認知症施策
認知症本人ミーティング（仲間と話そう）について

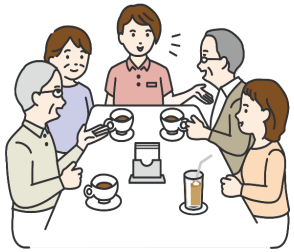
資料３

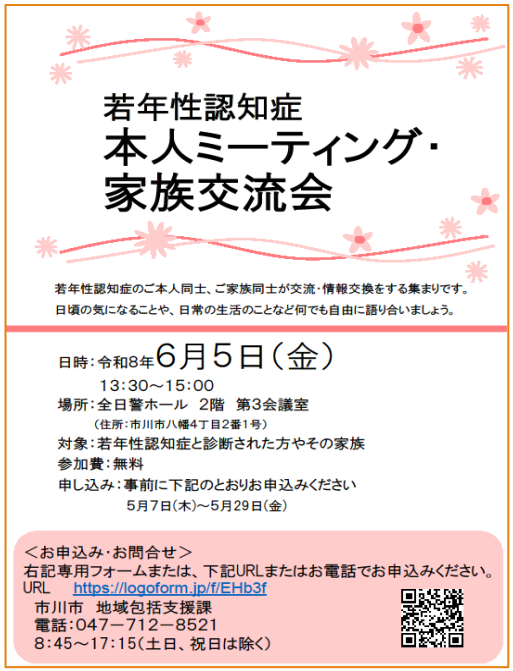
仲間と出会い、思いを語る場

仲間と話そう～本人ミーティング～とは？

- 当事者が自身の言葉で自分の思いや体験を伝えることで参加者同士が共感できる場所です。
- 当事者の思いや希望を発信することで認知症サポーターやボランティアができる支援の輪を広げていきます。
- 認知症観を変えて認知症への理解を促進し、早期相談・　早期発見を進めます。







＜実績＞
令和７年度　12回開催　参加者延44人　令和８年度（６月末現在）５回開催　参加者延22人

本人からのメッセージ

迷惑をかけないように、自分でできる事はできるだけやっていかなくちゃと思っています。
仲間には、認知症のとっかかりになっているからと言っちゃいました。その方がいいのかどうかまだ考えています。

何度も同じ話を繰り返して周囲が困らないか心配。

仕事仲間に認知症がばれると、普通に会話できなくなるという恐怖感があります。
最近、記憶装置のねじが緩んでいるからと、半分ごまかして、半分自分を鼓舞して頑張らないといけない。

伝えたいんだけど、言おう、言うまい、言おう、言うまいとのジレンマがずっとあるんです。

私抜きで私のことを決めないで欲しい。
自分のことは自分で決めたい。

妻は昨年9月に亡くなり、
今は長女と同居
「トイレの蓋があけっぱなし」
「電気がつけっぱなし」といつも怒られている。でも、うまくやっている。
年を取ったら子どもに返ると言うが、いい子どもにならないといけない。
今、耐えている。
いつ迎えが来るんだろうというのが現状。
遺産相続は生きているうちにした方がいいと考えている。骨になってからでは、何もわからないから。

これからも、変わらず趣味を楽しみたい。

認知症のこと周囲の人に話したら、変わらず接してくれて嬉しかった。

　認知症の方たちの集まりでもっと暗いと思っていたんですが、明るいですね皆さん。
　私自身これからどうなるのかという不安と、皆さんとともに自分に何ができるかを考えながらお話をきいていました。