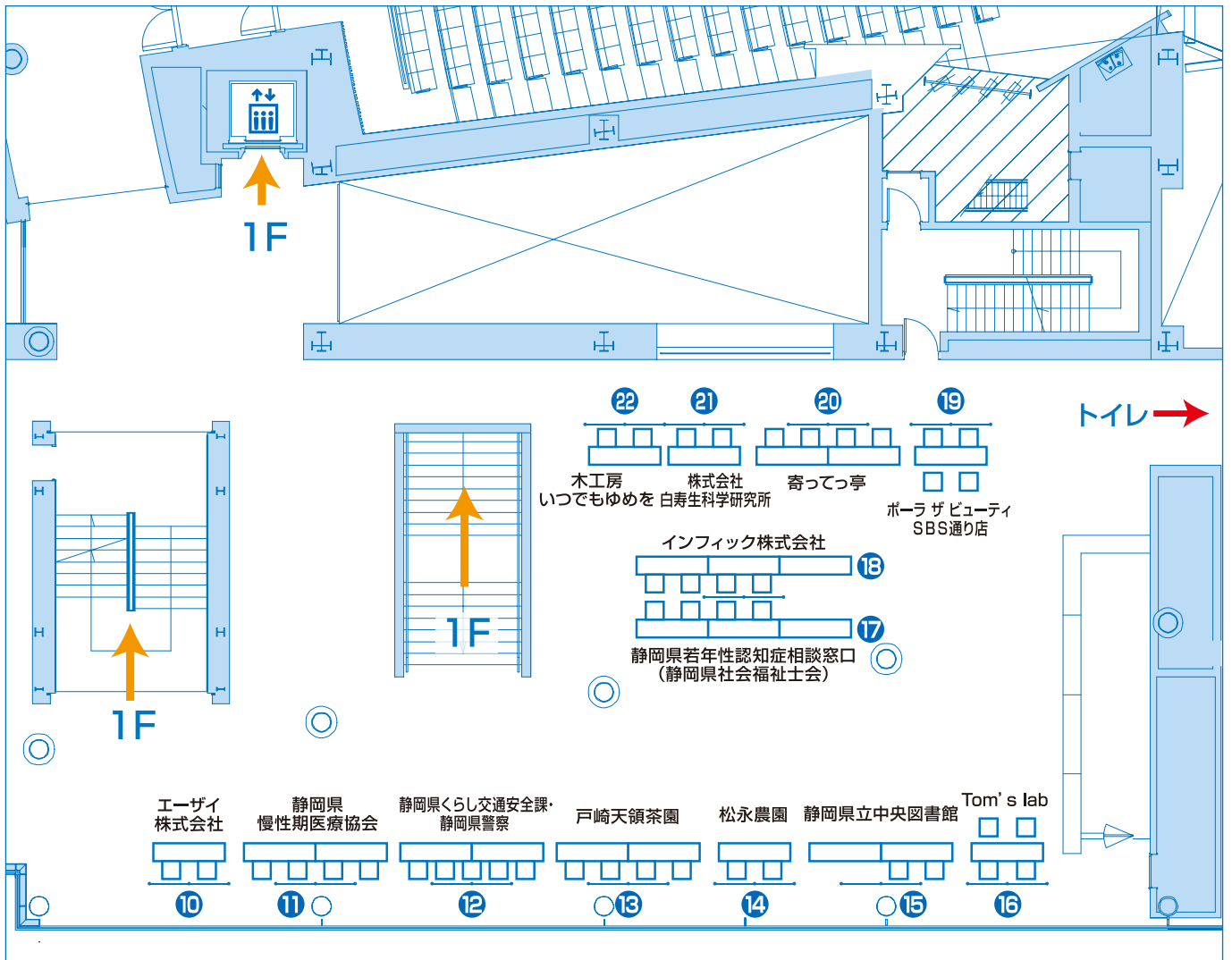


会場案内図

1F 中ホール 大地



2F ホワイエ



出展者紹介

1 一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ

認知症とともに生きる人が、希望と尊厳をもって暮らし、活動することを通じて、よりよい社会を創ることを目的とする社団法人。
☎03-3986-8171 (鈴木・渡辺)



6 公益社団法人 認知症の人と家族の会 静岡県支部

～家族や自分のこれからを大切に思うあなたへ～
私たちは認知症の当事者と介護家族および会の活動に賛同し支援する仲間の会です。ともに励ましあい助けあい、人としての尊厳が守られ、安心して暮らせる社会の実現を目指し「つどい」「電話相談」「講座」「会報発行」などを行っています。



2 常葉大学 若者発「居場所」あり方研究会

様々な方の「居場所」について理論と実践を通して学んでいます。ぜひ、お立ち寄りください。
☎090-6091-5788 (村里)



7 NPO法人 日本アニマルセラピー協会

高齢者施設や病院などを訪問しているセラピー犬と触れ合いませんか？心癒されるひと時をお過ごしください。
☎046-263-1782 (圓谷)



3 NPO法人WAC清水さわやかサービス

私たちのデイサービスでは「社会と繋がる＝仕事」「社会参加型就労」具体的には●やりがいや楽しみを持つこと●仲間を創り、孤独感や閉塞感を解消する●今まで行ってきたこと、または出来ること・得意なことを大切にしています。
☎054-336-8844 (松本)



8 富士通エフ・オー・エム株式会社

スマートフォンに認知症の人やそのご家族、支援者にプッシュ情報を届けたり、近くの支援施設を地図表示したりするアプリです。
☎06-6945-4522 (矢田)



4 社会福祉法人 静岡県社会福祉協議会

社会福祉協議会は、地域住民やボランティア、福祉・保健関係者、行政機関等の協力を得て「福祉のまちづくり」をめざす民間組織です。
☎054-254-5237 (天野)



9 株式会社 丸善ジュンク堂書店

新静岡の駅ビル、セノバ内にある書店です。認知症御本人の著書、認知症がテーマの小説等を集めました。是非ご来場ください。
☎054-275-2777 (宗形)



5 認定NPO法人オールしずおかベストコミュニティ

「認定NPO法人オールしずおかベストコミュニティ」は、障害のある方の工賃・賃金向上と就労支援を主な事業の柱として行っています。また、「とも静岡店」は静岡県下の障害福祉事業所で作成しました、焼き菓子や縫製品・木工品などの商品や製品の販売を行っています。
☎054-251-8123 (西村)



10 エーザイ株式会社

認知症に関する様々な情報資料を用意してお待ちしております。ぜひお立ち寄りください。●認知症のお年寄りへの対応 ●認知症症状別対応ガイドブック ●DLB介護ガイドブック ●認知症のご本人が読む本 ●認知症とともに、かけがえのない人生を生きる など

11 静岡県慢性期医療協会

当協会では、静岡県下における慢性期医療の質の向上、関係機関及び関連団体との連絡協議を目的として活動しています。

☎055-997-0200 (長谷川・村上)

12 静岡県くらし交通安全課・静岡県警察

交通事故や特殊詐欺の被害に遭わないためには、周りの方の協力が必要です。ご相談も含め、お気軽にブースにお立ち寄りください。

☎054-221-2549 (松浦)



17 一般社団法人 静岡県社会福祉士会(静岡県若年性認知症相談窓口)

「静岡県若年性認知症相談窓口」では、若年性認知症支援コーディネーターが電話や面談により個々の相談に対応しています。

☎054-252-9877 (辻村)

18 インフィック株式会社

生活リズムと室内環境を把握できるLashicセンサーを紹介します。福祉皮膚美容では、心のケアが期待できる美容について紹介します。

☎054-280-7340 (大江)



13 戸崎天領茶園

農薬や化学肥料、除草剤を一切使用しない有機栽培のお茶をつくっています。深蒸しではない伝統の味と香りが当園のこだわりです。

☎090-8320-0088 (戸崎)

14 松永農園

由比で自然農法の農業を営んでいます。自家生産の果実を使ったジャムをご賞味ください。

☎054-375-2297 (松永)

15 静岡県立中央図書館

出張図書館開催中です。認知症に関する本があります。こちらでは、本を見る・本を借りる・貸出カードを作るができます。

☎054-262-1242 (代表)

調べる・考える・解決する
静岡県立中央図書館
Shizuoka Prefectural Central Library

19 ポーラ ザ ビューティ SBS通り店

リップ1つで気分が変わる。心がウキウキするカラーを選んでメイクします。

☎054-289-2849 (白川)



POLA

20 生き生きサロン寄ってっ亭

誰もが自由に利用できる居場所「寄ってっ亭」は手作り品を販売しています。



21 株式会社 白寿生科学研究所

ヘルストロンの電界作用により皮膚の触覚や圧を感じる感覚受容器を刺激し、血液の循環とからだの調整機能に働きかけるものと考えられます。お試しください。

☎03-5478-9161 (風間)

 白寿生科学研究所

16 Tom's lab

ハイパーソニックスピーカーシステム：高調波非可聴音を含む音楽を聴くことによる脳活性効果等を得る為の無指向性スピーカー。

☎053-589-3927 (谷脇)



22 木工房「いつでもゆめを」(有)INB

世にも珍しい、認知症の方の仕事場で作る世にも珍しい、木製車いす体重計展示。あっと驚く、時間給千円。10名の従業員が働いています。

☎0544-25-3747 (稲葉)



P.01

本人の声から よりよい暮らしと地域をつくろう



永田久美子（認知症介護研究・研修東京センター）

P.02



この町で、暮らしてきた
これからも、いっしょに

一人ひとり、長い歳月の山坂を生きてきて、辿りついた今

*この先、自分は・・・

*認知症になったら・・・



2018年10月

認知症になっても

希望をもって、よりよく暮らしていける可能性が
広がってきています。

★どこで暮らしていても、

一人ひとりが、これからをよりよく暮らしていけるように



希望をもって
よりよく暮らしていく可能性を
誰が、広げていくのだろうか？

認知症とともに暮らしている
本人と地域のあらゆる人が
いっしょに！



これからの日々（人生）をよりよく！

* 認知症になっても、本人が自分の人生の主人公

理想論で終わらせず、すべての自治体・地域で
実現を着々と図っていく時代になっています。

【参考】

厚生労働省資料より（抜粋）

認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)の概要

～ 認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～（平成29年7月5日一部修正）

新オレンジプランの基本的考え方

認知症の人を単に支えられる側と考えるのではなく、認知症の人が認知症とともによりよく生きていくことができるような環境整備が必要。

認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で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。

- ・ 厚生労働省が関係府省庁（内閣官房、内閣府、警察庁、金融庁、消費者庁、総務省、法務省、文部科学省、農林水産省、経済産業省、国土交通省）と共同して策定
- ・ 策定に当たり認知症の人やその家族など様々な関係者から幅広く意見を聴取

七つの柱

- ① 認知症への理解を深めるための普及・啓発の推進
- ② 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供
- ③ 若年性認知症施策の強化
- ④ 認知症の人の介護者への支援
- ⑤ 認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進
- ⑥ 認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発及びその成果の普及の推進
- ⑦ 認知症の人やその家族の視点の重視

7

実際に、どう進んでいったらいいのでしょうか？

一足先に認知症になった本人の声に
に
耳を澄ませてみよう！

認知症とともに暮らす中で
どんな体験をし
何を思い
何を願っているのか。
何があったらいいか。

- *本当のことは、本人自身にしかわからない。
- *本人が、次に続く人に役立つ大切なことを伝えている。

認知症になっても、まだまだできる、よりよく暮らせる！
一人ひとりの声の中に、希望、そしてこれからの手がかりがたくさんある



認知症についての誤解や偏見にとらわれずに
自分たちの体験や思い、願いを、自分たちから伝えよう。
誰か任せにせず、よりよい暮らし、地域を一緒に創ろう！

* 認知症の本人自身が呼びかけ、活動中（日本認知症本人ワーキンググループ）

認知症の本人の声を集めて、次の一步を踏み出すことを後押しするガイドを、本人が参加し作成（2017年度厚労省老健事業）



「本人にとってのよりよい暮らしガイド」（通称:本人ガイド）
一足先に認知症になった私たちからあなたへ

ガイドを手にしたあなたへ
新たなスタートを、いっしょに

このガイドは、一足先に認知症の診断を受け日々を暮らしている私たちが、あなたが元気になって、これからよりよく暮らしていくヒントにしてほしい、と願って作ったものです。

わたしたちは、日々、勇敢苦闘しながらも、人生を楽しんでいます。いろんな可能性があります。

せつがくの自分の人生。これからはあなたが、少しでもいい日々を過ごしていけますように！

- ★このガイドを、本人に手渡そう。
- ★本人だけでなく、みんなが、ガイドを読んでみよう。
- ・各市町村に配布されています。
- ・厚労省のホームページから入手できます。



もくじ



1. 一日も早く、スタートを切ろう 2
2. これからのよりよい日々のために 4
 - イメージを変えよう！ 5
 - 町に出よう。味方や仲間と出会おう 6
 - 何が起きて、何が必要？、自分から試してみよう 8
 - 自分にとって「大切なこと」をつたえよう 9
 - めひのびと、ゆる〜く暮らそう 10
 - できないことは無理強いる、できることを大事に 11
 - やりたいことにチャレンジ！ 楽しい日々を 12
3. あなたの居場所がまちの中にある 13
4. わたしの暮らし（こんな風に暮らしています） 14

町に出て
味方や仲間と
出会おう

- ◎わたしが大切にしたいことメモ 22
- ◎わたしのよりよい日々のためのわが町の情報 24



11

これからのよりよい日々のために
町に出て、味方や仲間に出会おう



特に、大きな力になるのが
認知症の仲間に出会うこと、語り合うこと

- * 認知症を実際に体験している本人同士だから、本音で話し合える。
- * 認知症になってからの工夫、知恵、情報を具体的に分かち合える。
- * 前向きに暮らしていく、希望が湧いてくる。

全国各地で、支援者とともに
認知症の仲間に出会い、語り合い、声を暮らしに
活かしていく場（本人ミーティング）が広がっています

静岡県内でも

- 地域食堂で(北見市)**
主催: 介護・医療の
地域ネットワーク
- 認知症カフェで(国立市)**
主催: 地域の医療機関/
在宅療養相談室
- 駅近の交流スペースで
(仙台市)**
主催: 本人、家族、医師、
ケア関係者等、地域
の多職種の自主組織
- 町役場の多目的室で
(綾川町)**
主催: 地域包括
支援センター
- 小規模多機能事業所で
(上田市)**
主催: 社会福祉総合施設
- 介護施設の交流スペースで
(大牟田市)**
主催: ケア関係者の研究会

本人ミーティングでの本人の声

- 同じような体験をしている人と話せてうれしかった。自分もいろいろ言えて、元気が出た。
- 自分たちが言わないと、わかってもらえない。自分たちが話すことが、まちをよくすることに役立つんだと聞いて、胸がすく思いがした。
- 仲間が欲しい。認知症の人同士で話し合える場所がもっと近くにほしい。
- 診断後すぐ、先生(医師)がこういう場につないでほしい。
- 家族がいろいろしてくれるのはありがたいが、心配しすぎ。
- できることを奪わないでほしい。失敗しても怒らないで。
- (医療や介護の人は) 家族と話している。自分に話してほしい。
- 家族に頼らないで誰かがいてくれて、出かけられるように。
- 自分が自分でいられる場がほしい。
- 自分のやりたいことがいろいろある。今のデイサービスでなく、もっと自由な場があるといい。
- 自宅で暮らせなくなった時) 家のように自由に暮らせて、やさしく助けてくれる人いる場所がありがたい。
- 認知症施策を作る時に、自分たちをいれたら変わるのではないか。本人の声を行政に届ける仕組みがほしい。
- 「私、認知症です」と言える社会に。

同席・同行した人の声

- 話せるか心配だったが、自分から話していた。驚いた。(家族)
- 帰り道の(本人の)足取りが軽く、とても嬉しそうで私も嬉しくなった。(家族)
- 知らないことを楽しそうに話しておられた。もっと新鮮にきかなければ。(介護職)
- ふだんと生き生き差が全然違った。他の職員にも参加してもらい、一緒に変えていきたい(病棟看護師)。
- こうした場があれば、大事なこと、やるべきことが具体的にわかる！(地域包括支援センター)
- やってみたらうちの地域でもできた。自分の方が元気と勇気をももらった。続けていきたい。(行政事務職)

※ 平成28年度老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業)「認知症の視点を重視した生活実態調査及び認知症施策の企画立案や評価に反映させるための方法論等に関する調査研究事業」本人ミーティング開催ガイドブック <https://www.ilc-japan.org/study/> をもとに作成


無理、と決めつけず

本人同士が出会い、語り合う機会を
どの地域でもいっしょにつくろう！

- * 「仲間と出会いたい」「もっと話したい」と願っている人が、どの地域にも沢山いる。
- * 数人からでも、まずは、やってみよう。
やってみながら、より良い集まりに。
- * 今ある場所を活かして。
集められるのではなく、集まりたくなる居心地のいい場に

★「小さな声」を大切に、一緒に、暮らしや地域に活かそう。

本人ミーティングを知る



本人ミーティングとは何か、何が大切かを伝えている本人

★本人ミーティングとは

認知症の本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場です。
『集って楽しい!』に加えて、本人だからその気づきや意見を本人同士で語り合い、それら各本人同士、そして地域に伝えていくための集まりです。

★なぜ、本人ミーティングが必要?

本人	地域の人、支援関係者、行政
<ul style="list-style-type: none"> ◆声がよく聴いてもえない ◆わかってくれる人、仲間に出会えない ◆世間になる一方はつらい、視点を失い ◆自分の暮らしに役立つ支えがない ◆生きていく楽しみがない ◆どこにも、元気がなくなる 	<p>今、地域で起きていること(課題)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆本人の声がよく聴い取れない ◆本人のことが、よくわからない ◆つきあいが、支え方がよくわからない ◆本人が地域の命で元気で生きがいをもち、暮らし続けるために、どんな(新しい)サービスが必要かわからない


○本人が仲間と出会い、思いを率直に話せる場/聴く場が、地域にあったら、お互いに、楽に、元気になる。

○本人が、声をもとに本人と地域の様々な人が一緒に考え話していくことで、やさしいまちをスムーズにつくれる。

地域の現状を、みんなで一緒に、よりよく変えていこうとして始まったのが、本人ミーティングです。

★本人ミーティングのねらい

○本人ミーティングは、認知症の人の視点を重視したやさしい地域づくりを具体的に進めていくための方法です。



①本人同士が出会い、つながる
②自らの体験・希望、必要としていることを率直に話す

本人が自ら学ぶ

本人ミーティング

③一人ひとりが生きがいをもち、よりよく暮らし続けていけるようになる

④行政や関係者が本人の声を聴き、本人の体験や思いの理解を深める

⑤本人が地域づくりに参加する

⑥自分らしく暮らし続けるために本人が公表していることを把握し、発信・共有
⑦本人視点に立ってよりよい施設や支援をいっしょに進める
(企画・立案、実施、評価、改善の一連のプロセスを本人と一貫し)

参考

認知症施策推進懇話会(新オレンジプラン)【抜粋】

- > 認知症の人が住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けるために必要と感ずていることについて実態調査を行う。
- > 認知症の人同士の繋がりを促して、カフェを設けた地域中での更なる活動へと繋げていけるような認知症の人の生きがいづくりを支援する取組を推進する。
- > 認知症の人やその家族の視点は、本施設だけでなく、地方自治体レベルで認知症施策を企画・立案し、実行し、これを評価するに当たっては実施されるべきである。認知症の人やその家族の視点を認知症施策の企画・立案や評価に反映させるための実態調査の取組や実証的調査の取組を進め、これを発信することによって全国的な取組を推進していく。

ニッポン一斉総選挙プラン【抜粋】

- > 認知症の人が集まる場や認知症カフェなど、認知症の人やその家族が集う取組を2020年度までに、全市町村に普及させ、こうした活動の情報を市町村や地域包括支援センターから住民に発信する。

※平成28年度老人保健事業推進費等補助金(老人保健健康増進等事業)「認知症の視点を重視した生活実態調査及び認知症施策の企画立案や評価に反映させるための方法論等に関する調査研究事業」本人ミーティング開催ガイドブック <https://www.hisasan.or.jp/study/> 抜粋 (長寿社会開発センター国際長寿センターのホームページに掲載)

地元で「本人ミーティング」を始めよう!

①



本人ガイド

①「本人ガイド」で、元気を出して、周りの人と話してみよう!

②「本人ミーティング」で、仲間と共に、よりよい日々に!

②本人ミーティング開催ガイドブック



行政・包括のみなさん、町のみなさんもいっしょに!



都道府県・市町村向けガイド

厚生労働省のホームページから、3つのガイドをダウンロードできます。

厚労省 本人ガイド で、検索!

JDWGで冊子を頒布しています



厚生労働省

認知症施策関連ガイドライン(手引き等)、取組事例

ご本人・家族の視点からの取組～本人の声を活かしたガイドブック、本人ミーティング～

今日を、ひとつの新たなスタートに！

どの地域でも、本人（次に続く人たち）が
伸び伸びと声と力を出し
あたり前の暮らしを地域でいっしょに続けていけるように



私たちは、認知症とともに
よりよく生きてゆくことが
あたり前の世界をつくりたい。
認知症の人も、そうでない人も
私たちと一緒に
それぞれの国で、それぞれの住むまちで。

本人による自筆 日本認知症本にワーキンググループ リーフレットより



スターチスの花：花言葉は、「変わらぬ心」「途絶えぬ記憶」（写真提供 御坊市）



認知症本人ミーティング



三島市地域包括ケア推進課

三島市の紹介



三島市は、静岡県の東部に位置し、伊豆の玄関口として富士山からの湧水、箱根の西麓、函南町桑原原生林の水源から三島の川に注ぎ、水のきれいな街です。

品川から新幹線で約50分、都会ではないけどすごい田舎でもありません。



三島市の基礎データ

総人口	110,467人
世帯数	49,061世帯
地域包括支援センター	4か所
高齢化率	28.5%
高齢者数	31,437人
介護保険認定率 (第1号被保険者)	13.5%
認知症カフェ	3か所
認知症家族会	2か所



グループホーム	9か所
特別養護老人ホーム	7か所
介護老人保健施設	3か所

平成30年8月31日現在

3

本人ミーティング開催に向けて

平成30年6月某日

三島市地域包括支援センターの担当者より認知症本人ミーティング開催の打診があり、三島市地域包括支援センターが取り組みをしているので、開催のダメ押し

県の長寿政策課の担当者が、これがすべての始まりです。

三島市地域包括支援センター、本庁、開催のダメ押し

優しい声で「できるかな～（目はやれ！！）」と声がかかる

認知症本人ミーティング??? なんだそれ

4

本人ミーティング事前打合せに向けて

平成30年7月4日事前打ち合わせ決定

県担当者から貰った資料、インターネット検索、とにかく情報収集。



わかったこと

今の施策に認知症の本人の意見が反映されているか？しっかり意見を聞き今後の活動に生かす。



そのための認知症本人ミーティング



開催に向けて（大筋の流れ）

8月開催・9月振り返り・10月8日発表

場所・日時を決める



テーマの素案作り・テーマに合う参加者の呼び掛け



シナリオ・当日の流れを決める



最終打ち合わせ、役割分担と流れの確認



本人ミーティング当日



本人ミーティング打合せ

平成30年7月4日 認知症本人ミーティング打合せ参加者

認知症介護研究・研修東京センター研究部長
日本認知症本人ワーキンググループ事務局
静岡県長寿政策課 介護予防班

広小路クリニック 理事長・医師
三島総合病院 副看護師長 認知症認定看護師
三島市地域包括ケア推進課 課長
課長補佐
副主任保健師
認知症地域支援推進員
生活支援コーディネーター

永田久美子氏
鈴木 英一氏
三門 好史氏
渡邊 敏宏氏
木野 紀 氏
齋藤 路子氏
佐野 文示
浅見 徹哉
岩下 朋世
原 英子
細谷 孝一

出来る範囲内でいいですよとアドバイス

7

本人ミーティング打合せ



8

今後の流れ（8月22日に向けて）1

決定事項

開催日時 8月22日（水） 午前11：00～12：00

場 所 街中ほっとサロン（市直営のサロン、認知所カフェ・家族会開催）

聞き手 三島総合病院 認知症認定看護師 齋藤路子氏
三島市役所 三島市地域包括ケア推進課 職員2名

これから決めていくこと

話しあう**テーマを決め**、テーマに沿った**シナリオを作り**、話がしやすい**環境を整え**、テーマに合った**参加者の呼びかけ**を行い**実施**する



とは言っても、参加者の呼びかけが最優先

今後の流れ（8月22日に向けて）2

参加者の呼びかけの注意

チラシ・本人ミーティングに資料を提示

本人・家族直接会って説明する 無理に勧めない

必要により参加依頼の文書を渡す

カメラが回ること、発表させてもらうことを説明をする

・選出先1

関わりのある、認知症家族会・認知症カフェ

・選出先2

若年性認知症の参加者を探してみると把握している部署、団体がない。病院の物忘れ外来、障がい担当者、ハローワークからも思うような情報は得られなかった。

若年性認知症の把握（おまけ）

市内の居宅介護支援事業所・訪問介護事業所等にアンケート調査実施
居宅介護支援事業所では、28カ所の内8カ所の事業所が、今までに関
わったことがあると回答

（若年性認知症の情報収集をどうするか今後の課題として残る）

参加者の呼びかけ

家族・本人に直接面談、チラシや資料を配布説明
（認知症家族会・認知症カフェ）



思う様に参加してくれる人が見つからない



市内のケアマネに呼びかけ

5カ所の居宅介護支援事業所と、4カ所の地域包括支援センター
に声を掛ける。

本人・家族が納得して参加してくれる人

穏やかで話ができる人

そして、本人・家族とも認知症であることを理解している

（主治医の意見書で認知症の診断名が記入、認知症スケールⅡa以上）



ケアマネジャーは本人ミーティングを理解して、参加できそうな人を探してくれるも、話をすると拒否されるケースが多くみられる。



参加を断る理由 1

- 面接（直接説明）する以前に断られるケース
そういうものには出たくありません、出させたくありません。
- 面接（直接説明）してから断られるケース
家族・本人とも最初は積極的に話を聞き、「いいね」とは言うものの最後にやんわり断られる。（ケアマネの顔をたてたのかな？）
カメラが回ること、奥さんから主人は話下手だからダメ。
当日は参加しますと言いながら、翌日には用事が出来たと断られる。

あえて、家族を認知症として世間に公表することへの抵抗

参加を断る理由 2

- 認知症本人ミーティングのチラシや案内の中で、なぜ認知症の言葉を入れなければいけないの？ 私、認知症という言葉は大嫌い。
- そんなに認知症、認知症って難しく考えなくていいよ。
こんなもの、なるようにしかならないし、その時に考えていけばいいじゃないか。

認知症を特別扱い、特異的な目で見ているのは誰？

参加者決定

ケアマネジャーの協力もあり4名の参加者が決まる
独居女性 2名（70代）、娘と2人暮らし女性 1名（90代）
4人家族男性 1名（60代）

4人の参加が決まったのは、認知症本人ミーティング開催6日前
（8月16日）

その日のうちに最終打ち合わせを実施

15

最終打ち合わせ

- 担当者レベルでの役割分担、タイムスケジュールの確認
- 導入（切り口）簡単な自己紹介とハーブティーの提供
- 話が詰まったら、アロマの提供（アイスパレイク）
- テーブルの配置、参加者と聞き手の位置、カメラワークの動線
- 参加者の送迎、受け入れの対応について
- 会場は「認知症カフェ」として、活動している場所であり、来訪者も来ることを予測してのスタッフ配置

**テーマ：生活の中で工夫していること
今後やってみたいこと**

16

認知症本人ミーティング当日



認知症本人ミーティング当日

本人たちからの言葉

「元気の秘訣は好き嫌いせず何でも食べる、散歩など適当に運動する、ニコニコ笑って過ごすこと。」

「少しぐらい忘れることはあっても気にしない。わからないことがあったら誰かに聞くし、困ったことも何とかしちゃうから大丈夫。」

「人それぞれでいいの。」

「カレンダーにメモするのが一番忘れにくい。」

「生活はそう変えられないし、変えない方がいい。」

「今までしていた普通の生活を続けているだけ。」

気づいたこと・感じたこと

企画した側からの意見

実際には花の水やりを一日何回もしているかもしれない、きれいな部屋は何度も掃除をしているかもしれない、少しぐらいの薬の飲み忘れは気にしない、食前薬食後薬は気にせずその頃飲めばいい。予定はカレンダーに印を、手帳にメモする。

それでも忘れちゃうと笑える環境・関わりが大切

特別じゃない今までの生活の継続そのサポートが大事

参加者のその後の声

- 折角行ったのに、お土産も、お菓子もでなかった。デイのほうがよかった。
- 忘れちゃった、ヒントを出すと思い出す。障がい者・認知症とみられることが嫌だった。
- 男1人なのがいやだった。でも、会に参加したことは良かった。
- 何のことか何も思い出せない。（参加したことも忘れる）
- シャベリすぎちゃった、私ばかり話していた、内容は覚えていないが、とても楽しかった。

認知症本人ミーティングの振り返り

平成30年9月19日 三島市役所で開催。

日本認知症本人ワーキンググループ事務局

広小路クリニック 理事長・医師

静岡県長寿政策課 介護予防班

三島市地域包括ケア推進課 課長

課長補佐

副主任保健師

認知症地域支援推進員

生活支援コーディネーター

鈴木 英一氏

木野 紀 氏

渡邊 敏宏氏

佐野 文示

浅見 徹哉

岩下 朋世

原 英子

細谷 孝一

本人ミーティング当日のDVD 視聴

今後の活動に向けての意見交換

21

振り返り



22

市の考え方・方針（本人ミーティング）

本人の声が聞けたことは有意義だった。

継続するために、単に本人ミーティングのためだけの集りにしない。

本人のために意味のある本人ミーティングが開催できるように進める
関係機関を巻き込み認知症本人・家族が主体的に声を出せる街にする。

（認知症に対する正しい理解、認知症を特別なものとししない）

今後の具体的なプラン

①認知症カフェの充実（認知症の方の参加を増やすため内容の見直しおよび周知を図る。各地域包括支援センターでの認知症カフェの実施 認知症サポーターの活用）

②認知症フェスティバル（平成31年3月2日）の開催に向けて本人ミーティングを実施、認知症の本人・家族の協力依頼をする。

③地域住民の認知症の理解を促す（認知症サポーター養成講座の継続、本人ミーティングの周知（本人の声、実施内容を広報に掲載））を図る

23

最後に

本人ミーティング開催に向けて、

広小路クリニック木野紀先生、三島総合病院齋藤看護師さん、ケアマネジャーさん多くの方の協力のもと実施できたことを、この場を借りてお礼を申し上げます。また、三島市を選んでいただきました、静岡県長寿政策課の皆さまには、三島市がまだまだやらなければいけないことを気づかせていただきました。心より感謝申し上げます。ありがとうございました。

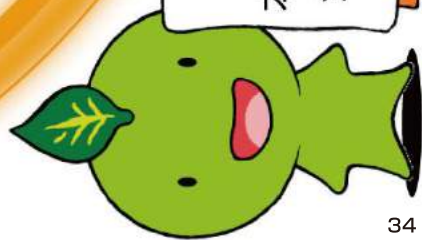
24

MEMO

A series of horizontal dashed lines for taking notes.

いっしょにつくろう！暮らしやすいまち宣言

一足先に認知症になった私たちからあなたへ



認知症の
本人が語り合う
全国の集い in 静岡



認知症の本人が語り合う全国の集いin静岡 後援一覧

厚生労働省 / 公益社団法人認知症の人と家族の会

(公財)しずおか健康長寿財団 / (一財)静岡県老人クラブ連合会 / 静岡県地域包括・在宅介護支援センター協議会 / 静岡県老人福祉施設協議会 / 静岡県老人保健施設協会 / 静岡県慢性期医療協会 / 静岡県宅老所・グループホーム連絡協議会 / 静岡県小規模多機能型居宅介護事業者連絡会 / 静岡県民生委員児童委員協議会 / 特定非営利活動法人静岡県ボランティア協会 / 静岡県知的障害者福祉協会 / (福)静岡県身体障害者福祉会 / 静岡県手をつなぐ育成会 / 静岡県精神保健福祉協会 / 静岡県精神保健福祉士協会 / 静岡県里親連合会 / 静岡県児童養護施設協議会 / 静岡県乳児院協議会 / 静岡県母子生活支援施設協議会 / (一社)静岡県医師会 / (公社)静岡県病院協会 / (一社)静岡県歯科医師会 / (公社)静岡県看護協会 / (公社)静岡県薬剤師会 / (公社)全日本病院協会静岡県支部 / 静岡県市長会 / 静岡県町村会 / 静岡県コミュニティづくり推進協議会 / 静岡県自治会連合会 / 静岡県消費者団体連盟 / (公財)静岡県消防協会 / 静岡県新聞販売連合会 / (一社)静岡県バス協会 / 商業組合静岡県タクシー協会 / 静岡県住宅供給公社 / 住友生命保険相互会社静岡支社