

# 神奈川県

## かながわオレンジ大使

大使の人数 	12人	委嘱年度 >>	令和5年度 12人
紹介ページ 	かながわオレンジ大使（認知症本人大使） <a href="https://www.pref.kanagawa.jp/docs/u6s/cnt/f6401/orange_taishi.html">https://www.pref.kanagawa.jp/docs/u6s/cnt/f6401/orange_taishi.html</a>		
お問合せ先 	 神奈川県福祉子どもみらい局福祉部高齢福祉課  045-210-4846  anshinkaigo@pref.kanagawa.lg.jp		

やまがみ ゆうじ <b>山上 裕司</b> さん  令和5年度委嘱時 60歳 アルツハイマー型認知症 横浜市	もちづき しょうご <b>望月 省吾</b> さん  令和5年度委嘱時 79歳 アルツハイマー型認知症 藤沢市	すずき ゆう <b>SUZUKI YOU</b> さん  令和5年度委嘱時 70歳 アルツハイマー型認知症 横浜市	あゆさわ ちよきち <b>鮎沢千代吉</b> さん  令和5年度委嘱時 82歳 アルツハイマー型認知症 海老名市
いとう けいこ <b>伊藤 敬子</b> さん  令和5年度委嘱時 73歳 アルツハイマー型認知症 横須賀市	ふじかわ れいこ <b>藤川 玲子</b> さん  令和5年度委嘱時 89歳 アルツハイマー型認知症 鎌倉市	非公表 さん  令和5年度委嘱時 88歳 アルツハイマー型認知症 -	しんどう ゆきこ <b>進藤由紀子</b> さん  令和5年度委嘱時 83歳 アルツハイマー型認知症 鎌倉市





非公表 さん



令和5年度委嘱時 89歳  
血管性認知症  
—

まつうら けんいち  
松浦 謙一 さん



令和5年度委嘱時 67歳  
レビー小体型認知症  
横須賀市

非公表 さん



令和5年度委嘱時 42歳  
アルツハイマー型認知症  
川崎市

まえだ ひろき  
前田 博樹 さん



令和5年度委嘱時 66歳  
アルツハイマー型認知症  
川崎市

やまがみ ゆうじ  
山上 裕司さんの日々の暮らしと活動

これまでの大使活動



- ・ かながわオレンジ大使 (令和3 (2021) 年度～)
- ・ 企画運営会議への参加
- ・ 県主催認知症普及啓発イベントへの参加
- ・ 市主催認知症講演会での講演
- ・ 区主催職員向け研修での講演
- ・ ケアプラザ主催研修での講演
- ・ 認知症サポーター養成講座での講演

大使として表現したい・活動したいこと



「オレンジ大使の活動で伝えたいこと」は、病気になっても慌てないことです。怖いのは病気ではなく、病気に対する恐怖と不安です。ご本人やご家族の「ストレス」が、ご自身とご家族の免疫力を低下させ、さらに別の病気や、病気が悪化しやすい体質につながります。病気に対する恐怖や不安こそが恐ろしいことを、多くのご本人や、介護しているご家族の方々に伝えたいです。

個人相談や懇談会形式で自分たちの経験を伝えたいです。ご本人と介護するご家族が、同じ職場で働くことができる仕組みづくりに取り組みたいです。

## もちづき しょうご 望月 省吾さんの日々の暮らしと活動

### これまでの大使活動



- ・かながわオレンジ大使（令和3（2021）年度～）
- ・企画運営会議への参加
- ・認知症普及啓発動画出演
- ・県主催認知症普及啓発イベントへの参加
- ・県主催認知症地域支援推進員研修での講演
- ・キャラバン・メイト養成研修での講演
- ・市主催認知症講演会での講演
- ・区主催認知症普及啓発講演会での講演
- ・団体主催の講演会での講演
- ・NHK 主催フォーラムでのパネリスト
- ・グリーンコンサート等での演奏

### 大使として表現したい・活動したいこと



とにかく前向きに生きていくことを伝えたいです。  
マンドリン演奏で、みなさんに喜んでいただけるのであれば、  
こんなに幸せなことはありません。

## すずき ゆう SUZUKI YOUさんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



きっと暗い悲しい会ではないか？自分が行って少しでも明るい  
会になればと思っていました。  
人に言われて受け身、これだめです。自分で色々やりたいアイ  
ディアが多数あります。

### 日々の暮らしや楽しみ



日なたでネコと遊ぶことです。楽しみは「ヒ・ミ・ツ」





## これまでの大使活動



- ・企画運営会議への参加
- ・県主催認知症普及啓発イベントへの参加
- ・県主催企業と大使の交流会への参加
- ・企業によるヒアリング
- ・経済産業省 オレンジイノベーションプロジェクトへの参加
- ・認知症普及啓発動画出演
- ・認知症カフェでの講演
- ・市主催講演会での講演
- ・地域ケアプラザ主催介護者のつどいでの講演

## 大使として表現したい・活動したいこと



認知症に対して、偏見や無理解が多いように感じています。本当のことを知ってもらうために、コミュニケーションや文章を読んでもらうことで、認知症の本人と家族がより良く過ごす手助けになりたいと思います。自分や身近な人に必ず関係してしまう病気です。学んで知って下さい。

## みなさんへ



全世界に「自分らしく生きる」を見てもらいたいです。  
皆さん、協力をお願いします。

## あゆさわ ちよきち 鮎沢 千代吉さんの日々の暮らしと活動

### これまでの大使活動



- ・かながわオレンジ大使（令和3（2021）年度～）
- ・企画運営会議へのオンライン参加
- ・企業によるヒアリング
- ・キャラバン・メイト養成研修での講演
- ・ピアサポート活動



## 大使として表現したい・活動したいこと



当事者として経験したことを話し、周囲の認知症への理解を深めてもらいたいです。認知機能の改善に取り組んでいます。

## いとう けいこ 伊藤 敬子さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



支援者養成講座で対談したことがきっかけです。経験を伝えて行きたいと思っています。

### 日々の暮らしや楽しみ



週二回運動系の、デイに行くのが楽しみです。  
マイレシピアを見ながら、簡単な料理作りが楽しみです。  
毎日いっぱいいっぱいだけど、工夫する生活は楽しいです。



### これまでの大使活動

- ・ かながわオレンジ大使（令和3（2021）年度～）
- ・ 企画運営会議への参加
- ・ 企業によるヒアリング
- ・ 経済産業省 オレンジイノベーションプロジェクトへの参加
- ・ 県主催認知症普及啓発イベントへの参加
- ・ 県主催企業と大使の交流会への参加
- ・ 市主催認知症講演会や認知症従事者研修での講演
- ・ ケアマネジメント学会での講演
- ・ 傾聴講座での講演
- ・ 認知症サポーター養成講座での講演
- ・ 制作作品の展示

## 大使として表現したい・活動したいこと



認知症初期の頃に、色々な所につながる事が大切だと考えているので、行政やデイケアの相談場所につながる活動や、大使としてできることは、やっていきたいと思っています。

## みなさんへ



MCI（軽度認知障害）を保ち、穏やかに生活するには、趣味が強いみかたです。  
充実した時間を過ごすことが大切です。

## ふじかわ れいこ 藤川 玲子さんの日々の暮らしと活動

### 日々の暮らしや楽しみ



「注文を間違えるカフェ」で、出来ることがたくさんあることを知りました。

### これまでの大使活動



- ・ かながわオレンジ大使（令和3（2021）年度～）
- ・ 企画運営会議へのオンライン参加
- ・ 経済産業省 オレンジイノベーションプロジェクトへの参加
- ・ 制作作品の展示
- ・ 「注文を間違えるカフェ」への参加

## 大使として表現したい・活動したいこと



今年は、皆さんと Beach Walk に挑戦します。海岸を地域の方々と一緒に歩きたいです。



## 非公表さんの日々の暮らしと活動

### これまでの大使活動



- ・ かながわオレンジ大使（令和3（2021）年度～）
- ・ 企画運営会議へのオンライン参加
- ・ 制作作品の展示
- ・ 「注文を間違えるカフェ」への参加

### 大使として表現したい・活動したいこと



会議等、楽しく参加したいです。  
皆さんの前で歌を歌いたいです。  
考えをまとめて話すことが認知症の予防になっています。今後  
もよろしくお願いします。

## しんどう ゆきこ 進藤 由紀子さんの日々の暮らしと活動

### 日々の暮らしや楽しみ



地域では町内会の役員を長く務めていました。  
グループホームでは皆さんの世話役をしています。皆さんと  
ちぎり絵制作を楽しんでいます。



### これまでの大使活動

- ・ 企画運営会議へのオンライン参加
- ・ 経済産業省 オレンジイノベーションプロジェクトへの参加
- ・ 制作作品の展示

### 大使として表現したい・活動したいこと



持ち前の明るさで、皆さんと楽しくやって参りたいです。

## 非公表さんの日々の暮らしと活動

### 日々の暮らしや楽しみ



サッカーに打込むスポーツマンでした。  
英会話やガーデニングが楽しみです。

### これまでの大使活動

- ・企画運営会議へのオンライン参加
- ・制作作品の展示

### 大使として表現したい・活動したいこと



同年代の人々と出来る事を楽しみたいです。

## まつうら けんいち 松浦 謙一さんの日々の暮らしと活動

### 日々の暮らしや楽しみ

ライブ活動をしています。



### これまでの大使活動

- ・かながわオレンジ大使（令和3（2021）年度～）
- ・企画運営会議への参加
- ・企業によるヒアリング
- ・認知症普及啓発動画出演
- ・県主催認知症地域支援推進員研修での講演
- ・県主催企業と大使の交流会への参加
- ・キャラバン・メイト養成研修での講演
- ・市主催認知症講演会での講演
- ・団体主催の講演会での講演
- ・グリーンコンサート等での演奏活動
- ・制作作品の展示



## 大使として表現したい・活動したいこと



講演活動や音楽活動を継続していきたいです。

## 非公表さんの日々の暮らしと活動

### これまでの大使活動



- ・ かながわオレンジ大使 (令和3 (2021) 年度～)
- ・ 企画運営会議へのオンライン参加
- ・ 企業によるヒアリング
- ・ 高校生によるヒアリング
- ・ KANAGAWA Muffin への出演
- ・ 県主催研修での講演
- ・ 市主催研修での講演
- ・ 区主催研修会での講演
- ・ キャラバン・メイト養成研修での講演
- ・ 企業主催講演会での講演
- ・ クリニックの Youtube 配信への出演

## 大使として表現したい・活動したいこと



大使として、10年 20年後に向けての、企業との IT 活用機器の開発に関わりたいと思います。

講演では、わかりやすいプレゼンをしたいと思います。協議会や自立支援ネットワークなど、政策づくりに参加したいと思います。

ピアサポートにも、取り組みたいと思います。

福祉職として、制度の活用を広めたいと思います。

企業への講演会などにも、積極的に取り組みたいと思います。

まえだ ひろき

## 前田 博樹さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



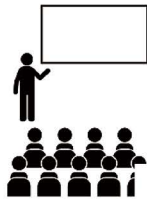
引き受けた時に記憶はないです（笑）。  
でも、こうやっていろいろな人に話を出来るのは嬉しいです。

### 日々の暮らしや楽しみ



マイ Way に行って「目標のある仕事」を皆でやって、あーでもないこーでもないといふ他愛もない話をする事です。  
帰ってからテレビを観て、ビールを飲むことです。

### これまでの大使活動



- ・企画運営会議への参加
- ・県主催認知症普及啓発イベントへの参加
- ・県主催企業と大使の交流会への参加
- ・企業によるヒアリング
- ・認知症普及啓発動画出演
- ・県主催研修での講演
- ・市主催イベントでの講演
- ・区主催講演会での講演
- ・区社協・地区社協研修での講演
- ・カナフル TV への出演
- ・キャラバン・メイト養成研修での講演

### 大使として表現したい・活動したいこと



自分の経験したことを話すことで、社会の役に立つのであれば、そういった活動をしていきたいと思っています。

## みなさんへ



認知症は誰にでもある日突然やってくる可能性があります。その時に慌てないように、今から、“認知症になっても自分はどんな行動や生活をするか、したいか”を前もって準備しておけばいいと思います。  
自分は、これからも好きなことをやり続けたいと思っています。



# 岐阜県

## 岐阜県認知症希望大使

大使の人数 	3人	委嘱年度 >>	令和3年度 2人 令和5年度 1人
紹介ページ 	認知症対策 <a href="https://www.pref.gifu.lg.jp/page/13264.html">https://www.pref.gifu.lg.jp/page/13264.html</a>		
お問合せ先 	📍 岐阜県健康福祉部高齢福祉課 ☎️ 058-272-8296 ✉️ c11215@pref.gifu.lg.jp		

はやしだ こういち  
**林田 光市** さん



令和3年度委嘱時 63歳  
若年性アルツハイマー型認知症  
瑞穂市

たかみ たけし  
**高見 武司** さん



令和3年度委嘱時 59歳  
若年性アルツハイマー型認知症  
岐阜市

いわい たかまさ  
**岩井 孝昌** さん



令和5年度委嘱時 55歳  
若年性アルツハイマー型認知症  
池田町

### はやしだ こういち 林田 光市さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



岐阜県認知症就労支援モデル事業で就労をしていた中、県の方より認知症希望大使をしてみないかと声をかけていただきました。

私でいいのか不安はありましたが、頑張って就労している姿をみて、一人でも元気になってもらえたらと家族と話を引き受けました。地域包括支援センターの方、作業療法士さん、みんなが応援、援助をしてくれています。

## 日々の暮らしや楽しみ



- ・ 平日はデイサービスやショートステイに通い、土日は認知症カフェなどで仲間と交流をしたり、家族とドライブやスイーツ巡りをしています。
- ・ 行きたいところに行き、会いたい人にあうこと。仲間と一緒に楽しい。会社の先輩に40年ぶりに会いに行きました。先輩は、顔も声も昔と変わらず、一緒に笑顔になりました。



おいしいものを食べる。  
好きなものを食べる。  
幸せです。



昔、波乗りをしていた伊良湖へ。  
海はいいですね。若返ります。

## 大使としての活動・活動で感じていること



高校生や認知症サポーター、専門職の方々に想いを伝えてきました。  
大好きなダンスを福祉科の高校生と一緒に踊りました。認知症になっても仲間を作って楽しめることや、やりたいことを諦めなくていいことを伝えました。



認知症ケア専門士の方に、認知症になってからの生活の工夫をお話ししました…  
知っていただくことはありがたいことです。



令和5年度認知症講演会のインタビュートークで  
仕事や楽しかったことを話しました。



行きたい所に行き、会いたい人に会う。仲間を増やし、繋がりを広げて、助けてもらいながら楽しみたいと思います。



# みなさんへ



できないことは助けてほしい、困っている人がいたら助けてあげたい。  
「こうしよう」「あーしよう」と、どんなことでもみんなでお話を決めてほしい。  
お互い様だから。  
「この指とまれ」で集まった人たちで、みんな一緒に楽しみましょう。

## たかみ たけし 高見 武司さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



同じ病気の方々に、病気になっても楽しみ（当時は登山）をみつけて生活していることをお伝えしたいと思いました。何か自分で役に立てることがあればと思い引き受けました。

### 日々の暮らしや楽しみ



平日は、就労継続支援 B 型作業所に週 2 回、デイサービスに週 3 回通っています。（作業所へは一人で自転車やバスで通っている。）  
B 型作業所では、割りばし袋の柄の仕分けなどを行っています。



週末はいろんな集いやカフェに参加し、楽しい日々を過ごしています。



ハイキング、ボーリングなど、体を動かすとスッキリします。月 1 回のハイキング、子どもも大人も、混ざって一緒に歩きました。  
ハイキングでは小学生のサポート役をすることもあります。昔、スポ少のお手伝いをしていました。子どもが大好きです。



「ゆるボッチャ」を楽しむ会では、仲間と一緒に体を動かしています。



日帰り旅行。気心知れた仲間と一緒にだと安心して過ごせます。

### 大使としての活動・活動で感じていること



県内の看護大学、福祉大学の学生さんに、日ごろの生活や想いを伝えてきました。これから、進路を考える時の参考になると嬉しいです。



令和5年度認知症講演会のインタビュートークでお話をしました。



認知症になってから、新たにつながった友達と交流を続け、楽しい思い出を作っていきたいです。

## みなさんへ



- ・ 認知症の人や一緒に活動してくれる方との交流の場がもっと増えるといいです。
- ・ 僕ができることは少ないですが、少しでも皆さんのためになれるものがないかなというのを一生懸命に考えながらやっています。みなさんとその場その場で話をしたりするのがとてもうれしいです。単純ですが、皆さんと一緒にやれることがすごくうれしい。是非皆さんと一緒にやりたいというのが私の願いです。



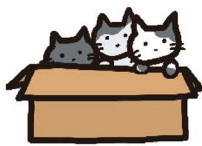
いわい たかまさ  
岩井 孝昌さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



“認知症を少なくしたい”、“今まで通り仕事を続けていきたい”との思いがある。

日々の暮らしや楽しみ



大垣病院で週4日就労。妻と一緒に保護猫活動。



楽しみ 猫



楽しみ 家のそうじ

大使としての活動・活動で感じていること



職場をきれいにすると気持ちがいい。きれいにしてくれると職場の同僚も喜んでくれる。

みなさんへ



- ・ 認知症の人でも働きやすい職場になってほしい。難しいこと、忘れてしまうことは何度も聞くようにしている。何回も聞いて教えてくれたらいい。
- ・ 認知症を少しでもなくしたい。覚えられないこともあるが、普通に接してくれたらいい。
- ・ 認知症ということを知り方が知ってくれていれば対応も変わる。初見では分からないと思うので、こちらから先に認知症であることを言った方がいい。

# 静岡県

## 静岡県希望大使

大使の人数 	1人	委嘱年度 >>	令和2年度 1人
紹介ページ 	認知症本人大使「静岡県希望大使」について <a href="https://www.pref.shizuoka.jp/kenkofukushi/koreifukushi/ninchisho/1040562/1061477.html">https://www.pref.shizuoka.jp/kenkofukushi/koreifukushi/ninchisho/1040562/1061477.html</a>		
お問合せ先 	 静岡県健康福祉部福祉長寿局福祉長寿政策課  054-221-2442  fukushi-chouju@pref.shizuoka.lg.jp		

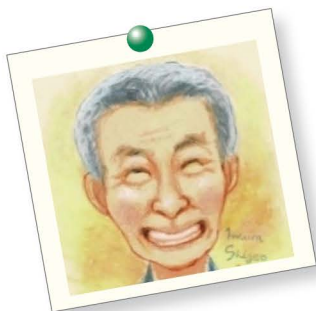


みうら しげお  
**三浦 繁雄さん**

令和2年度委嘱時 63歳  
MCI 軽度認知障害  
牧之原市

### みうら しげお 三浦 繁雄さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



県の認知症ピアパートナーとして活動に協力していたことがきっかけで任命されました。  
認知症の一番のバリアーは、安心して周囲にカミングアウトできる環境がないことだろうと思います。一般の方であったり、認知症の人や家族の方の認知症への正しい理解が進み、偏見が少しでも減っていくことを願っています。



## 日々の暮らしや楽しみ

朝寝、昼寝、夕寝、夜寝の日々で、時々活動しています。  
楽しみは各地にいる仲間に会いに出かけたり、来てもらったりすることです。

## 大使としての活動・活動で感じていること



活動は、各市町で講話をしたり、認知症カフェや本人ミーティングに参加し当事者の方とコミュニケーションをとったりしています。毎年アルツハイマーデーには、静岡駅にて啓発活動も行っています。

活動を通じてたくさんの認知症当事者の方と出会い、前向きに生きる力をもらっています。



県民だよりに掲載



アルツハイマーデー  
街頭活動



講演の様子



伊豆新聞  
(本人ミーティングの紹介記事)



袋井市のみなさんと



牧之原市にて丹野さんたちと



沖縄県の大城さんと



京都府の下坂さん、  
沖縄県の大城さんと

## みなさんへ



私は、或いは私たち認知症本人は、出来ない事は助けてもらいますが、出来る事ややりたい事、楽しい事を一緒にやって行ってもらいたいと願っています。  
そんな風に一人一人が対等な関係で、それでいて認知症の人と一緒に何かに取り組む関係になって頂けたら嬉しいです。

# 愛知県

## 愛知県認知症希望大使

大使の人数 	2人	委嘱年度 >>	令和3年度 2人
紹介ページ 	愛知県認知症希望大使について <a href="https://www.pref.aichi.jp/soshiki/chiikihoukatu/aichi-kiboutaishi-profile.html">https://www.pref.aichi.jp/soshiki/chiikihoukatu/aichi-kiboutaishi-profile.html</a>		
お問合せ先 	🔍 愛知県福祉局高齢福祉課地域包括ケア・認知症施策推進室 ☎️ 052-954-6310 ✉️ <a href="mailto:chiikihoukatu@pref.aichi.lg.jp">chiikihoukatu@pref.aichi.lg.jp</a>		

うちだ とよぞう  
内田 豊蔵 さん



令和3年度委嘱時 78歳  
アルツハイマー型認知症  
名古屋市

こんどう ようこ  
近藤 葉子 さん



令和3年度委嘱時 61歳  
アルツハイマー型認知症  
名古屋市

### うちだ とよぞう 内田 豊蔵さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



信頼している人からの勧めもあり、ご本人さんを元気づけたい、自分にできることがあればという気持ちで受けました。本人ミーティングへの参画など、「当事者に前向きになってほしい」という思いで啓発活動を行っています。



## 日々の暮らしや楽しみ



飼い犬の「太郎くん」との散歩風景。



小学生といっしょに。内田さんは庭造りの経験もあるため、率先して泥をこねてくれました。

## 大使としての活動・活動で感じていること



愛知県認知症希望大使の委嘱式（令和3年7月27日）  
「当事者に前向きになってほしい」と願い、「少しでも社会に貢献したい」と希望大使の活動への抱負を語りました。



「北区にも本人が集まる場を」と、「本人のつどい」の立ち上げに尽力。



講演後、認知症サポーターステップアップ講座に参加された皆様から応援メッセージを頂きました！



高校で生徒の皆さんに特別講義を実施しました。



## みなさんへ



不安や悩みを一人で抱え込まないで、色々な人にとって自分の考えを伝えてみる。そうすると、様々な意見がもらえ、その中から自分に合った意見がみつき、道が開けてくるのではないのでしょうか。認知症は乗り越えていくしかありません。それぞれ自分に合った道を見つけて、進んで行ってほしいと願っています。

### こんどう ようこ 近藤 葉子さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



認知症の病気のこと、当事者の気持ちの理解はまだまだ知られていなくて、認知症は怖い病気、世の中の弊害だと信じている人たちの壁を取り壊していきたい。

#### 日々の暮らしや楽しみ



週3回通うデイサービスにて。いつも活動をアシストしてくれる方と一緒に。



ボランティア活動  
施設への慰問訪問をしています。



キャラバンメイトとして講師をしています。





ぐっ cafe でのひな祭り作品作り



私が作成した押し花作品

### 大使としての活動・活動で感じていること

体験を元にした紙芝居を作成し、県内市町村等で活用いただいています。



高校で生徒の皆さんに特別講義を実施しました。



市町村等からの依頼により、市民向けの講演会等で思いを発信しています。



## みなさんへ



認知症になってもまだまだその人自身の残っているやれること、やりたいことなど、能力を見つけて楽しく生きていけることを知ってほしいです。

# 京 都 府

## 京都府認知症応援大使

大使の人数 	7人	委嘱年度 >>	令和4年度 7人
紹介ページ 	京都府認知症応援大使 <a href="https://www.pref.kyoto.jp/kourei-engo/221207.html">https://www.pref.kyoto.jp/kourei-engo/221207.html</a>		
お問合せ先 	🔍 京都府健康福祉部高齢者支援課 ☎️ 075-822-3562 ✉️ houkatu5@pref.kyoto.lg.jp		

あだち ほん お  
**安達 春雄** さん



令和4年度委嘱時 70歳  
アルツハイマー型認知症  
京都市

いのうえ かずゆき  
**井上 和享** さん



令和5年度委嘱時 59歳  
認知症（疾患名未確定）  
京都市

しもさか あつし  
**下坂 厚** さん



令和5年度委嘱時 49歳  
アルツハイマー型認知症  
京都市

すざき きみえ  
**鈴木 貴美江** さん



令和4年度委嘱時 83歳  
アルツハイマー型認知症  
京都市

ひぐち きよのり  
**樋口 聖典** さん



令和4年度委嘱時 59歳  
アルツハイマー型認知症  
京都市

ゆき すえかず  
**幸 陶一** さん



令和4年度委嘱時 78歳  
軽度認知障害  
京都市



あだち はるお  
安達 春雄さんの日々の暮らしと活動



64歳の時、認知症の診断を受けました。  
「地域の中でもっと身近に人とつながれる場所が欲しい」という  
思いから、自宅ガレージを地域に開放し、シニア男性の会や、  
地域の子どもの自主的な学び・遊びを支援する団体などと  
共に「チーム！上京」として活動しています。

いのうえ かずゆき  
井上 和享さんの日々の暮らしと活動



58歳の時、認知症の診断を受けました。  
元大手機械メーカーでアジアを中心に勤務していましたが、  
認知症になっても就労を続けたいと、新たな仕事にも挑戦しま  
した。  
現在は、B型事業所に勤めながら、月2回の「若年性認知症  
本人交流会」に参加しています。

しもさか あつし  
下坂 厚さんの日々の暮らしと活動



46歳の時、認知症の診断を受けました。  
今の自分だからできることとして、認知症の自分から見えて  
いる社会を写真に収め、SNSを活用し社会へ発信。全国各地で  
写真展や講演会を積極的に行っています。

日々の活動



沖縄でのフォーラムに登壇しました。



## ひぐち きよのり 樋口 聖典さんの日々の暮らしと活動



58歳の時、認知症の診断を受けました。  
元大手自動車部品メーカーに勤務していました。  
京都府認知症総合センターにおけるものづくりの場「作業工房」に参加しています。

### 日々の暮らしや楽しみ



おれんじサロンでの本人同士の交流が日常の楽しみになっています。趣味（写真、ランニング、山登り、落語）も楽しんでます。

## しもさか あつし ひぐち きよのり 下坂 厚さん・樋口 聖典さんの大使活動について

### 大使になったきっかけ

普及啓発の活動をすることで、認知症のイメージを変えて、これから認知症になる人の不安を和らげたいと思います。

### 大使としての活動・活動で感じていること



山、谷はありますが、それなりにやりがいは感じています。  
参加された方のイメージが変わった様子を見ると良かったと思ひ、次のモチベーションに繋がっています。

認知症啓発プロジェクトに協力しています。

## みなさんへ



認知症になっても、まだまだできることはあります。  
認知症になっても、終わりじゃありません。



## すずき きみえ 鈴木 貴美江さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



大使になって幼稚園に入ったような私に務まるか不安も有りましたが、パワーあふれる前任の大使にお会いできて勇気をいただき、認知症になってもまだまだ元気で暮らせる事を皆さんにお伝えしたいです。

### 日々の暮らしや楽しみ



献立を考えてお料理を作る事が難しくなっておりましたが、手順を娘に聞きながら調理したり、お洗濯をしています。出来る事が有るのは嬉しいです。



皆さんに応援して頂いて念願の自転車に乗ったり、ボーリングをしたり昔のスコアより良い点が出てびっくりしています。



おれんじカフェ（認知症カフェ）でコーヒーを入れて配るお手伝いをしています。





京都市左京区岩倉地域での農作業・マルシェなどにも参加しています。



キモノワークショップ（おれんじカフェ）が自宅工房で開催だったので、私も染めを体験しました。



### 大使としての活動・活動で感じていること



高いところからお話しするのは緊張しますが、みなさんと一緒にお話しする事で、勇気を貰えたなどの言葉を頂き、逆に元気を頂きます！



## みなさんへ



忘れ物が多くなったなどの不安がある方が少しでも早く仲間や専門的に理解ある方に出会える様、一歩踏み出される事を願います。



## ゆき すえかず 幸 陶一さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



認知症になっても、悲観することなく、幸せに楽しく過ごせることを知って貰いたいです。

### 日々の暮らしや楽しみ



毎朝、家族が食べた食器を洗って、洗濯物を干しています。  
家族が帰ってくる前に、部屋を暖めて、洗濯物を取り込んで、  
晩ご飯を温めています。  
ゴミ捨てや、回覧板を回しています。



(長女と暮らす家から出て) 自宅に朝食を摂りに行き、役割を  
果たして、弁当とコーヒーを持ち帰り、睡眠や読書をして過  
しています。  
昼の弁当を食べ、徹子の部屋を見て、お菓子と水を持って散歩  
に出掛けます。



毎日の散歩「健康に長生きする為に、運動をする」  
散歩のルートは決めず、馴染みの喫茶店や図書館、トイレを  
借りにコンビニに寄る等して、3時間程(6,500歩)歩いて  
帰宅します。  
自宅に夕食を摂りに行き、役割を果たし風呂に入って、帰宅  
します。  
喫茶店のマスターとの会話やデイでのハーモニカ演奏など、  
色んな人と交流しています。孫の成長は楽しみです。



毎週決まったTV番組を、長女と一緒に観て、寝ています。  
(7時15分には起床し、21時までに就寝)  
(運動特化のデイに半日/午前中のみを利用を週2回)

## 大使としての活動・活動で感じていること



### 京都府のフォーラム

認知症応援大使になって、色々な講演を通して、色々な人と話をできるのは楽しいです。自分の思いを自分の言葉で多くの人に知って貰いたいです。認知症になっても、幸せに暮らすことができます。楽しいことがいっぱいあると伝えて、聞いてくれた人が元気になりました。「認知症になっても心配しなくてもいいんだ」と感想を寄せてくれたことを知って、伝えて良かったと思います。皆が「認知症になっても大丈夫なんだ」と感じてくれたことが嬉しいです。

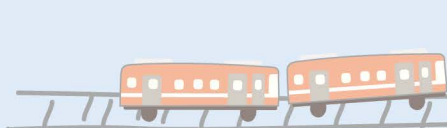
## みなさんへ



認知症になって、仕事を辞めて時間ができました。今では規則正しい生活と健康的な生活ができるようになりました。自分の好きなことを、好きなだけ楽しめるようになり、毎日が楽しくて、幸せです。これも認知症になって得られたことです。

(日常生活において) 困ったことは一切感じません。それは、家族や周りの人たちが、認知症を理解して支えてくれるからだと感じています。皆には感謝しています。そんな社会がどんどん広がればいいと思います。

支えてくれる社会があれば、楽しいと感じることがいっぱいできます。幸せを実感できます。





# 兵庫県

## ひょうご認知症希望大使

大使の人数 	1人	委嘱年度 >>	令和3年度 1人
紹介ページ 	ひょうご認知症希望大使の活動（当事者メッセージの発信等） <a href="https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf29/honninhasshin.html">https://web.pref.hyogo.lg.jp/kf29/honninhasshin.html</a>		
お問合せ先 	 兵庫県保健医療部健康増進課認知症対策班  078-341-7711  kenkouzoushinka@pref.hyogo.lg.jp		



ふるや かずゆき

古屋 一之さん

令和3年度委嘱時 63歳  
アルツハイマー型認知症  
三田市

ふるや かずゆき

### 古屋 一之さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ

- ・ 具体的にどのようなことをすればいいのかわからなかったの  
で、少し不安でした。
- ・ 正直、嬉しいとも思ったが、自分にできるだろうかという気  
持ちもありました。
- ・ 自分が経験したあの苦しいことをほかの人にしてもらわない  
ような社会にしたいと思います。
- ・ あとどのくらい生きられるかわからないから、やれることは  
少しずつやっていきたい。やれることをやったら、やれなかつ  
た分は他の人に「お願いね」と伝えていかないといけない。
- ・ 泣いたり笑ったりしたけど、次の人に話をしていく、伝えて  
いく。
- ・ 自分が経験した苦しみは、他の人には経験してほしくない。

## 日々の暮らしや楽しみ

町を歩いたり、出かける時が楽しい

## 大使としての活動・活動で感じていること



オンライン出席時



施設からオンライン出席



静岡県希望大使三浦さんと

### 「ひょうごの会」への出席

ひょうご若年性認知症支援センターにて、年5回程度開催されている「ひょうごの会」にオンラインにて出席。若年性認知症の方にとって大きな課題である、「就労」について当事者や支援者が集まり、話し合いを行っています。

### 認知症対策部会事前ミーティングへの出席

県主催で認知症対策部会事前ミーティングを開催。ご当事者とご家族に集まっただき、これまでの日々の暮らしの中で大切にしてきたこと、これからも続けたいこと、諦めたくないことについて話し合いました。(ミーティングでの意見は、認知症対策部会で紹介。)

会場の男性は、古屋さんの講演会を聴かれたことがあり、出会いが励みになり、発信活動を始められています。(前向きな姿勢の当事者が、後から続く当事者の支えになっていることを実感しています。)

### ソフトボール大会 in 静岡県富士宮市

2023年3月26日 ソフトボール大会に参加。  
残念ながら、雨のため交流会に変更となりました。

※静岡県の認知症希望大使 三浦さんが「わ～古屋さんだ！一緒に写真を撮ろう」と実現したツーショット。

## みなさんへ



認知症になるのは、自分が悪いからではない。  
残念ながら、持って生まれたもの。  
この切なさ、本人にはわからない。  
「やりたいことをやってみる。」これが大切。  
認知症になっても悪いことばかりではない。  
→そうでないと生きていけない。