

令和 8 年度版 認知症ガイドブックの 改訂方針（意見照会）

改訂スケジュール

年月	内容
令和 7 年 10 月	改訂内容の検討
令和 8 年 1 月	改訂案を認知症専門部会へ提示、意見集約
3 月	在宅療養推進協議会に報告
4 月	発行

令和 7 年 10 月 31 日
高 齢 者 支 援 課

認知症ガイドブックの改訂方針

目的	練馬区における認知症ケアパス（認知症の人の状態に応じた適切なサービス提供の流れ）や相談機関、支援サービス等を分かりやすく示し、認知症とともに安心して暮らせる方策について啓発を図る。
発行部数 (予定)	8,000部
仕様	A4 カラー 20ページ
改訂	平成27年度初版 令和2年度から毎年改訂
おもな配布場所	地域包括支援センター、区役所アトリウム、医師会、薬剤師会など
おもな活用例	介護学べるサロン、認知症サポーター養成講座など区民向けの催し、認知症カフェの談話、もの忘れ検診対象者への配布
改訂の方針	認知症を自分事としてとらえ、認知症になっても地域で皆とともに暮らしていく（＝共生社会）という「新しい認知症観」を普及するため、認知ご本人やご家族のメッセージを掲載する。 記載内容に大きな変更はなし。

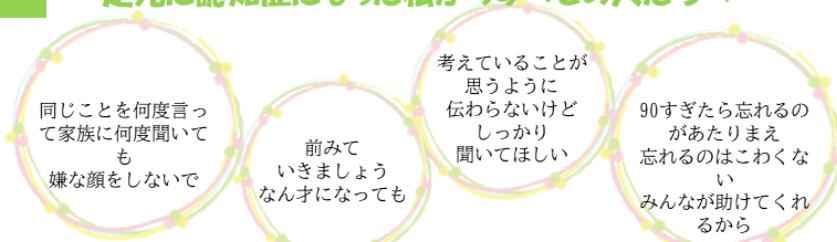
わたしのまちで、わたしらしく

認知症のある人も、家族も、だれもが「わたしらしく」いられるには、どうしたらいいのでしょうか。

認知症があっても、その人らしく過ごせること。
周りの人も、安心して寄り添えること。

まずは、認知症のある人やご家族の声や思いを「聴くこと」から始めませんか？
わたしたちにできることが見つかるかもしれません。

一足先に認知症になった私からすべての人たちへ



家族の介護を経験した私から、すべての人たちへ

父が亡くなって
4年になりますが、
今となってはいい思い出しか
思い出せません。
私が実家を訪ねると、
5分おきに
「おっ！ 来てくれたのか」と
とろろこんでくれました。

本人の気持ちに
できるだけ
よりそつてあげること
そして小さなことでも
ほめてあげること
一緒にになって喜んであげること

自分を大事にしましょう。
無理をしそぎず、
心と体を労わることを
忘れないでください。

もう、思いもつかない事をやってくれたり、
急に大声でどなられたり…日々母親と戦っています。
が、時々、母として、言ってくれる言葉。
おもしろい事を言って
お腹をかかえて二人で大笑いすることもあります。
大変だけど、ずっとは続かない生活。
自分が息抜きできて、笑顔が出るうちは、
一緒に戦って笑って
すごしたいと思ってます。

まちの中の、あたたかなひとこま

それぞれの声に耳を傾けると、日々の暮らしの中にある、たくさんの「わたしらしさ」が見えてきます。

練馬区では、認知症のある人・家族の声や希望、願いを聞くため、本人ミーティング(p6)を開催しています。
ここでは、本人ミーティングの場での心温まる一場面を紹介します。

心に灯る、ひとつの願い

セタの短冊に本人の願いがありました。

「みんなが元気でいられますように」
「ぼけませんように」
「宝くじがあたりますように」

それぞれの願いが、色とりどりの紙に綴られていきます。
その中に、ひときわ静かな短冊がありました。

「願いなんて、ないです」と話していたA子さんのものです。
けれど、そこにはしっかりした文字で、こう書かれていました。

「又、主人と会いたいです」

その言葉に、場の空気がふっとやわらぎ、みんなでしみじみと感じ入りました。

いつも本人ミーティングに向かう道すがら、
「なんだかわからなくなってきた」と不安を口にしていたA子さん。
そんな彼女の心の奥に、こんな希望があるなんて。

きっと、優しいご主人だったのでしょうね。
私たち、地域包括支援センターも、すぐそばにいます。
なんでもお話ししてください。

「チームオレンジの頼れる仲間になりたいな」

それが、私たちのセタの願いとなりました。



～地域包括支援センター職員の声～

認知症のある方にも、みんなと同じように「願い」があります。
自分の希望や思いを、気負わず、気軽に話していただけるよう、
本音を語りやすい雰囲気づくりを心がけています。

その方の思いや願いに丁寧に耳を傾けることは、
「その人らしさ」や「尊厳」を大切にすることにつながると感じています。

▲本人ミーティングの様子