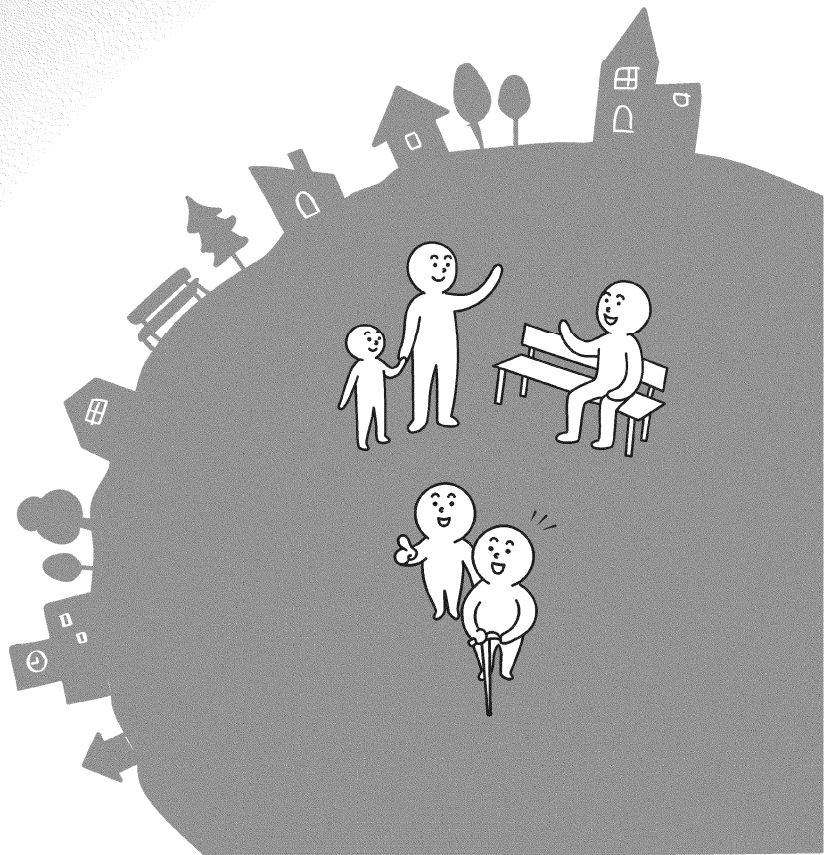


川
Colors, Future!
いろいろって、未来。
川崎市

認知症パートナー アクションガイドブック

ともに生きる未来をつくる 10 のキーワード



はじめに

本書は、「認知症の人が暮らしやすい地域づくりに向けた具体的なアクション」を、認知症サポーターや企業の皆さまをはじめ、川崎市にお住まい・お勤めの方々に考えていただくための冊子として作成しました。

認知症は特別なことではなく、日常の中でできる小さな一歩が、認知症の人とともに暮らすまちづくりにつながることを知っていただきたい——そんな思いを込めています。

多くの方にこの冊子を手にとっていただき、「ともに暮らすまち」をつくっていくために、私たちに何ができるのかを一緒に考えていければと思います。

パートナーとは

認知症の人にとっての「パートナー」とは、本人を特別に支えようとする相手ではなく、同じ地域で自然に関わり合いながら、一緒に日々の暮らしをつくっていく仲間のことです。

家族だけでなく、市民や企業、認知症サポーターなど、周りにいるさまざまな人が、それぞれの形でそっと寄り添い、本人の気持ちやその人らしさを大切にしていきます。

若年性認知症の当事者として思いを発信し続けてきた藤田和子さんが語る「本人を中心に」という視点や、認知症基本法・新しい認知症観が示す“共に生きる”という考え方をもとに、パートナーは安心して暮らせる地域を一緒に育てていく存在です。

アクションガイドブックとは

本市は、ご本人向けの認知症ケアパスとして平成 29 年に「認知症アクションガイドブック」を発行しております。本冊子はその姉妹編となるパートナー向けのものですが、どちらも、知るだけではなく具体的にアクション（行動）に踏み出していただくことを目的としてつくられています。



川崎市認知症ケアパス
認知症アクションガイドブック

目次

この本の使い方	P4
第1章 元気になれるいきいきできる 10のキーワード	P7
第2章 笑顔が生まれた事例集	P29
第3章 具体的なアクションへ	P35
参考情報	P38

「お・も・い」をカタチに！

～あなたとともに この街で～

令和6年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」では、「新しい認知症観」への転換の必要性が謳われています。「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、一人ひとりが個人としてできること・やりたいことを大切に、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持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。

認知症になっても、自分らしく暮らし続けていくために、診断を受けてもあきらめずに好きなことを続けていくために、地域の中で出かけられる場所を見つけるために、、、パートナーのみなさんができることがたくさんあります。きっとあなたのアクションが「ともに生きる街」をつくり、たくさんの笑顔が生まれます。

本市では相談窓口も設置しています。勇気をもって踏み出し、一緒にこのまちをつくりましょう。

この本の使い方



① 10のキーワードを知る

- ・ 認知症の方がいきいきとする瞬間、その気持ちがわかります。
- ・ そのために行えることのヒントがわかります。
- ・ やりたいこと、得意をいかせそうなこと、できることをメモしてみましょう。



② 「やってみたい」気持ちをワークシートで整理

- ・ ワークシートを埋めながらしたいことを具体的にしていきます。
- ・ 周りの人と一緒に、いろいろなアイデアを考えてみましょう。
- ・ 第2章の例を参考にしてみることもおすすめです。



③ 実行にうつす

- ・ 自分の仕事や自分でできそうであれば、実行してみます。
- ・ 迷いや不安があれば、ポータルサイトをご覧ください。
事例や相談窓口の情報を随時提供しています。

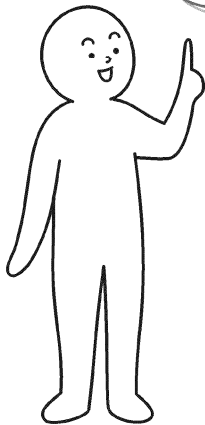


認知症施策最新情報

この冊子では、認知症のご本人やご家族、専門職やボランティアなどへのインタビューやアンケートをもとに「認知症の人がいきいきできる」キーワードを10個にまとめました。



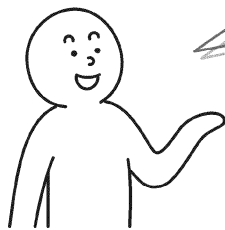
パートナーとしてともに過ごす皆さんが、このキーワードを実現していけると、認知症の方が過ごしやすく、いきいきとできるまちに近づいていきます。



認知症の進行や症状は「十人十色」、環境やひとりひとり好きなことも性格も違います。それぞれ身体機能や症状の進行によって、できることも違ってきます。キーワードを押し付けるのではなく、その方の望むこと、やりたいことを実現できるように工夫してみてください。

本人のやりたいを実現しようとする、難しいことが出てくるかもしれません。無理はしないで、まずは一緒に考えてくれる仲間や市の窓口へ相談してください。





吹き出しの中は、ご本人や身近にいる方が語る
「認知症の方が楽しくいきいきとする瞬間」です。
そんな時間を楽しんでもらえるように、
みなさんはどんなことができそうですか？