

**一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ（J DWG）  
との意見交換会（概要）**

日時：平成 31 年 3 月 12 日（火）17:30-18:00

出席者：根本厚生労働大臣、大口厚生労働副大臣、厚生労働省医務技監ほか

**J DWGからの主な意見**

- ・ 私たちは、認知症になってからも希望を失わず、自分を大切に、自分らしい暮らしを続けていける社会を創りだしていくために、各地で認知症の本人が主体となって活動している。
- ・ 今、認知症に関すること（基本法や新しい大綱）などが進められようとしているが、それが「誰のためのものなのか」が、とても大事だと考えている。認知症になっても自分らしく暮らしていくためには、本人の経験や工夫を聞いて、活かすことが大切だと思っている。
- ・ 昨年「希望宣言」を発表した。ここに書かれていることが実現できるよう、「希望のリレー」を始めている。この希望のリレー（希望宣言）が、各地に広がっていく取組が進むような政策を作ってほしい。
- ・ 私たち自身も、本人としてよりよい社会を創るために、力を尽くしたいと思っているので、皆さんと力を合わせて一緒に進みたい。
- ・ 何のため、誰のための施策であるかを踏まえて、施策を作ってもらいたい。
  
- ・ 当事者同士が出会う場として、当事者が当事者の相談を受けるという取組を始めた。この取組は、「認知症の人でも働ける」ではなく、「認知症になったからこそ出来る仕事」だと思うので広めていきたい。認知症の人が認知症の人を元気にできる。必要なのは、本人主体の活動の場であって、認知症の人が集められて施設やデイサービスで過ごしてください、といった支援ではない。
  
- ・ 認知症本人たちのこと、認知症になってもできることを実践している当事者たちのことを知ってもらうことで、認知症になることは怖いことではなくなり、「認知症にならないようにしよう」というのがなくなるのでは。
- ・ 「予防」が大事と言うけど、認知症の原因もわかっていない。予防に力を入れると、頑張っただけで予防に取り組んでいながら認知症になった人が、落第者になって自信をなくしてしまふ。むしろ「備え」が大切だと思う。地震と同じことで、地震の発生を防ぐことはできないが、地震に備えることはできる。備えることで、認知症になっても大丈夫と言えるようになる。

- ・ 予防というと、認知症にならないようにする予防を皆イメージする。予防には「発症しない・ならない」ということだけでなく、「早期に発見する」、「症状の進行を遅らせる」といった考え方があることをふまえておかないと、一般の人に「予防をすれば認知症にならない」と誤って伝わってしまう。
- ・ 予防が商売になってしまっている。予防にお金をかけて、認知症予防にいいからと美味しくないものを食べさせられたり、ドリルをやらされたりするなど、やりたくないことをやらされて鬱状態になる人が多い。
- ・ 一度症状が重くなると、もとに戻るのにエネルギーがかかる。早期発見して、ちょっとおかしいと思ったら見てもらえるような施策を充実してほしい。
- ・ 地域の中で「パートナー」が一緒にいてくれると心強い。
- ・ パートナーは養成するものでなく、そばにいて信頼できる人、考えが合う人、古い認知症観を持たない人を自分で見つける。本人は自分の思いや不安を持ちながら乗り越えていく、パートナーはその助けをしてくれる人であって、支援をあてがうということではない。
- ・ 認知症の人は普通に話せるのに、家族は「この人は認知症だから、しゃべれない」という。家族がいないところで話をすると、普通に話せることが多い。また、本人、家族の意向を聞くときに、家族だけに話を聞いて本人から話を聞かないので、本人に話を聞いてほしい。
- ・ 症状が重度でないのに、診断されたらすぐに重度者として扱われる。実際は診断から重度になるまでは長い時間があるのに、診断直後に必要な支援を行わずに介護保険のデイサービスに連れて行こうとするなど重度の人向けの支援をしようとする。そこで本人が怒ると「BPSDの発症」というが、それは怒っているのではなく、怒らせていることに家族が気づいていない。
- ・ 眼鏡と一緒に。視力は0.7、0.1、0.01といろんな人がいるが、皆に0.01のめがねを渡したら、0.7の人はその場から動けなくなってしまうし、症状も進行する。認知症も同じことで、その人の症状にあった支援をする必要がある。
- ・ 認知機能障害が精神障害に区分されているが、脳の機能障害として明確に位置づけてほしい。
- ・ 東京オリンピックの聖火ランナーをしたい。身体障害者の車いすの人はしていると思うが、今まで認知症の人ということではしていないのではないか。



「認知症とともに生きる希望宣言」は、  
わたしたち認知症とともに暮らす本人一人ひとりが、  
体験と思いを言葉にし、それらを寄せ合い、  
重ね合わせる中で、生まれたものです。

今とこれから生きていくために、一人でも多くの人に  
一緒に宣言をしてほしいと思っています。

この希望宣言が、さざなみのように広がり、  
希望の日々に向けた大きなうねりになっていくことを  
ここから願っています。

それぞれが暮らすまちで、そして全国で、  
あなたも、どうぞごいっしょに。

日本認知症本人ワーキンググループ  
代表理事 ◆ 藤田和子

わたしたちは、「認知症とともに生きる希望宣言」をもとに、  
全国で「希望のリレー」プロジェクトを展開していきます。

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ  
[hope@jdwg.org](mailto:hope@jdwg.org) ◆ <http://www.jdwg.org>

JDWG

2018年  
10月

# 認知症とともに生きる希望宣言

## 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。

## 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。

## 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。

## 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。

## 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。

- 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持っています。
  - ◆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、楽しみながらちやしづしていきます。
- ◆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ぶ、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、生きる力をわか立させ、元気に暮らしていきます。
- ◆落ち込むこともありますが、仲間に出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。

**私**たちは、認知症とともに暮らしています。  
日々いろんなことが起き、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きこうという人、  
そしてよりよ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。

- 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と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。



一足先に認知症になった私たちからすべての人たちへ



「認知症とともに生きる希望宣言」を伝えていく活動

# 「希望のリレー」



私たち、認知症の一人ひとは、日々、不安や心配なことがつきませんが、一方で、たくさんの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ずに、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、暗い迷路に陥らずに、もっと楽に、いい人生を送ってほしい。
- \*私たちは、認知症になったからこそできる活動にチャレンジを続け、若い世代を含め、共に暮らしやすい社会を、様々な人たちと一緒につくりたい。

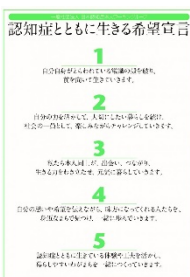
この願いをこめて私たちは、「認知症とともに生きる希望宣言」をしました。  
(日本認知症本人ワーキンググループ\*2018年11月) リーフレット参照

- \*この宣言をスタートに、私たちは今、「希望のリレー」を様々な人と一緒に進めています。
- \*自分も希望を持って暮らしていこうという人が一人でも多く増え、一緒によりよい社会を創っていこうという人の輪が広がっていくために、私たちが力を尽くしていきます。
- \*私たちが参画することがあたりまえになり、共によりよく暮らせる社会を、一緒に。

2010 年前後から本人活動～  
2018 年

## 希望のリレー

2019 年 3 月 未来へ



**希望宣言発表**  
全国各地の本人が、体験と想いを重ね合わせて宣言文をまとめ、発表。



本人が本人へ  
診断後に不安で  
いっぱいの人との  
相談役となり、  
希望を伝える。



本人同士で  
希望宣言をもとに、  
できること、やりた  
いことを話し合い、  
チャレンジ



本人が友達や  
地域の人たちへ



本人が行政・専門職  
とともに市民へ  
全国各地で、講演や  
シンポジウム、研修  
報告会等の機会を通  
じて



地域の人が  
地域の住民や  
様々な職の人へ



行政や医療・  
介護専門職が本人、  
家族や市民へ  
配布、掲示、手渡し



映画上映会で  
リーフレット配布  
本人と一緒に映画を  
みた後、宣言に見入る



条例づくり  
希望宣言を本人が参画  
する条例づくりの参考  
に。

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ  
<http://www.jdwg.org/>



(意見交換会の当日の様子)



日付

2019年3月12日(火)

場所

厚生労働大臣室

タイトル

一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ(JDWG)との意見交換

## 記事

根本厚生労働大臣と大口厚生労働副大臣は、一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループと意見交換を行いました。

根本厚生労働大臣は

「認知症になっても地域で普通に生活できるような『認知症バリアフリー』な社会を目指すため、今年、新たな大綱のとりまとめを予定しています。

良い内容の大綱を皆さまと一緒に作っていきたいと思っています」

と述べました。

**老健局総務課認知症施策推進室**

(意見交換会の当日の様子)



意見交換を行った皆さま