



認知症地域支援推進員たより 第7号

認知症の本人が語る時代へ

さらに、その先には、本人がその人らしく活動する時代へ

ご報告 第2回 本人ミーティングを開催しました！

🍊 本人ミーティングとは？

認知症の本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や希望、必要としていることを語り合い、自分たちのこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場です。



🍊 どのように開催した？

市内在住で、認知症の疑いのある人などを対象として実施した『農業体験バスツアー』の中で、【思いを語ろう会】という名称で開催しました。

昼食後、参加者に①思いを語ろう会、②頭と体を使った体操、どちらへ参加するか選んでいただき、計 23 名の方にご参加いただきました。



話したテーマ

「年を重ねてよかったこと、大変なことはどんなことですか？」

趣味を持っていると
歳をとっても楽しい

外出をするのが、
面倒にはなったなあ

子どもが自分たちのことを考えて
くれるのがありがたいね

大きいワンちゃんと遊んで
いると楽しい！幸せ。

認知症カフェなど地域に
行けるところがあるよ



いろいろな思いが次々と出てきました🌸

裏面もあります



🍊 本人ミーティングを行ってみて…



本人ミーティング(思いを語ろう会)に参加してみてどうでしたか？

自分の過去の思いを伝えられたよ

少人数だったので、気楽に話せて楽しかった

皆さん色々と体のことを気にしているのは同じだなあと思った

他の方の話を聞けるのも楽しい

もっと話したかったな



参加者の96%の方から満足～やや満足という回答をいただきました。



今後はどんなことを話してみたいですか？

ふるさとの思い出などの語り合いが良いかも

自分の身体の衰えのこととか

これからの人生について話してみたい



顔を合わせて話せばそれで良いなあ

みなさんの意見をもとに、今後も内容を検討していきます！

🍊 今後の本人ミーティング

お問い合わせは高崎市長寿社会課または高齢者あんしんセンターまで♪

高崎市では、認知症の人の視点を重視したやさしい地域づくりに取り組んでおり、当事者の思いを率直に語れる場、聴く場として本人ミーティングをすすめています。

今後は医療機関などとも連携を取りながら、開催方法など検討してく予定です。

