

地域で活躍！ 自分らしくいきいき！

そんなまちを一緒につくろう

NPO法人ひまわりの会 代表

一般社団法人Dフレンズ町田

HATARAKU認知症ネットワーク町田 代表

松本 礼子

町田市の認知症ネットワーク ～町田市の取り組み～

Dカフェ

- スターバックスなどで
認知症カフェ

D活

仕事と働く場を増やす

- 竹林整備事業
- 注文をまちがえるカフェ

Dブックス

「認知症」についての
情報収集の場

- 図書館
- 書店の
「本人エッセイ」コーナー

Dワークショップ

- まちづくりワークショップ

Dサミット

- 2018年からスタート



ハスのん

まちづくりはRUN伴から



2014年「認知症フレンドシップクラブ町田事務局」のメンバー

3

「まちのおばちゃん」の認知症とともに (1990年代~2015年)

30年前
(1990年)

*認知症になった義母の介護、入院し病院で死去
「もっとやれることがあったはず」「二度と誰もこんなふうにはさせたくない」

教員から
介護の
仕事へ

*2000年くらいから、従来の認知症観に違和感。
ひとり暮らしの高齢者と、たまにはお昼を「たま昼の会」をスタート

2000年

*介護保険制度開始
*「たま昼の会」の活動を継続したいと、**デイサービス「ひまわり」を開始**

2004年

*「突き上げられるように」京都で開催された「国際アルツハイマー病協会
第20回国際会議」に参加
*クリスティーン・ブライデンさんに会う。全国の本人を訪ねる

そんなころ

*町田市の認知症に関心のある人たちと、「つながりの開(かい)」をつくり、
まちづくりの話し合いを重ねる

4

「まちのおばちゃん」の認知症とともに (1990年代~2015年)

2012年 *NPO法人「ひまわりの会」を設立

2013年 *「**まちの保健室**」を構想。デイサービス「ひまわり」でスタート
1年間、誰も来なかった

2014年 *この年から、RUN伴を運営する「認知症フレンドシップクラブ町田事務局」に

2014年

*当時の生川幹雄さんとの出会い。生川さんに聞くと“**仲間がほしい**”
*地域包括支援センターを回り、当事者の鈴木克彦さんを紹介される
“ なにかできることを探そうよ ”

2015年

*講座や講演会で自分たちの体験や思いを話す活動を開始
➡「認知症とともに歩む本人会議」

5

生川幹雄さん インタビュー動画



本人会議

2016年6月

「まちの保健室」「本人会議」
スタート

「なにかできることをさがそうよ」と、
2人で「認知症ミニ講座」を
始めると、人が人を呼んで活動が
回りはじめ、
「まちの保健室・本人会議」が
始まった。



7

本人会議

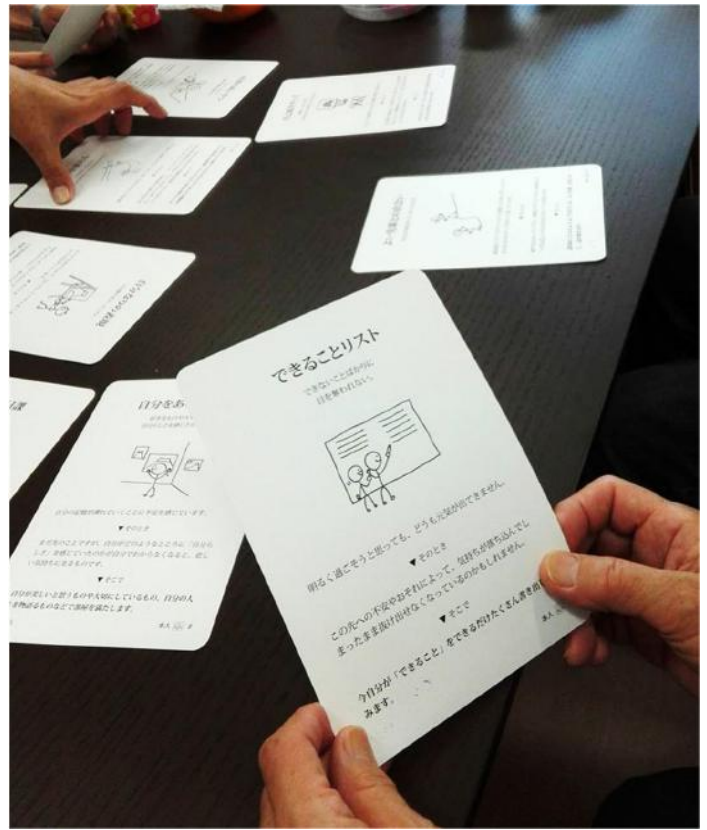
「本人会議」と同時に、
「まちの保健室」では、
本人と家族、
地域の人たちが集う
「ほっとくつろぎカフェ」も。



8

本人会議

本人会議では、
『旅の言葉』のカードを
使ってみinnで、
「できること」
「したいこと」などを
話し合うなど、
自分たちの思いを伝えあった。



本人会議

2016年のRUN伴には、
生川さんも参加。

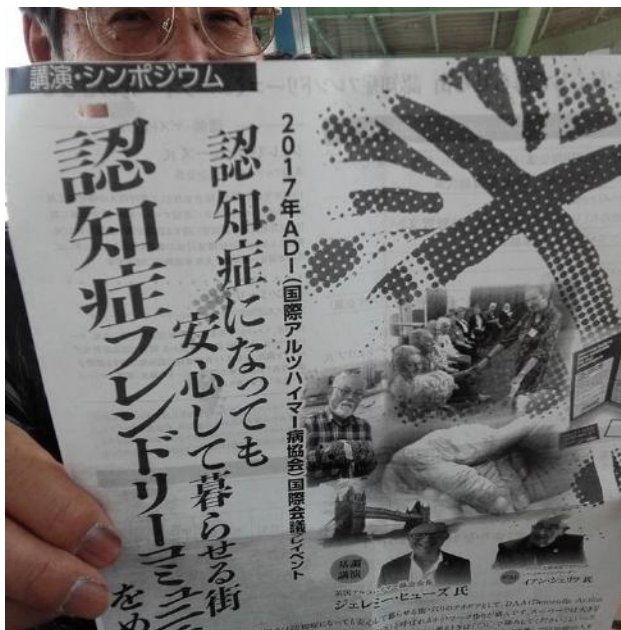
本人会議

2016年

スタバへでの
出張Dカフェ始まる。



11



本人会議

2017年2月、丹野さんと一緒に
新橋までイベント参加。
小旅行のきっかけに。

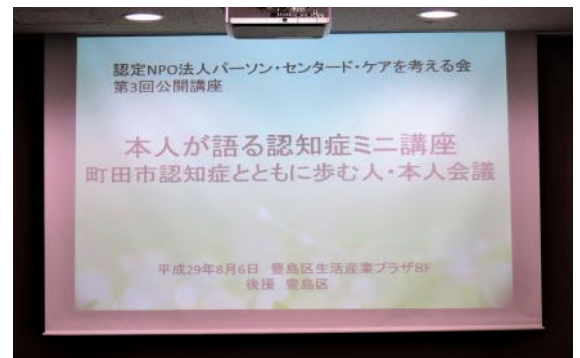
12

本人会議

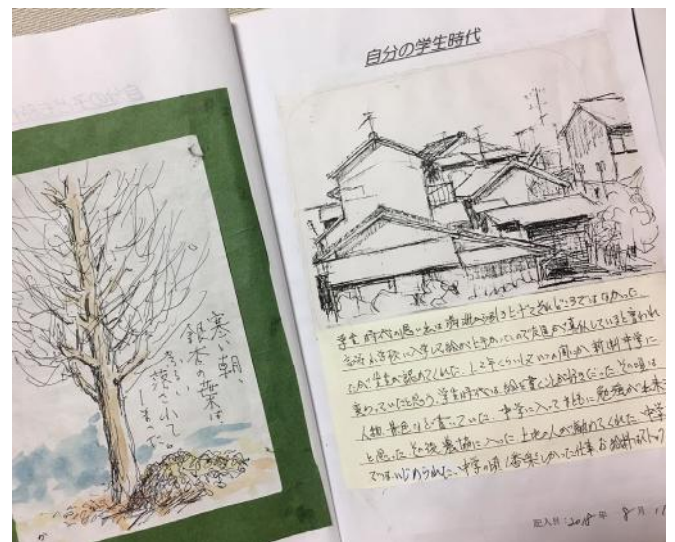
2017年 農園活動始まる



本人会議では、
講座を通して市民啓発も
積極的に



13



本人会議

2019年4月
本人会議で続けていた
ストーリーブックが完成

14



本人会議
「本人会議
ネットワーク」

町田市、多摩市、川崎市の
当事者に声掛けして
「認知症を語ろう会」を開催

15

町田市との意見交換

「本人会議」を通じて、手伝ってくれる仲間が増えてきた
本人たちと一緒に、町田市役所にアピール

「ただのお茶飲み場には興味はない」

「社会とのつながりを持ち、役にたつ実感を得たい」

「仲間をつくりたい」

「認知症に対する正しい理解をしてほしい」

「世代を超えた交流をしたい」

本人が企画する、
まったく新しい認知症カフェ「Dカフェ」をスタート

16

「まちのおばちゃん」 認知症とともに 2016年

- 2016年：
スターバックスで、Dカフェがスタート。

町田金森店の
ストアマネージャー林健二さん、
店舗の近くにある
特別養護老人ホームの関係者から
Dカフェについて聞き、



「Dカフェはスターバックスの理念に合う」

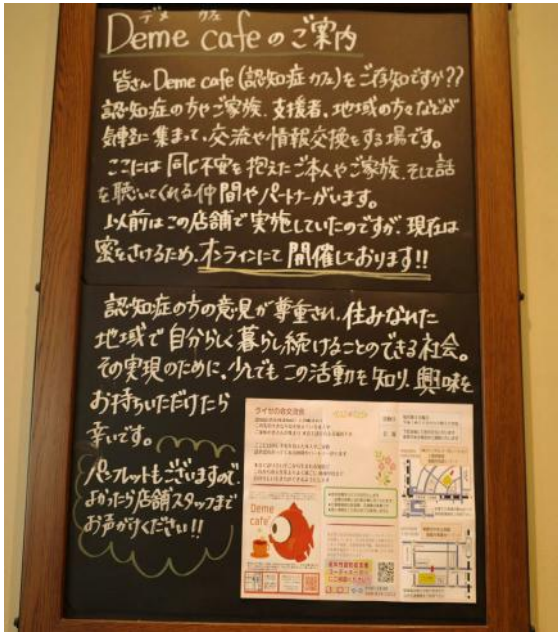
17

「まちのおばちゃん」の認知症とともに 2016年～現在

テーマは「より多くの人との接点づくり」

- 本人が社会参加する「D活」
- 書店や図書館で認知症関連の書籍を1か所に集めて
見つけやすくする「Dボックス」
- 認知症当事者とさまざまな分野の先駆者が
- 認知症をテーマに意見交換する「まちだDサミット」

18



Dカフェ | まずは、出前カフェから
→市内のスターバックス
9店舗で実施



D活

本人の社会参加の機会を増やす

スタバの地域貢献清掃活動「みちピカ」
本人10人、サポーター10人が参加

↓

- 商店街の福引の手伝い
- フラワーベルトの整備
- 認知症体験を語る会
- 病院のカフェでの本人の演奏会

「本人たちのあるがままの姿を見てもらおう」



Dブックス



書店や図書館が協力
認知症関連の書籍を1か所に集めて
見つけやすく

現在、市内で15か所

Dサミット

2018年スタート
認知症当事者とさまざまな分野の
先駆者が集うイベント

A会場 (A201)		B会場 (A202)		C会場 (A303)	
カフェ モデレーター 平田 容子 氏	介護施設 モデレーター 久松 信夫 氏	お金のこと モデレーター 熊倉 千雅 氏	お金のこと モデレーター 熊倉 千雅 氏	お金のこと モデレーター 熊倉 千雅 氏	お金のこと モデレーター 熊倉 千雅 氏
しごと モデレーター 松本 礼子 氏	家族の視点 モデレーター 佐藤 美由紀 氏	お出かけ モデレーター 能勢 光 氏	お出かけ モデレーター 能勢 光 氏	お出かけ モデレーター 能勢 光 氏	お出かけ モデレーター 能勢 光 氏
学ぶ モデレーター 鎌田 幸樹 氏	病院 モデレーター 村山 美子 氏	買い物 モデレーター 岡田 純 氏	買い物 モデレーター 岡田 純 氏	買い物 モデレーター 岡田 純 氏	買い物 モデレーター 岡田 純 氏

竹林プロジェクト

2018年3月

認知症の本人たちと行う

「竹林整備事業」開始。

もとはゴミが捨てられ

荒れ放題になっていた

町田市が管理する竹林。



23

竹林プロジェクト

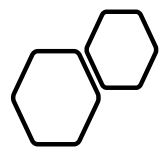
春に収穫されたタケノコは、
地域で販売するほか、
オンラインでの
通信販売を心待ちにする
ファンも。



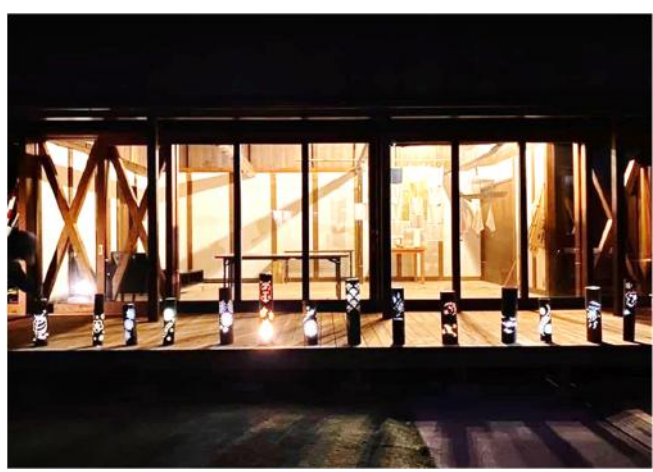
24



竹林プロジェクト



25



竹林プロジェクト

最近のヒットは竹灯籠



竹林プロジェクト
竹林はみんなの遊び場



竹林プロジェクト
竹林は、子どもたちの遊び場にも

16のまちだアイ・ステートメント

本人視点から見た、目指すべき地域・社会の姿を、16のメッセージに。

認知症の本人、家族、医療福祉関係者、行政、民間企業、NPO、研究者など、多くの市民の話し合いでつくられた。

私は、早期に診断を受け、その後の治療や暮らしについて、主体的に考えられる。

私は、必要な支援の選択肢を幅広く持ち、自分に合った支援を選べる。

私は、望まない形で、病院・介護施設などに入れられることはない。望む場所で、尊厳と敬意をもって安らかな死を迎えることができる。

私は、私の言葉に耳を傾け、ともに考えてくれる医師がいる。

私は、家族に自分の気持ちを伝えることができ、家族に受け入れられている。

私の介護者は、その役割が尊重され、介護者のための適切な支援を受けている。

私は、素でいられる居場所と仲間を持っており、一緒に時間を楽しんだり、自分が困っていることを話せる。

私は、趣味や長年の習慣を続けている。

私は、仕事や地域の活動を通じて、やりたいことにチャレンジし、地域や社会に貢献している。

私は、認知症について、地域の中で自然に学ぶ機会を持っている。

私は、経済的な支援に関する情報を持っており、経済面で生活の見通しが立っている。

私は、地域や自治体に対して、自分の体験を語ったり、地域への提言をする機会がある。

私は、認知症であることを理由に差別や特別扱いをされない。

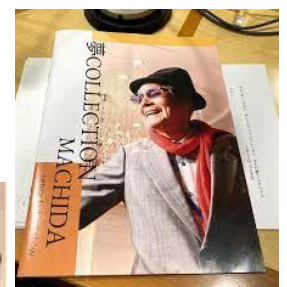
私は、行きたい場所に行くことができ、気兼ねなく、買い物や食事を楽しむことができる。

私は、支援が必要な時に、地域の人からさりげなく助けてもらうことができる。

私たちも、認知症の人にやさしいまちづくりの一員です。

ファッションショー

高齢になっても、認知症になっても、自分らしく。今年もモデル募集中。





「町田bambooチーム」 でイベント

2022年、「アルツハイマーデイ」と
「竹の日」に合わせてイベントを。



これまでは認知症本人たちの取り組みを「来て、見て、知ってください」という趣旨が多かった。これからは自分たちで出て行こうと。地域の企業や、バンブーチームに溶け込んで、『ともに生きる』姿を見せたい。



「みんながつくる
認知症フレンドリーまちだ」



「認知症になっても
私はわたし」

冊子の紹介

Dフレンズ町田とそのネットワーク

【事業】

- 居場所づくり
 - ワークショップ
 - HATARAKUネットワーク
 - 認知症本人交流会
 - 認知症町田ほっとダイヤル
 - シニアファッションショー
 - まちだDマップ運営
- ## 【ネットワーク】
- 町田市認知症友の会
 - NPO法人 ひまわりの会
 - まちの保健室 オンラインDカフェ
 - かぐや姫工房
 - つまの会

<p>カフェ</p> <p>モデレーター 平田 容子 氏</p> <p>NPO法人ひまわりの会「まちの保健室」、「認知症とらまね人・本人交流の場」の一環、これまでの経験を基に本人会議メンバーとの協力を得て「認知症のたのしみ」をテーマとして、町田市主催のDマップアドバイザーを担っています。</p>	<p>介護施設</p> <p>モデレーター 久松 信夫 氏</p> <p>聖霊林大学健康福祉学部 教授 高齢者福祉や認知症ケアについて社会福祉の視点から研究に取り組む、社会福祉専門職(社会福祉士)としての社会福祉の視点から、認知症の早期発見と早期対応のあり方を検討している。</p>	<p>お金のこと</p> <p>モデレーター 熊倉 千雅 氏</p> <p>認知症福祉士会 福祉推進センター/認知症ケアセンター長 福祉推進センターの認知症コーディネーター、高齢者福祉施設の利用者を経て、まちだDマップのコーディネーター、現在は長年介護経験のある経験豊富な方となっている。大切にしていることは「職員であること」(遠慮を怠らないこと)。</p>
<p>しごと</p> <p>モデレーター 松本 礼子 氏</p> <p>NPO法人「ひまわりの会」代表、NPO法人「認知症フレンドシップクラブ」町田市支部代表、HATARAKU認知症ネットワーク取組代表 認知症当事者の本人会議、働く認知症の人の竹林啓典事業、Dマップ、認知症の支援、認知症講座、講演会、まちの保健室の相談活動など、認知症になってもそれぞれの暮らしが送れていくための課題を模索している。</p>	<p>家族の視点</p> <p>モデレーター 佐藤 美由紀氏</p> <p>聖霊林大学看護学部 教授 町田市認知症友の会と共に「認知症の人の家族介護者実態調査」を実施、調査結果から見えてきた介護問題を家族介護者、山長、関係機関と連携し、解決策の検討に努め、気づき、目標までを協働することを目指して、認知症に寄り添い支えたい気持ちを日々抱いている。</p>	<p>お出かけ</p> <p>モデレーター 能勢 光 氏</p> <p>株式会社アイベック サービスデザイナー/Shopism町田木曽西店 新設長(介護福祉士) 学生時代の家族介護をきっかけに介護業界へ就職。 「介護サービスデザイナー」として介護現場で経験を積み、現在は認知症の方々の外出時の不安を解消してもらうためのDマップの普及を目指して、当事者の方の暮らしや介護実践に奔走する。</p>
<p>学ぶ</p> <p>モデレーター 浅沼 直樹 氏</p> <p>町田市福祉サービス協会の町田在宅高齢者サービスセンター 認知症介護指導者 特別養老老人ホーム、認知症対応型通所介護にて認知症ケアに従事。 2018年より協賛協力のもと、Dマップを契機に「認知症本人会議」の認知症活動に参画しています。</p>	<p>病院</p> <p>モデレーター 村山 秀人 氏</p> <p>医療法人財団聖徳会総合リハビリテーションセンター 脳神経科 認知症診療科 総合リハビリテーションセンター専任医師、町田市認知症支援推進協議会委員、認知症対応型通所介護として、町田市の認知症施策、地域連携の推進に従事。</p>	<p>買い物</p> <p>モデレーター 岡田 誠 氏</p> <p>認知症フレンドシップセンター/Shopism 共同代表理事、富士通株式会社、サービスデザイナー/Shopism 町田木曽西店、新設長(介護福祉士) 認知症当事者の生活を支えるDマップの普及を目指して、当事者の方の暮らしや介護実践に奔走する。</p>

まとめ

- 誰もが社会を変えるチカラがある
- きっかけはささいなことから
- ちいさなつぶやきを聞き逃さない
- 認知症の人にとって住みやすい社会は、
自分にとっても住みやすい社会
- あたりまえに、誰でもできることがある
だったら、やろうよ
- いちばん根っこにあるのは「人権」

