

# 山口県

## やまぐち希望大使

大使の人数 	5人	委嘱年度 >>	令和5年度 5人
紹介ページ 	認知症本人大使「やまぐち希望大使」 <a href="https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/230397.html">https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/230397.html</a> 「やまぐち希望大使」メッセージ動画 <a href="https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/246192.html">https://www.pref.yamaguchi.lg.jp/soshiki/49/246192.html</a>		
お問合せ先 	📍 山口県健康福祉部長寿社会課 ☎️ 083-933-2788 ✉️ a13400@pref.yamaguchi.lg.jp		

いし い とも なり  
**石井 朋成** さん



令和5年度委嘱時 56歳  
アルツハイマー型認知症  
岩国市

むら か み けん じ  
**村上 健治** さん



令和5年度委嘱時 62歳  
アルツハイマー型認知症  
岩国市

なか さだ  
**中定 ひとみ** さん



令和5年度委嘱時 60歳  
アルツハイマー型認知症  
周防大島町

あ べ とし あ き  
**阿部 俊昭** さん



令和5年度委嘱時 63歳  
若年性認知症  
山口市

み ぎ た き ょ う こ  
**右田 京子** さん



令和5年度委嘱時 69歳  
レビー小体型認知症  
宇部市



「やまぐち希望大使」委嘱式（令和5年8月25日）



カフェふしの（山口市）



希望大使の動画撮影のために初めて会ったが、意気投合



あかりカフェ（岩国市）



山口県認知症カフェサミット



座談会「希望大使と考える認知症カフェ」に参加



いし い ともなり  
石井 朋成さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



市の広報に掲載された後、家族会の仲間に勧められました。

日々の暮らしや楽しみ



楽しみは、月1回、認知症カフェに近所のおばあちゃんに行くことです。

最近は会話が難しくなってきましたが、家族や知人など知っている人に会うと笑顔になります。



石井さんと村上さん（お花見）



息子さんと一緒に

大使としての活動・  
活動で感じていること

活動は、動画出演や認知症カフェへの参加、体験談の発信や取材を受けています。

（病気になっていなければ出会えなかった人達との繋がりが広がっていることに感謝しています。）

みなさんへ



病気を知られたくなくて外に出られず、不安に思っている方がおられると思います。私自身が外に出て話すことで気持ちが楽になったので、大変とは思いますが、勇気を出して外に出て仲間に出会ってほしいです。

むらかみ けんじ  
村上 健治さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



言葉が発信できないことが不安でしたが、家族会や認知症カフェに参加して、もっと色々な人に伝えていきたいと思います。

日々の暮らしや楽しみ

楽しみは、愛犬との散歩、夫婦で出かけることです。

大使としての活動・活動で感じていること



活動は、動画出演や認知症カフェへの参加、体験談の発信や取材を受けています。見ていただいた方から「良かったよ」と応援の声が聞かれた時に多少の手応えを感じています。

みなさんへ



病気のことを理解してもらえるように、偏見のない社会になるように、少しずつ伝えていきたいです。

なかさだ  
中定 ひとみさんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



できる限り、活動に参加をして協力していきたいです。



## 日々の暮らしや楽しみ

楽しみは、姉と外出したり、映画に行ったり、本人ミーティングや若年性認知症カフェで家族会の方々と会うことなどです。

## 大使としての活動・活動で感じていること

活動は、動画出演や認知症カフェへの参加、体験談の発信をしています。

## みなさんへ



認知症を理解してもらうのは、なかなか難しいと思いますが、少しでも分かってもらえたら嬉しいです。

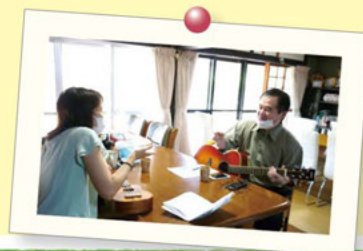
## あべ としあき 阿部 俊昭さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



2019年、丹野智文氏との出会いから、「本人発信」をしてみたいと思いました。そこから、少しずつ発信をしていましたが、この度は「大使」として委嘱をいただいて、さらに使命感を感じています。何ができるというわけではありませんが、ありのままの自分を伝えていきたいと思っています。

### 日々の暮らしや楽しみ



毎日の生活は寝たり起きたりとボーと過ごしていますが、楽しみは、月に1~2度認知症カフェにでかけることです。

1つのカフェでは、マスターとして好きなコーヒーを入れています。

また、本人発信の場があると喜んで出かけています。

## 大使としての活動・ 活動で感じていること



活動は、動画出演や認知症カフェへの参加、体験談の発信や取材を受けています。

活動は私の活力になっています。そこでの出会いを楽しみにしています。



認知症講演会（山口市）



世界アルツハイマーデーで記念講演会（萩市）



オレンジパワー活用セミナー（山口県）



## みなさんへ



認知症であっても新しく広げられる場があり、楽しいことや出会いがたくさんあります。一歩踏み出したら世界が変わります。前向きになることができ希望が湧いてきます。私がそうだったのですから。（本人談）

一歩踏み出すことに私も2年くらいかかりましたが、認知症カフェや本人の集いの場に出かけてみると自分らしく居ることができて、とても楽になりました。仲間に関わり、またサポーターの方々に話を聞いてもらったり、不安を抱えている家族もまた、家族同志で仲良くなっています。（家族談）



## みぎた きょうこ 右田 京子さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



グループホームに入居してから、認知症カフェやチームオレンジ交流会で自分の体験談を話す機会をもらい、認知症であることを自分の言葉で打ち明ける事が私にとっても病気を受け入れるきっかけになっていました。

やまぐち希望大使の推薦をいただいた時には、私に出来るか…不安とやってみたいという気持ちが半々でした。でも、失敗上等！という気持ちでチャレンジしてみようと思いました。

### 日々の暮らしや楽しみ



楽しみは、日課にしている新聞を読むことや、テレビ鑑賞、音楽鑑賞です。ネイルをしたりオシャレも大好きです。時々、家族が外出や外泊にも連れ出してくれることが気分転換にもなっています。

また、私に出来ることはしたいと思っているので、グループホームでのお手伝いもしています。新聞でゴミ袋を折ったり、食器洗いをさせてもらっています。



### 大使としての活動・活動で感じていること



私の話を皆様が聞き入れて下さることが幸せです。人と話をすることも好きなので、こんな私の話で役に立つのであれば“やりがい”に感じます。活動を通じた出会いが何かに繋がると良いなと思っています。

## みなさんへ



私は認知症になってから絶望も経験しましたが、自分が認知症を受入れられるようになってからすごく気持ちが変わりました。自分の気持ちの持ち方で変わると思ったので、今は前向きに生きていきたいと思っています。

# 徳島県

## とくしま希望大使

大使の人数 	2人	委嘱年度 >>	令和5年度 2人
紹介ページ 	認知症本人大使「とくしま希望大使」 <a href="https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippannokata/kenko/koreishafukushi/5009199/">https://www.pref.tokushima.lg.jp/ippannokata/kenko/koreishafukushi/5009199/</a>		
お問合せ先 	 徳島県保健福祉部長寿いきがい課  088-621-2202  <a href="mailto:choujuikigaika@pref.tokushima.lg.jp">choujuikigaika@pref.tokushima.lg.jp</a>		

ごとう みやこ  
後藤 美弥子 さん



令和5年度委嘱時 83歳  
アルツハイマー型認知症  
徳島市

しまだ とよあき  
島田 豊彰 さん



令和5年度委嘱時 50歳  
アルツハイマー型認知症  
藍住町



任命式の様子 (令和5年9月26日)





## 大使活動の様子



世界アルツハイマーデー記念講演会



家族介護教室での講演



権利擁護・成年後見セミナーでの講演



ショッピングセンターでの啓発キャンペーン



県広報誌の取材



## ごとう みやこ 後藤 美弥子さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



誰かのお役に立てるのであれば、喜んで引き受けようと思いました。ありのままの自分の思いを知っていただければ。

### 日々の暮らしや楽しみ



WORKS あい。毎週1回の活動に参加しています。同じく認知症とともに生きる方々との交流が、前向きな気持ちの原動力になっています。

## 大使としての活動・活動で感じていること



今後も自分にできることは、しっかりと協力し続けたいと思います。

## みなさんへ



ぜひ皆さんにも、自分の居場所を見つけてほしい。

## しまだ とよあき 島田 豊彰さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



仲間がいれば、自分のように絶望せず楽しく暮らせるんだということを知ってもらいたい。  
より多くの人に、認知症でも楽しく暮らせている自分のことを知ってもらい、希望をもってもらえるようにしたい。

### 日々の暮らしや楽しみ



WORKS あい。おれんじドア。家族会の仲間との集まりが何よりの楽しみです。



WORKS あい

おれんじドア





プライベートでは、時々近所の道の駅の足湯を楽しんだりしています。もともと温泉好きだったのですが、1人では入浴できません。

足湯だったら、気軽に夫婦一緒に楽しめるので気に入っています。

### 大使としての活動・活動で感じていること

いろいろな方に、「会って話を聞かせてもらって良かった。」「元気をもらえた。」と言っていただけで、誰かの役に立てる喜びを感じております。

## みなさんへ



WORKS あい、おれんじドア、縁の会、あいの会などの、いろいろな活動の場に来てみて下さい。いつも笑顔の希望大使や仲間達に会えますから。



# 香川県

## かがわ認知症希望大使

大使の人数 	1人	委嘱年度 >>	令和2年度 1人 ※令和4年度再任
紹介ページ 	かがわ認知症希望大使 <a href="https://www.pref.kagawa.lg.jp/choju/ninnchisyou/ninnchi/kiboutaisi.html">https://www.pref.kagawa.lg.jp/choju/ninnchisyou/ninnchi/kiboutaisi.html</a>		
お問合せ先 	 香川県健康福祉部長寿社会対策課  087-832-3271  choju@pref.kagawa.lg.jp		



し ど た に と し ゆ き  
志度谷 利幸 さん

令和2年度委嘱時 71歳  
アルツハイマー型認知症  
綾川町

### し ど た に と し ゆ き 志度谷 利幸さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



63歳の時に妻の勧めで受診し、若年性アルツハイマー型認知症と診断されました。その後、地域の交流の場である「育育広場」の仲間とともに保育所へ自作の木工製品を提供したり、全国・県内各地で自らの体験を伝える講演を行うなど、多方面にわたり活躍し、地域包括支援センターから大使の推薦がありました。



## 日々の暮らしや楽しみ



育育広場で  
E-Wa台作り

日々の暮らし

ラジオ体操、100歳体操、デイサービス、育育広場

楽しみ

週1回の卓球、食事（特に夕食は「おいしいね！」と言い合って）



真向法体操



妻と育育広場へ出かける。



アズイックゲーム



育育広場でアズイック作り

## 大使としての活動・ 活動で感じていること

県や町、また時折個人的にも依頼あり、妻と2人で出かけている。

出かけると、日常と違い、リアクションが出たり、それから2日間くらいは調子が良いです。

## みなさんへ



誰も皆、先の事はわかりません。

事実を受け入れ、普通に暮らして行けたら何よりと思っています。

# 愛媛県

## えひめ認知症希望大使

大使の人数 	2人	委嘱年度 >>	令和4年度 2人
紹介ページ 	えひめ認知症希望大使について <a href="https://www.pref.ehime.jp/page/11701.html">https://www.pref.ehime.jp/page/11701.html</a>		
お問合せ先 	 愛媛県保健福祉部生きがい推進局長寿介護課  089-912-2431  <a href="mailto:choujukaigo@pref.ehime.lg.jp">choujukaigo@pref.ehime.lg.jp</a>		

たかはし ひろこ  
高橋 弘子 さん



令和4年度委嘱時 78歳  
アルツハイマー型認知症  
四国中央市

みやわき まさる  
宮脇 勝 さん



令和4年度委嘱時 59歳  
アルツハイマー型認知症  
松山市

### たかはし ひろこ 高橋 弘子さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



自分の経験を伝えたり、いろんな人の話を聴いていきたい。

これからやっていきたいこと  
子どもたちと過ごした経験はとても印象深い。これからもお年寄り子どもが集える場に参加していきたい



## 日々の暮らしや楽しみ

平日はデイサービスを利用しています。お気に入りのソファでいつも寛いでいます。利用者さんやスタッフとお話するのが楽しみです。

デイサービスに通う途中の風景  
(弘子さんの好きな景色)



休みの日は息子と食事に出かけたりします。本人ミーティングや認知症カフェに参加しています。



本人ミーティングの仲間とお話したり、いろんなことに挑戦すること。

本人ミーティングへ電車でお出かけ



本人ミーティングで茶道



本人ミーティングでブルーベリーの収穫体験



認知症カフェで近所のお友達とお話したり、いろんな体験をすること（ジャム作り、陶芸体験、餅つきなど）。

認知症カフェで陶芸体験

## 大使としての活動・ 活動で感じていること



いろんな場に参加でき、新たな出会いがあってワクワクします。  
自分の話をたくさんの人に聞いてもらえるのは嬉しい。  
活動することで自分自身もパワーをいただけます。

四国中央市認知症にやさしい地域づくり講演会にパネリストとして参加。



四国中央市認知症地域支援ねっとわーくに参加



東温市の認知症カフェ（とうおん交流カフェきらきら）で講演



認知症ピアサポート研修会に参加  
（京都府認知症応援大使の下坂厚さんと交流）

## みなさんへ



人生笑わな損よ いつも明るく笑顔で過ごすのが一番！  
みんなで集まって楽しくお話ししよう♪



## みやわき まさる 宮脇 勝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、辛いことばかりではなく家族の理解や仲間がいれば楽しいこともある！ということをみんなに伝えたい。これから、楽しいことがたくさんありそうで嬉しい。
- ・ 同じ認知症の人の思いや愚痴を聞いて、元気づけたい。自分自身の経験を伝えていきたい。認知症になって、自宅にこもりがちになるのではなく、みんな外に行こう！と伝えたい。人前で話すことが好きなので、講演の依頼があれば受けたい。仲間とサイクリングや野球がしたい。

### 日々の暮らしや楽しみ



平日は週4回、就労Bでお仕事。  
週1回はデイサービスでリハビリ。



週末は趣味の自転車でサイクリングを楽しんでいる。

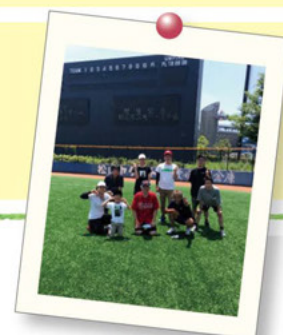


毎月開催している若年性認知症交流会（にじいろのかい）にはほぼ毎回参加。準備のお手伝い。



社会貢献活動として、仲間と一緒に毎年愛媛マラソンのグループボランティアに参加することも楽しみとなっている。

野球大会に参加（優勝しました！）



## 大使としての活動・ 活動で感じていること



各関係機関から依頼があった場合は、希望大使の声を発信している。希望大使になったおかげで、県下全域に出向いていろいろな地域の方と交流したり、地元の景色や美味しいものを食べることが楽しみとなっている。

会場の反応が良いとやりがいを感じる。アンケートでの評価が良いと希望大使になって良かったと感じる。また、希望大使の活動をメディアを通して知った昔からの友人と会うことができた。

薬剤師の認知症対応力向上研修での講演終了後のガッツポーズ



令和5年11月に開催された、全国希望大使交流会議に参加するために東京に行けたことも思い出の一つ。

名刺をもらえたことも嬉しかった。活動を通して、仲間が増えていくことが嬉しい。



宇和島市での講演の様子。

講演タイトルは「認知症になってもリア充で過ごす！」

## みなさんへ



認知症になって、家にこもったり、制限される日々を送るのではなく、どんどん外に出て活動したり、楽しいと思える日々を過ごせるように、自分自身の経験を踏まえ、伝えていきたい。「みんな外に出て楽しもうよ」「Lets enjoy life」。



# 高知県

## 高知家希望大使

大使の人数 	1人	委嘱年度 >>	令和4年度 1人
紹介ページ 	「高知家希望大使」(認知症本人大使) <a href="https://www.pref.kochi.lg.jp/doc/kochikekiboutaishi/">https://www.pref.kochi.lg.jp/doc/kochikekiboutaishi/</a>		
お問合せ先 	 高知県子ども・福祉政策部 長寿社会課 介護予防・地域支援室  088-823-9762  060201@ken.pref.kochi.lg.jp		



やまなか  
**山中しのぶさん**

令和4年度委嘱時 45歳  
アルツハイマー型認知症  
南国市

### やまなか 山中しのぶさんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



私には、家族もいますが、家族以外の支えも必要でした。だからこそ、その支えになりたいと思いましたし、私が診断を受けた当初に感じた絶望や、空白の期間を誰一人として感じてもらいたくないので、活動しています。これからも、元気で明るい姿をみなさんに伝え、希望に繋がるよう活動していきます。

#### 日々の暮らしや楽しみ

誰もがひとりを感じない居場所をつくりたいと、2022年、「でいさあびすはっぴい」を立ち上げました。



「でいさあびすはっぴい」では、秋にはミカン狩りの収穫のお手伝いに行っています。  
農福連携、みんなと農家さんのお手伝いをする事により、農家さんの人手不足に貢献しています。



講演活動がない日は、デイサービスで介護職員として勤務しています。経営者ではありますが、職員でもあります。  
はっぴいの仲間と一緒に居る時間も大切な時間です。



地元の最寄り駅で汽車待ち  
ごめんごめんごめん駅



息子と旅行！  
東北はヒヤイ  
思っていた以上にヒヤイ（寒い）



三男の野球観戦に母と一緒にいくのも楽しんでいます。  
子供たちのお誕生日は、家族みんなで集まりお祝いするのが幸せです。

## 大使としての活動・ 活動で感じていること



高知家希望大使 委嘱式





令和5年度から病院でのピアサポートを始めました！  
チーム一丸で頑張ります！



2022年6月  
「高知県若年性認知症の人と家族と支援者の会」の主催で小学校に認知症サポーター養成講座へ。  
子供達に伝える大切さを教えてもらいました。



2023年10月  
ADI アジア太平洋地域会議に参加してきました。  
海外からみた日本、日本からみた海外を勉強してきました。  
共に学びあうことの大切さを実感しました。



皆援隊チームを結成しました。  
それぞれ、みんながやりたい事を全力で協力するチームです。  
KOCHI ミーティングセンター、認知症カフェ・講演活動など、  
チームとして活動しています。

## みなさんへ



高知には素晴らしいキャッチフレーズがあります。【高知県は大家族やき】  
認知症は、誰もがなる可能性があります。自分が認知症の当事者、  
家族になってもいいよ、みんなで助け合い共に歩いていきましょう。私も  
みなさんが家族だと思っています。みなさんも私達を自分の家族のように、  
助けてほしい時、声が上げられる高知家にしていきましょう。





## 日々の暮らしや楽しみ



病状も重くなってきたので、ほとんど外出する事はなくなりましたが、県内の家族会（折り梅の会・はなみずぎの会・峠の茶屋・おれんじ語ろう会）との交流会が私の一番の楽しみです。

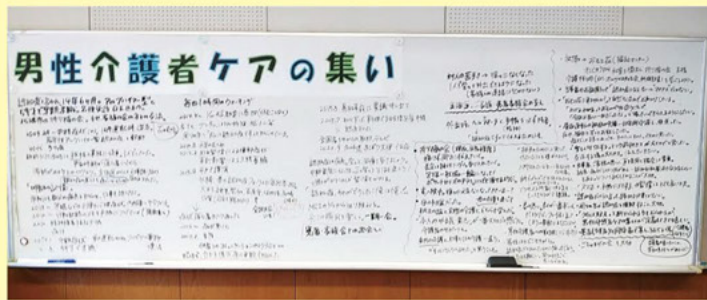
## 大使としての活動・活動で感じていること



長崎県の若年認知症フォーラムは毎回参加し、九州・沖縄地区交流会にも数回参加しています。また、地域からの講演依頼も受けています。

今後も講演やオンラインミーティングなどで、皆さんと交流していきたいと思っています。

## 男性介護者ケアの集い



## 九州・沖縄ブロック 本人交流会 IN 鹿児島に参加。



## 長崎県若年性認知症フォーラムに参加。



みなさんへ



認知症患者は一人一人病状は違い薬剤治療も未だまだですので、患者の治療方法は介護者家族関係者そして皆さんたちの患者の病状理解次第ですので、近くの患者家族会に入会して皆さんと交流して認知行動で頑張ってください。隠れ介護無しで人事天命。一期一会・一日一生で日常生活出来れば認知症は30年間は大丈夫ですので頑張りましょう。

たなかゆたか  
田中 豊さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



認知症の広報活動することによって、みんなの希望になる。

日々の暮らしや楽しみ



自転車に乗って写真を撮りに行く。



大使としての活動・活動で感じていること

地域での認知症の普及活動、認知症本人ミーティング活動は楽しくやっています。

みなさんへ



認知症は減るものもあるが、それだけではなく、認知症だからわかる事もあるし、沢山の仲間もできると思う。



みぞかみ ふみのり  
溝上 文徳さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



前頭側頭型の症状を伝えたい。

日々の暮らしや楽しみ



デイケアへ週5日通っている。  
毎日1曲（カラオケ）は歌っている。  
孫と遊んだり（気分良い時）



みなさんへ



本人の辛さ・家族の負担も大きいのでストレスを溜めないことが大事だと思います。

えはま まさし  
江濱 真司さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



大使として現在まで普及活動をしてきましたが、徐々に病気が進行しているように感じます。しかし、もし続けられるなら大使を続けたいと思っています。

日々の暮らしや楽しみ

家に帰って娘や母とたわいもない話をしています。食事は娘が担当で、私は食器洗いや掃除などの担当です。

大使としての活動・活動で感じていること

活動として、定期的に行われる障害者の集いに出席したりしています。しかし、頭痛が起きたりして参加できないこともあります。

みなさんへ



認知症の人でも、できることはあると思います。たとえ効率悪くても、是非見守ってほしいと思います。





# 熊本県

## くまもとオレンジ大使

大使の人数 	3人	委嘱年度 >>	令和4年度 3人
紹介ページ 	くまもとオレンジ大使（認知症本人大使）を任命しました！ <a href="https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/33/162765.html">https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/33/162765.html</a>		
お問合せ先 	🔍 熊本県健康福祉部長寿社会局 認知症施策・地域ケア推進課 ☎️ 096-333-2216 ✉️ <a href="mailto:ninchishouke@pref.kumamoto.lg.jp">ninchishouke@pref.kumamoto.lg.jp</a>		

たか かし ふ み よ  
高橋 富巳代 さん



令和4年度委嘱時 70代  
アルツハイマー型認知症  
産山村

た な か つ よ し  
田中 壮 さん



令和4年度委嘱時 70代  
アルツハイマー型認知症  
熊本市

ま つ も と ち か ら  
松本 力 さん



令和4年度委嘱時 70代  
アルツハイマー型認知症  
熊本市

たかはし ふみよ  
高橋 富巳代さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



自分にできることなら何でもやりたいです。

日々の暮らしや楽しみ



楽しみ～週4日デイサービスに行っています。ポール遊びや塗り絵など、嫌いじゃないです。知り合いもいるので楽しいです。

大使としての活動・活動で感じていること



認知症啓発イベントに参加しました。  
くまもとオレンジ大使でイベントを盛り上げました。

みなさんへ



認知症になって多くの人に助けられています。  
認知症のことをもっと知ってほしいです。



た なかつよし  
田中 壮さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



認知症であっても「元気であること」「生涯現役であること」を伝えたいです。

日々の暮らしや楽しみ



山登りや魚釣りなど体を動かすことや自然が好きです。大使の活動を通じて山登りの仲間も増えました！



熊本港で魚釣り



デイサービスでは毎回家事仕事の手伝いをしています。

大使としての活動・活動で感じていること



名刺交換でくまもとオレンジ大使をPRしています。



本人ミーティングの参加者の皆さんとミーティング前に畑仕事をし、交流を深めました。



認知症啓発イベント（くまもとオレンジすまいるフェスタ）で認知症の出前講座を行いました。



## みなさんへ



認知症のままでいいから、人から何を言われようと気にしないで、自分で何でも楽しんでもらいたいです。



まつもとちから  
松本 力さんの日々の暮らしと活動

大使になったきっかけ



現役時代に培った楽器演奏（ハーモニカ、トランペット）や音楽体操など、できないことは手助けしてもらいながら、活動したいです。

大使としての活動・活動で感じていること



認知症フォーラムに参加し、ハーモニカ演奏をしたり、CDの音楽に合わせて参加者の皆さんに体操をレクチャーしました。



認知症の診断を受けたばかりの方とボーリング大会で交流しました。



認知症イベントでの音楽会では、高校の合唱部の皆さんとハーモニカ演奏でコラボレーションしました。



みなさんへ



認知症は誰でもなる可能性があります。あまり気にしないで、楽しくいきましよう。

# 大分県

## 大分県希望大使

大使の人数 	4人	委嘱年度 >>	令和3年度 2人 令和4年度 2人
紹介ページ 	おおいた認知症情報サイトおれんじ <a href="https://orange-oita.jp/">https://orange-oita.jp/</a>		
お問合せ先 	 大分県福祉保健部 高齢者福祉課  097-506-2694  a12300@pref.oita.lg.jp		

<p>とうえ まもる <b>戸上 守</b> さん</p>  <p>令和3年度委嘱時 60歳 前頭側頭型認知症 豊後大野市</p>	<p>てらの きよみ <b>寺野 清美</b> さん</p>  <p>令和3年度委嘱時 66歳 アルツハイマー型認知症 日田市</p>	<p>しもだ てつや <b>下田 哲也</b> さん</p>  <p>令和4年度委嘱時 57歳 アルツハイマー型認知症 日田市</p>	<p>さとう あきら <b>佐藤 彰</b> さん</p>  <p>令和4年度委嘱時 72歳 アルツハイマー型認知症 日田市</p>
--	--	---	---

### とうえまもる 戸上 守さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



より多くの人に自分のメッセージ・活動を届けたいと思い、認知症大使をやっています。日々の生活は好きなことに集中する時間が必要だと思っています。認知症になると今まで出来たことが、出来なくなると言いますが、新しいことを覚えることもできます。私はパソコンをある程度使えます。認知症は「自分が好きなことは何か、自分らしく生きるチャンス」でもあるのかなと思います。



## 日々の暮らしや楽しみ



ゴルフの練習で、月2回練習場に行き、友達3人がコースに連れて行ってくれますので有難いです。スコアはつきません。



仲間と一緒に畑しごとをしています。



実家の田植えの手伝いをしています。



野球



ボクシング



ハロージョブズカフェで仕事をしています。



若年運輸で仕事をしています。

## 大使としての活動・活動で感じていること

私は認知症と診断された当事者の方の自宅に訪問させて頂くピアサポート活動をしています。症状がまだ軽い方が多いですが、中には症状が進んで、本人の意思を尊重した支援をすることが重要な方もいます。言葉による意思表示が難しい場合には、身振り手振り、表情の変化も意思表示として読み取る努力を行うことが大事だと思います。また、多くの方の前で、講演をさせて頂きましたが、今後も体調に気を付けて頑張ります。



別府市公会堂でのパネリストです。



東京有楽町でブライアンさんとお会いました。



佐伯市でオレンジウォークと講演に参加しました。



阿蘇市にお話に行きました。



厚労省さん・日本総研さんの認知症施策会議にオンラインで参加しました。



大分市神崎公民館でお話しました。





大分市市民講座に参加しました。



熊本県庁にお話に行きました。



全国版認知症希望大使に委嘱されました。



県看護協会さんでお話しました。



合同新聞さんの取材を受けました。

## みなさんへ



認知症になることは、こわいことではありません。たくさんある病気の中の1つです。病気があっても、人生は楽しめるはずです！

## しもだ てつや 下田 哲也さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



「先に病気になってしまった者」として、これからのいろいろなオレンジ体験を伝えたい。病気になって途方に暮れていた時にオレンジカフェや家族の会と出会い救われたので、同じようにこれからなってしまう人に手を差し伸べていきたい。

### 日々の暮らしや楽しみ



病気になって物忘れが多いので何でも携帯電話のカメラで撮影中です。消去を忘れ、カメラロールには3万4千枚の写真があります。取り付け式レンズでの接写撮影がお気に入りです。



虫や花卉などを撮影。田んぼで採ったタニシも繁殖させています。



「ひたオレンジカフェ」での私の役目はコーヒー係。コーヒーマシーンがあるので簡単ですが、紙フィルターで淹れたりもします。



EF80150S1 を調達すべきところを EG80150S1 で誤発注。「F」と「G」の違いで再発注。作業が2週間以上遅れ、第2号作成はギリギリで間に合いました。



## 大使としての活動・ 活動で感じていること



上津江村でのピアサポートに日田の仲間たちと参加



大牟田市ロータリークラブで講話、日本医師会横倉名誉会長にお会いしました。



由布市ステップアップ講座で講話、包括チームの方々と記念撮影

## みなさんへ



旅に病んで 夢は枯野を駆け巡る（松尾芭蕉）の心境でいる中で、  
病んだからこそ出来ることを積極的にやっていきたい。



## さとうあきら 佐藤 彰さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



自分でいいのだろうかという思いもありましたが、ありのままの自分をこれからも発信していきたいです。

### 日々の暮らしや楽しみ



#### 畑仕事

畑仕事で草取りをしたり土を耕してます。野菜を採ってお昼ご飯を食べるのが楽しみです。自分たちで取ったものは格別でありがたみを感じることが出来る。みんなで頑張ったものは良い！！汗をかいた後の家で飲むビールが最高！！



#### ウォーキング

ウォーキングを始めて元気になった。自分は高齢者だから歩けなくなる可能性があるが下肢筋力を現状維持できれば、テニスも続けられるし、何より家で飲むビールが最高！！



#### 野球

キャッチボールやバッティングをしています。汗をたくさんかいて家で飲むビールが最高！！



#### 筋トレ

腕立てをする事でテニスの打つボールが安定し出したとコーチから言われたからうれしい。体力はすべての活動の基本だから大事。筋トレした日の夜に家で飲むビールが最高！！

### 大使としての活動・活動で感じていること



仲間の悩み事の相談に乗ったり、新しく施設に来られた方に声をかけたり…講演活動を通じて、刺激をたくさん受けました。例えば地域によって、いろんな考え方があるんだ、と気づきました。認知症で落ち込んだことが、逆に自信となった気がします。





戸上さんと一緒に活動しています。



大使活動の楽しみは食べること



オンラインでの大使活動



デイサービスでのピアサポート活動

## みなさんへ



一歩踏み出す勇気が大事。家で引きこもってはいけないと思う。一歩踏み出せば違う世界が広がる。まだできると思える。だから皆外に出て汗をかいてまだ出来ると実感しよう!! ビールが美味しい!!

# 沖縄県

## 沖縄県認知症希望大使

大使の人数 	3人	委嘱年度 >>	令和5年度 3人
紹介ページ 	沖縄県認知症希望大使 <a href="https://www.pref.okinawa.lg.jp/kyoiku/koreifukushi/1007444/1022855.html">https://www.pref.okinawa.lg.jp/kyoiku/koreifukushi/1007444/1022855.html</a>		
お問合せ先 	🔍 沖縄県保健医療介護部地域包括ケア推進課 ☎️ 098-894-2152 ✉️ aa091201@pref.okinawa.lg.jp		

しんさと かつのり  
**新里 勝則** さん



令和5年度委嘱時 64歳  
前頭側頭型認知症  
うるま市

きやん なおこ  
**喜屋武 直子** さん



令和5年度委嘱時 62歳  
アルツハイマー型認知症  
うるま市

おおしろ かつし  
**大城 勝史** さん



令和5年度委嘱時 48歳  
アルツハイマー型認知症  
豊見城市

### しんさと かつのり 新里 勝則さんの日々の暮らしと活動

#### 大使になったきっかけ



一人でも多くの方が認知症を正しく理解出来たらいいなどの思いです。これからも認知症の啓発活動をしていきたいです。

#### 日々の暮らしや楽しみ

週3回、半日型のデイサービスで、運動をしています。毎日、洗濯物をたたんだり、時々、食事を作っています。音楽を聴くこととギターを弾くことが楽しみです。





土曜日の午後は洗車とトイレ掃除の有償ボランティアをしています。



### 大使としての活動・活動で感じていること



認知症と告知される前と、告知されてからの事を話しています。講演会后に「新里さんの話を聞いて良かった」と言われると、自分も嬉しくなります。



沖縄県認知症県民フォーラムで県民のみなさんへメッセージを発信しています。



R5年度第8回ゆんたく広場にしま～る



## みなさんへ



認知症になっても、人によっては発症前とあまり変わらない暮らしをしている人達もいることをわかってほしい。

## きやんなおこ 喜屋武直子さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ



一人でも多くの方が認知症を正しく理解できたらいいなという思いからです。  
これからも、認知症の啓発活動をしていきたいです。

### 日々の暮らしや楽しみ



理解ある人と話をすることです。  
当事者と知人、友人、認ともうるまのメンバーと一緒に BBQ を楽しんでいます。



デイサービスで仲の良い方との雑談を楽しんでいます。

### 大使としての活動・ 活動で感じていること



希望大使をやって良かったです。賞状がもらえました。



沖縄県認知症県民フォーラムで県民のみなさんへメッセージを発信しています。





市長表敬訪問、話ができただのも嬉しかったです。



## みなさんへ



もっと若年性認知症の人が集まれる場所を作ってほしいです。

## おもしろ かつし 大城 勝史さんの日々の暮らしと活動

### 大使になったきっかけ

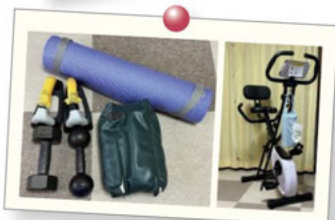


認知症に対するイメージを変えたいです。私達が話すことで認知症に対するイメージが変われば、認知症になっても自分らしく生きることは出来ると伝えたいと思います。認知症になっても仕事を続けることが出来ます。周囲の人の支えがあれば働き続けることが出来ると発信したいです。色々な企業を回り、働ける環境が作られるよう発信したいです。一人じゃない、まずは仲間と話してみませんか、と発信したいです。

### 日々の暮らしや楽しみ



週に3日勤務しています。仕事は大変だけど、同僚と他愛無い会話をするのが楽しいです。社会との繋がりも感じます。



週に1～3日の運動(筋トレ・エアロバイク・ストレッチ)は、仕事の体力づくりと脳の機能を少しでも長く維持するために行っています。



家族との外出。娘の部活の応援も楽しいです。  
娘の交通標語が選ばれ一緒に看板を書きました。

### 大使としての活動・ 活動で感じていること



沖縄市で診断されるまでの経緯、気持ち、周囲の支えのおかげで働ける、私らしく生きて行けると伝えました。  
ラジオ出演で仲間と免許返納について話しました。  
「もっと話が聞きたい」「たくさんの人に話してほしい」と言われてうれしかったです。「笑顔ありがとう……」本当にうれしい一言でした。



令和5年9月14日沖縄県希望大使委嘱式



豊見城市福祉講演会で講演



沖縄市キャラバンメイト連絡会で講演

## みなさんへ



認知症と診断された人、家族も自分達だけで悩まず、若年認知症支援コーディネーターさんや仲間に相談して下さい。若年認知症支援コーディネーターさんが精神的、経済的な負担を減らす支援方法や助言を行ってくれます。仲間と話せば孤独感も和らぎ、仲間も同じ苦労があると共感し、生きる希望が見えてきます。誰もが笑顔で安心して暮らせる街になるようにみなさんと一緒に考えて行きませんか。私たちは仲間や社会と繋がり、自分らしく笑顔で生きています、暮らしています。



# 認知症本人大使「希望大使」

一人でも多くの方が希望をもって、地域でともに生き生き！

※「希望大使」は、厚生労働省が認知症施策推進大綱に基づいて創設し、任命しています。

ふじた かずこ  
藤田 和子さん



令和5年度任命時 62歳  
若年性アルツハイマー型認知症  
鳥取県 鳥取市

看護師として働いていた45歳の時、診断される。現在、「一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ」代表理事。

**認知症になっても自分らしく暮らせる地域にしたい、そんな地域をつくりたい！**

12年前から地元で活動を続けてきました。これからも活動の輪を広げていくために、全国各地で「認知症とともに生きる希望宣言」を伝え、その地域の本人たちが前向きに生き、仲間をつくり、社会に参加していく後押しをしていきたいと思っています。

たんの ともふみ  
丹野 智文さん



令和5年度任命時 49歳  
若年性アルツハイマー型認知症  
宮城県 仙台市

自動車販売会社でセールスマンとして活躍していた39歳の時、診断される。

**認知症の本人1人1人が笑顔になる活動を続けていきます。本人を応援し続け、本人だからこそできる活躍の場を地域の中に増やしたい！**

認知症の本人が自身の体験や経験をもとに、当事者の相談を受ける「おれんじドア」を地元の仲間と運営しています。国内だけではなく、国際アルツハイマー病協会（ADI）国際会議等にも積極的に参加し、発信しています。

かきした あさお  
柿下 秋男さん



令和5年度任命時 70歳  
アルツハイマー型認知症  
東京都 品川区

東京教育大学（現筑波大学）在学中、モントリオールオリンピックに出場。青果会社就職中にMCIの診断受け、1年半後62歳で退職。

**認知症であってもなくても暮らしやすい社会を地域の人たちと作る！ 楽しくやってみましょう！**

診断を受けてから絵を始め、昨年は初めて個展を開きました。地域の仲間と一緒に、みんなの談義所しながら、ミーティングセンターめだかの会、本人ミーティングなどを楽しみながら行っています。他に、清掃活動や地域見守り活動などの社会貢献活動や、就労訓練なども行っています。



すのほら けるこ  
**春原 治子**さん



令和5年度任命時 80歳  
アルツハイマー型認知症  
長野県 上田市

教職を定年退職後、小学校の授業支援や地域初の放課後児童広場を立ち上げる。認知症診断後も特養ボランティアや地域活動を継続。

**物忘れが始まって自信がなくなっているのに、できることや大切にしていたものを奪われると切ないと思いますよ!** (家族の困りごとの相談を受けて)

認知症であることを公表し、当事者として本人や家族、近隣住民等の相談にのっています。

わたなべ やすひら  
**渡邊 康平**さん



令和5年度任命時 81歳  
脳血管性認知症  
香川県 観音寺市

日本電信電話公社(現NTT)の機械課職員、50歳から観音寺民主商工会に勤務。72歳で診断される。

**相談を通して、立ち直り活躍する仲間、次に続く仲間を増やしたい!**

平成19年から三豊市立西香川病院の非常勤相談員として勤務。院内の認知症カフェに通う当事者の認知症を抱えながら生きる不安や悩みを聴き、自分らしく生きる姿をみせながら、認知症になってもよりよく生きるための支援をしています。地域や県外で認知症に対する社会啓発のための講演等、積極的に活動しています。

すずき きみえ  
**鈴木 貴美江**さん



令和5年度任命時 84歳  
軽度認知症  
京都府 京都市

義母が認知症を発症、夫も二度の脳梗塞後遺症で高次脳機能障害を発症し、2人の介護を長女と共に担った。義母、夫を看取った後、75歳で診断される。令和4年から京都府認知症応援大使。

**誰かのお役に立つことが私の元気の源になっています。周りのみなさんに支えて頂き今とても幸せで、感謝の気持ちで一杯です!**

診断後、引きこもりがちになりましたが、主治医の先生から認知症カフェの手伝いを勧められ、農作業・マルシェなどに参加し、現在の活動につながりました。

とうえ まもる  
**戸上 守**さん



令和5年度任命時 63歳  
前頭側頭型認知症  
大分県 豊後大野市

38年間地方公務員をしていたが、56歳頃からもの忘れと体調不良があり診断される。その後、退職。令和3年度から、大分県希望大使

**一人でも元気になる人が増えてほしい! 認知症があってもなくても、同じ社会の一員としてともに暮らせる地域をつくっていききたい!**

もともとは話し下手でしたが、県内外で自分の体験と日々の活動を発信しています。大分県の認知症のピアサポート事業の相談員として、県内の全市町村に出向いて仲間を勇気づけています。



## わたしたちの暮らしと活動 地域版希望大使 2023年度

令和5年度老人保健健康増進等事業

認知症地域版希望大使の普及促進と活動強化に関する調査研究事業

発行：一般社団法人日本認知症本人ワーキンググループ

発行日：令和6（2024）年3月

