



認知症

あなたは 今どんな気持ちで毎日を過ごしていますか？
 笑って過ごしていますか？ 自分らしく過ごしていますか？
 そしてなにより...幸せですか？

認知症という診断を受けて「よかった！」と
 思える人はいないかもしれないけど、

もしも『終わった』と思っている人がいたら、僕はこう言いたい。

「終わってなんかいないよ

新しい**人生の始まり**だよ」って。



あなたは、**患者**でもなくて、

できない人でもなくて、**かわいそうな人**でもなくて、

診断を受けたその瞬間から、そう認知症

「経験者」

僕も同じ**経験者**。

前向きになるまでに時間はかかったけど、
 今は**認知症になって経験したこと**
 や感じたこと、思ったことを、伝える活動をしているよ。

あら... 那样的？



どうしてかって？

だって経験がない人は **経験した人**に聞きたいでしょ？

認知症になった人だって同じでしょ？



わからないことや不安だと思うことは

経験者から学ぶ。

ずっとずっと昔から人は、そうやって助け合いながら生きてきたんだ。

認知症ピアサポートは

認知症経験者が、同じ認知症経験者を支えることで、
 悩みや不安を軽減し、明るく前向きな生活を送ることができる。
 また、「誰かの支えになる。」という役割を持つことで
 認知症になっても生きがいをもつことができる。
 お互いの体験を共有することで支え合い取り組みです。

あなたは認知症「経験者」として何を伝えたいですか？

あなたにしかできない「**経験**」を誰に伝えたいですか？

すっぴん!!
今日から新しい
人生の始まりです
一人ぼっちじゃないよ!!
僕らも同じ
経験者



福岡県保健医療介護部高齢者地域包括ケア推進課

受託法人 特定非営利活動法人 たすけ愛京築

～ 監修 ～

一般社団法人 認知症当事者ネットワークみやぎ

代表理事 丹野 智文

福岡県若年性認知症サポートセンター

福岡県中間市保健福祉部 日本イラスト通訳・コーチ協会

介護保険課 原 舞 ついてる合同会社
代表 山崎 史香

認知症になた
あなたへ

認知症ピアサポート



福岡県認知症ピアサポート
活動支援事業

ひとりで悩まないで
この冊子があなたの
お守り になりますよーに