

## 若年性認知症の人と家族と地域の支え合いの会「希望の灯り」

### <希望の灯りの歩み>

2009年 行政、福祉施設、認知症家族の会と共に認知症の正しい理解と支え合いの活動を開始

2012年 若年性認知症の人と家族と地域の支え合いの会「希望の灯り」設立

2012年 農地を借り地域の方々と野菜作り・収穫・販売を開始。若年性認知症に関する講演会・研修会を開催

2016年 相談窓口「ピュアサポートステーション・より愛どころ」開設

2017年 まちかどライブラリー開設

2018年 NHK厚生文化事業団「第1回認知症にやさしいまち大賞」受賞

2019年 子ども食堂開催

2012年～19年 ランニングイベント“RUN伴（ランとも）”参加

2015年～2019年 全日本認知症ソフトボール大会参加第2～4回優勝

2017年 国際アルツハイマー協会（ADI）国際会議 京都大会 歓迎レセプションにて「BAR希望の灯り」をオープン

2018年～19年 国府の浜サーフィンプロジェクト開催

2019年 NHK「第2回認知症にやさしいまち大賞 特別賞」受賞

2019年 日本認知症ケア学会・読売認知症ケア賞「実践ケア賞」受賞

### <プロフィール>

地域の自治会長、民生児童委員、校区福祉委員、行政、福祉施設、家族会などと共に認知症高齢者の支援活動としてスタートしました。タイトルは「いつまでも住めるまちづくり～一人も見捨てない認知症応援事業～」。その後、若い認知症の人たちの存在に気づき、地域の皆様のお声から「若年性認知症の人と家族と地域の支え合いの会・希望の灯り」が誕生しました。そして現在の広範な活動になりました。メンバーは約40人。認知症当事者と家族は12人です。

#### —会の目的—

○若年性認知症の本人と家族が住み慣れた地域で、人々の温かいまなざしと支援の中で暮らし続けることを目指す

○若年性認知症の理解を広める啓発活動や地域との交流を深める

○本人、家族の居場所の構築と社会貢献の機会や就労の機会を作り出していく

代表：下菌 誠

552-0001 大阪市港区波除 5-6-10-805

電話：090-8480-1915

e-mail：kibounoakarinn-555@yahoo.co.jp

Facebook：若年性認知症の人と家族と地域の支え合い「希望の灯り」

### <主な活動>

- 野菜の収穫・販売
- 相談窓口「ピュアサポートステーション」
- まちかどライブラリー
- 本人講演

- 子ども食堂
- 認知症啓発イベント
- 認知症サミット
- 余暇活動 旅行 会食 他団体交流

## 活動の記録

希望の灯りは認知症のある人や家族・地域の方々・専門職の協働による認知症支援を実行してきました。「認知症に関する意識調査」を行い、認知症に対する“肯定的な態度”を醸成する項目を導き出しました。そして実践活動へ。住民や小学校、PTAへの講演活動、スーパーなどへの啓発ポスター掲示などから「地域共生ステーション」を設置し、本人とのコミュニケーションづくりを行ってきました。こうした取り組みを通じて、認知症に関するイメージは変化しました。本人に語り掛けることで、笑顔や安心感が生まれ、偏見や誤解は減少したと思います。

### [野菜の販売]

地域の方々の協力により農地を借りて、地域の皆さんと一緒に野菜作りを楽しみ、収穫・販売しています。認知症当事者と地域の人たちが直接触れ合える機会となっています。自治会の「若年性認知症支援事業」の補助を受け、販売収益は自治会に還



元して地域貢献をしています。そしてこの様子を毎月発行の地域新聞に掲載してより多くの方へ啓発しています。

### [相談窓口の設置]

ピュアサポートステーション・より愛ど



ころ「希望の灯り」では認知症の本人と家族が相談に応じます。当事者の視点から行う“ゆるやかな相談活動”は前を向いて進む元気をもらえると好評です。

### [まちかどライブラリー]

若年性認知症を告知された時、多くの人が混乱して本を探しまわった経験を持っています。そうして出会った書籍は心が折れてしまいそうな内容で……。そんな経験から若年性認知症に直面しても苦しい思いをせず、勇気を出して元気に前を向いて歩けるような書籍を選び紹介しています。



### [本人講演]

若年性認知症の本人の声を届け、誤解や偏見のない地域を作ろうという、「認知症と共に生きる本人の意思」から始まった活動です。



### [子ども食堂 (みいけ食堂)]

企画段階から認知症の本人・家族が加わり地域の有志と共に子ども食堂を開設しました。月1回、地域会館にて展開しています。コロナ禍では、社会の情勢に応じながら実施しています。



## [認知症啓発イベント]

認知症に対する偏見や誤解をなくすには「本人や家族が楽しむ」ことが導火線になると考え、さまざまなイベントを行ってきました。

### ■RUN伴（ランとも）の開催

「認知症になっても安心して暮らせるまちを作ろう」をテーマにした全国ランニングイベントです。

主催：NPO法人認知症フレンドシップクラブ



RUN伴 京都



RUN伴 大阪

### ■全日本認知症ソフトボール大会（Dシリーズ）参加

この大会の目的は、認知症のある人が「ソフトボールの全国大会に参加する」ことを通じて、仲間とともに旅を楽しみ、富士山の麓で真剣勝負をすることです。

仲間は認知症のある人と時間をともにする中で、認知症のある人の可能性を感じる機会とするとともに、他のまちの人の関わり方に触れ、まち同士がともに成長していきます。笑顔あふれる時間です。



## ■国府（こう）の浜サーフィンプロジェクト

このプロジェクトは認知症のある人の「もう一度サーフィンしたいなあ」という一言から始まりました。2018年、2019年開催。ともに開催に向けて協働していただいたのは日本サーフィン連盟三重支部、志摩市、認知症の人と家族の会三重支部、志摩市民病院、三重大学など。参加者は宮城・東京・神奈川・愛知・京都・三重・福井・兵庫・大阪・岡山・広島府県に加え、台湾からも…。

当日は夢をあきらめず、ともに楽しみを分かち合う多くの光景が広がりました。そこには認知症である、なしとは無縁の世界が広がり、サーファーの人たちがいう「水面50cmの奇跡」を誰もが体験した日でした。



## ■認知症サミット

認知症のある人自らが認知症の理解のために各地の会場で講演しています。もっと誰もが同じ目線で、自らの想いや考えを自由に話せる機会を作りたいと考え、普通の立ち飲み屋さんで開催しました。沖縄、広島、新潟、和歌山、兵庫、岡山、大阪から多くの本人が集まり談笑できました。



## [余暇活動]

各地の認知症のある人や家族、支援団体と交流を深めています。一緒に旅行に行ったり会食したり、支援や協力を受けるだけでなく私たちからも発信しています。



福井県東尋坊



金沢市兼六園



和歌山県御坊市



大阪市