

国内外の認知症当事者がバトンをつなぐ  
希望のリレー 国際フォーラム 2025  
～認知症当事者の声とチカラ、つながりを活かして、共生社会の推進を～  
(2025年2月14日 有楽町朝日ホールにて開催)

\*認知症の本人発信・参画の国際的な牽引役であるケイト・スワファー（オーストラリア）と国内の認知症の本人が集い、ケイトの基調講演及び交流・討議を行いました。

\*このフォーラムに関する以下の資料・動画を、当センターのホームページDCネットに掲載  
右下のQRコードから、すべてをご覧いただけます。



【冊子】当日の全資料  
・ケイト・スワファー基調講演  
・韓国、台湾の本人からのメッセージ  
・国内本人10名のチャレンジとメッセージ

【動画】当日の収録  
第1部：基調講演（通訳付き）  
第2部：トークセッション  
まとめ



【動画】当日の上映  
ともに生き生き暮らせるまちに  
～本人が発信・参画 ともに一歩を踏み出そう

基本法の目的・理念のもと、本人が発信・参画・つながり、日常の中から共生を共に創り出している実像

令和6年度厚生労働省老人保健事業推進費等補助金  
「共生社会の推進のための認知症の本人参画に関する国際ネットワーク構築に向けた調査研究」

<ダイジェスト>  
扉をひらく  
自分らしく心豊かな日々を、ともに  
地域でつながり、世界とつながる

# 扉をひらく

自分らしく心豊かな日々を、ともに  
地域でつながり、世界とつながる



# 1. 自分らしく暮らし続けることが可能な時代に

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」スタート



笑顔で暮らせることが、あたりまえに  
認知症の本人同士が出会い、  
活動の輪が広がっています

なるように、  
つながり

## \*基本法がスタート

2004年1月から「共生社会の実現を推進するための認知症基本法（基本法）」が本格的に動きだしました。

## \*あたりまえに暮らし続ける

基本法では、認知症の人が自分らしくあたりまえに暮らし続けること（人権）が、最も大切にされています。

## \*支え合い活力のある共生社会を

認知症の有無に関わらず、一人ひとりが個性と力を発揮しあい、支え合いながら活力ある共生社会をつくるのが目指されています。

## \*「新しい認知症観」をみんなが

認知症は、誰にとっても自分ごと。「新しい認知症観」をみんなの常識に。

### <政府の認知症推進基本計画より>

「個人としてできること・やりたいことがあり、地域で仲間と共に、希望を持って自分らしく暮らすことができる」

## \*本人の声と姿から生み出された

基本法の考え方や「新しい認知症観」は全国の本人たちの声と姿から生み出されました。

## \*一人ではなくつながりあって

仲間と出会い、つながることで生きる力が沸き立ち、前を向いて元気に暮らす本人が全国各地で増えてきています。あなたのまちでも、仲間との出会いがあれば、元気が蘇る本人がきっといるはずです。

## 2. 認知症経験者のわたしたちから、あなたへ

一日一日、自分の大切な時間！ 自分の道を歩んでいます



片桐亨さん  
(2年目)

生きていること自体がありがたい。やりたいことがたくさんある。夢を持っていきたい。



松本健太郎さん  
(3年目)

現役でできるかぎり働いて、ほかの人を元気づけられたらいいな。



神原繁行さん  
(3年目)

病院で働き続けている。今までと変わらない暮らしを続けていきたい。「ケセ・ラ・セラ」、今を楽しんでいきたい。



山中しのぶさん  
(5年目)

診断後、自分が感じてきたつらい思いを誰一人感じてほしくない。住み慣れた地域で仲間たちと暮らしていくまちをつくりたい。



春原治子さん  
(7年目)

毎日が新鮮。地域の仲間と、のびのび楽しく暮らせる。仲間とつながりながら、新たな体験を楽しもう



戸上守さん  
(8年目)

失敗してもいいんだ！そんな環境にかわっていくと、また挑戦して自信が湧く。自信を取り戻すと自分を取り戻せる。世界が広がる。認知症になることは、自分にとって大事なことを見つめ、自分らしく生きるチャンスでもある。



渡邊康平さん  
(9年目)

じぶんでじぶんをさがそう。できることやってると、世界が広がる。楽しまないと、なんのために生きとるか分からん。



柿下秋男さん  
(10年目)

自分が楽しいことをやっていると脳がよるこぶ！元気になる！病気になったからこそ感じたこと、経験がある。感性は伸び続ける！



福田人志さん  
(11年目)

私たち本人が地域で一步踏み出し、繋がることで、住み良い環境へと変えていける。コミュニケーションが難しくなっても、安心して散歩ができる町づくりを目指したい。



丹野智文さん  
(11年目)

認知症になってからも、実際に笑顔で暮らせる。「今悩んでいる本人」、その一人が笑顔になるために、今できることをいっしょにやっていきたい。



平みきさん  
(13年目)

旅やコンサートなど、今まで経験してこなかったことを楽しんでいる。認知症は怖くない。自分の弱さや出来ないことを認めて、SOSを発する勇気、感謝の気持ちを。



藤田和子さん  
(17年目)

認知症になってからも工夫を重ねてチャレンジしてきた。支えてくれる様々な人に感謝。自分なりの道を進む本人が増えてほしい。基本法がその後押しになると思う。

うまく言えない時こそ、胸にいっぱい 思いが詰まってる  
全身で伝えようとしている、聴いてほしい

### \*認知症経験者

本人は認知症とともに暮らしながら様々な経験を積み重ねています。まだ認知症になっていない人の一足先を歩んでいる認知症経験者です。

★認知症経験専門家、という用語もあります。

### \*自分の大切な時間

本人のことばです。本人の人生の主人公は本人。本人の人生の途上で認知症が始まり、その後も本人の人生が続いていきます。

### \*一人ひとりちがう

暮らしも、思いも、百人百様。本人の声を聴かない限り、本人の状況・思い・必要なことはわかりません。

### \*古い常識の殻を破りながら

診断直後に、落ち込んだり、絶望を多くの本人が体験しています。認知症だからできない、無理、もうおしまい……そんな古い常識(今までの認知症観)の殻を破りながら、前を向いて歩く本人が全国各地で増えてきています。

### \*特別な人ではない、ふつうの市民

発信や参画をしている人は特別と見られがちですが、決してそうではありません。もともとは、会社員や公務員、教師、医療や介護職、技術者、店員、主婦など市民の一人として、ふつうに暮らしてきた人たちです。

### \*何かを発している

どんな状態でも、本人は声だけではなく何かを発しようとしています。聴く人がいると発信力を保ち、伸ばしていきます。

# 3. 本人とともに歩むパートナーから、あなたへ

長い旅路を、苦楽を共にしながら、一緒に歩んでいます



片桐さんと奥宮さん（認知症地域支援推進員）

これからも片桐さんの活動や夢をいっしょに応援していきたい



神原さんと同僚たち

職場で一緒にやってきた。これからも一緒に。「自分の人生を生きる事」を学ばせていただいています。



戸上さんと吉川さん（デイサービス社長・ケアマネジャー）一緒に活動している認知症地域支援推進員

本人がやりたいことに、一緒にチャレンジしています。働いたり、野球で一緒に汗を流したり。戸上さんと一緒に旅をしています。いつも笑っています。



治子さんと地域活動の仲間たち

治子さんが認知症になる前から、なってもオープンにして自分らしく暮らせる地域づくりを！と一緒に活動してきた。これからも地域で仲間と共に、治子さんがどう生きているかを伝えていきたい。

戸上さんと一緒に活動するようになってから、仕事が楽しくなりました！

皆とともに歩んでいる櫻井さん（元特養施設長、看護師）



認知症が進んではいても、治子さんは治子さん。毎日新鮮で、深い一言を言われます。真剣に考えておられます。本人、そして家族も自分らしく暮らし続けていけるように、専門職も地域の一員としてともに。



藤田さんと金谷さん（認知症地域支援推進員）

認知症になっても大丈夫な社会を本人と一緒に創っていこう！私だけでなく、市内にはたくさんの推進員さんが一緒にいます。



柿下さんと房代さん(妻)

今をいきいき自分らしく生きる。私も一緒に楽しみながら。地域の仲間が広がり、私は自分の仕事を続けています。



藤田さんと澤野さん（長年の知人）

藤田さんと公民館でのサロンを一緒に続けたり、遠方の講演に一緒に行ったり。思いがけない体験が広がっています。



鈴木さん(介護職、認知症地域支援推進員)

柿下さんがやりたいことに、いっしょにチャレンジを続けています。本人とともに、介護も変わっていく、変えていくべき時期だと思います。

## \*パートナーが大切な存在

本人が、日々を安心して、自分らしく生きていくためには、未知の道を、いっしょに、楽しく歩いていくパートナーの存在がとても大切です。

## \*人と人の関係、本人とともに、歩む人

パートナーは、本人に、支援を一方だけで提供したり、管理をする人ではありません。人と人として、本人と水平な関係でつきあい、本人が暮らす経過にそって、本人とともに、支え合いながら歩いていく人です。本人とパートナーとの（小さな）共にある関係が、共生社会の大切な源泉です。

## \*様々な立場の人がパートナーに

パートナーには、決まった職種や一律の要件はありません。医療や介護の多様な職種の専門職や、友人や知人、地域の人、家族など、様々です。本人も、家族も、お互いからしばし解放されて、自分らしく暮らし続けていくために、家族以外のパートナーがいることが望まれます。

## \*本人が決める

パートナーは本人にとっての大切な道行者。周囲が決めたり、つないだりではなく、誰がパートナーか、決めるのは本人自身です。

## \*パートナーは複数いてほしい

本人が望む暮らしを続けていくためには、一人のパートナーでは、無理が生じます。本人が望むことや必要に応じて、またその時々に応じるためには、複数のパートナーが必要です。

## \*いきなりではなく、体験を重ねながら

研修や講座を受ければパートナーになれるわけでは決してありません。その「一人の本人」とつきあい、ともに体験を重ねる中で、その「本人のパートナー」として、本人とともに育っていきます。

‘支援するーされる’から解放されて、‘ともに’

# 4. 本人の声が出発点

力を発揮しあい、誰もが暮らしやすい地域を、ともにつくる



松本健太郎さん

働きたい。  
父として、  
家族を支えたい



- ◆ 会社が、本人の声を受け止め、本人が働ける場所に配置換え。
- ◆ 職場の人たちの理解の中で、本人が工夫しながら、仕事を続けている。
- ◆ 一連の動きを、認知症疾患医療センターの精神保健福祉士が伴走しながらバックアップを続けている。



春原治子さん

食べることがなにか  
なれば家で暮らし続けら  
れる。一緒に美味しく食  
べられる場があるといい。

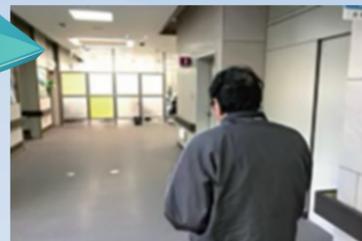


- ◆ 「そんなところがあたらいいね」。同じ思いを持つ人たちの輪が広がり地域食堂が週4日開かれている。
- ◆ 地域の高齢者、一人暮らし、障がいのある人、若い世代、子供たちが、自然に集い、楽しく、元気になる場に。
- ◆ 治子さん自身、スタッフの一員として仲間とともに活躍を続けている。



集まりに参加した  
本人のつばやき

病院の中で、迷う。  
わからへん。疲れる。  
先生の話、覚えられん。  
誰かついてきてほしい。



- ◆ 地域包括支援センター職員（認知症地域支援推進員）が同行して病院内を一緒に歩く。
- ◆ 玄関、廊下、待合室、トイレ、会計、他、本人から見て不安になるバリアが見つかる。
- ◆ 病院側に伝え、一緒にバリアをなくす工夫を。誰にとってもわかりやすく、安心な環境に。

## \*本人の声が起点

認知症の本人に関わるすべてのことは本人の声が出発点です。本人の声抜きには、何事も始まりません。

★基本法・政府の認知症施策推進計画には本人の意思・意向の尊重、本人の声を起点とすることが明確に掲げられています。

## \*日々の中での小さな声

どんな状態の人でも、本人は声（声なき声）を言葉や全身で発しています。

## \*傍らにいる人が声を聞き流さずに

- ・ 日常の生活場面、そして相談や支援、医療・介護の場面など、日々のあらゆる場面で本人はその人なりの声を発しています。
- ・ 本人の傍らにいる人（特に専門職）は、本人の声を聞き流したり、加工してしまわず、本人が発した「ありのまま」の声が大切です。

## \*本人の声を伝え、つながり、活躍しあう

- ・ 本人の声を、聞いた人の中だけでとどめずに本人とつながりのある人、地域の関係者に伝えることが大切です（プライバシーに配慮しつつ、本人にとっての必要性・メリットを重視しながら）。
- ・ 本人の声を起点に、本人が望むことをかなえるために、声をつないでいくと、自然と分野を超えたつながりが生まれます。
- ・ 本人そして様々な人が、有している力を発揮しながら活躍しあうきっかけになります。

## \*本人が声を発し、施策につながる環境作りを

- ・ いきなりではなく、ふだんから本人が声を安心して発せられる関係づくり・環境づくりが大切です。
- ・ なじみの人が少し後押しすることで、計画作りや実施・評価に参加・参画できる本人がおられます。
- ・ 特別なことをせずとも、地域の中にすでにある場やすでに本人の声を日常的に聴いている人たちの力も借りながら、地域で暮らす本人が計画作り等に参画するチャンスを広げている市町村も増えてきています。
- ・ 入院・入所中の本人も、地域の一員です。専門職が本人の声を聴き、暮らしや地域、施策につなげていくことが重要です。

政府の計画作りへの本人参画が始まる

本人の声とチカラをいかに、わがまちなりの計画を



- ◆ 2024年12月に示された「認知症施策推進基本計画」の関係者会議に本人が3人参画しました（写真左）。
- ◆ 計6回の委員会。多くの委員に交じって、本人一人ひとりが懸命に、意見を伝え続けました。
- ◆ 本人3人を、ふだんから本人と活動をともにしているパートナーたち（介護職員、認知症地域支援推進員等）もつながり、バックアップしあいました（写真右）。



- ◆ 都道府県、市町村の声を反映させる
- ◆ 地域で暮らす認知丁寧に集めながら、に反映する取組が、



の認知症施策推進の計画作りに、本人ことが不可欠になっています。

症の人たちの声を、日々の接点を通じて本人とともに語りあい、本人の声を計画全国各地で広がってきています。



# 5. 本人同士が国際的な交流・活動へチャレンジ!

出来る! 視界が広がる! とともに壁を越えていく

## <国や言葉を超えた本人同士の交流>

- ◆本人たちが、地域や国内でのつながりを足場にしながら海外の本人とつながり、交流が始まっています。
- ◆認知症経験者の仲間と出会えることは、国や言葉の違いを超えて喜びや勇気となり、本人同士での自然体の交流が広がっています。

## <本人同士が学び合い、「深い対話」>

- ◆本人たちが、海外の最新の情報や考え方、工夫を学びあい、よりよく暮らしていくための力を高めています。
- ◆同時に、国内では見過ごされがちな課題について、本人同士での「深い対話」が生まれています。

## <国を超えて共通の認知症バリアがある:協働・連動が必要>

- ◆対話を通じて、本人があたりまえに生きていくことを阻んでいる認知症バリアが国内外で共通してあることが浮彫りになっています。

例) ・認知症に関するスティグマ(偏見・差別)によるダメージ  
・認知症の診断直後からの社会的な断絶  
・自立のための認知症リハビリの発想や具体的実践の欠如/不足  
・BPSDの考え方やアプローチを、本人視点で見直す必要性

- ◆自国内のみでは解決がなかなか進まないことを、本人を起点に地域-国内-海外の関係者が協働・連動しながら、本人参画・本人視点で取り組んでいくことが求められています。

## <日本から発信を:海外に貢献できる>

- ◆日本国内でこれまで試行錯誤されてきた実践や、創り出してきたことが海外諸国のこれからの貢献できることが様々あること、しかし日本の現場の情報が海外で知られていない課題も浮かびあがっています。

例) ・基本法、「新しい認知症観」、本人発信、社会参加・参画  
・本人本位の認知症ケア・地域密着型サービス  
・人材育成、日本流の共生

- ◆海外、特に今後高齢化が急速に進むアジア等の国々の本人たちから、日本の本人たちとの交流や日本からの情報発信が強く求められています。

## <スコットランドの本人から>

## <台湾の本人たちから日本の本人たちに>

スコットランド認知症ワーキンググループ



ジェームズ・マキユロップ

新しい人生を築くことができる。次に行動するのは、あなたです。



日本の皆さん

認知症の仲間たち、みんなで一緒に頑張りましょう!



# 活動へチャレンジ!



<拡大(国際)本人ミーティング>



<希望のリレー国際フォーラム>



<日本発の発信を活発にし、共生社会の共創を>

## <韓国の本人たちから日本の本人たちに>

同じような友達もたくさんいるので、お互いに理解し合いながら、そうやって笑って生きていこうと思っています。  
泣いても治らない病気じゃないですか? そんなもの……みんな笑って生きましょう。気楽に。



## \*日常の延長にある自然体の国際交流

- ・本人たちが日々の暮らしや思い、望みを発する、自然体の国際交流の機会が生まれています。
- ・言葉がわからなくても、同じ認知症経験者同士、つながりあうことができます。
- ・本人は、仕事や人生経験が豊か。都会地でも、地方でも、国際交流を望む人、秘めている力を発揮する人がいます。

## \*体験すると自信、意欲、やりがいが高まる

- ・国際交流の体験は、日常の暮らしに新鮮なワクワクや楽しみ、達成感、やりがいを本人にもたらします。

## \*「深い対話」

- ・国際交流は、ふだん積み残しのことに気づき本人なりに考え、深い対話をする機会にもなります。
- ・深い対話を通じて、自分なりの生き方、よりよく生きる手がかりを見出すきっかけになります。

## \*家族や多様な人々に大きなインパクト

- ・本人が国際交流をしている姿を目の当たりにした家族や専門職・行政職、企業、メディア関係者から、大きな驚きの声が多数寄せられています。
- ・「新しい認知症観」を実感的に理解し、本人視点で関わりや取組を見直し、本人とともにこれからの創りだしていく、一つの重要な契機にもなりえます。

## \*日本が歩んだ体験、積み上げの国際発信を

- ・本人、そして支援関係者が、日々あたりまえにやっていることの中に、日本がこれまで長い年月をかけて辿りついた貴重な事柄が多く眠っています。
- ・高齢化が急速に進む海外諸国等に、本人が地域で自分らしく暮らし続けている最前線の取組を、本人とパートナーらが一緒に海外に発信していくことは重要な国際貢献です。

## \*本人参画での国際交流・活動を継続的に

- ・国際交流・活動を本人抜きで進めず本人参画、本人視点で継続的に推進することが必要です。それにより、誰もがよりよく暮らす可能性、地域の可能性を伸ばしていけることが期待されています。