

「『認知症』-ともに生きるやさしい社会」を 実現するための希望のメッセージ

2019年5月16日

認知症関係当事者・支援者連絡会議

全国若年認知症家族会・支援者連絡協議会

男性介護者と支援者の全国ネットワーク

認知症の人と家族の会

レビー小体型認知症サポートネットワーク

認知症の人、家族、支援者がかかわる全国にひろがる当事者団体から、国民の皆様へ「認知症」に関する以下の項目について、ご理解とご支援をお願いいたします。

認知症は、誰でもなりうる現実があり、誰でも認知症の人の介護家族や支援者になる可能性があります。国民のひとりひとりが認知症を自分の問題として引き寄せて考えてください。認知症になっても安心して暮らせるやさしいまち、暮らしやすい世の中をつくるために、一緒に知恵と力を出し合いましょう。

1. 認知症のことを正しく知り、認知症の人と家族を理解してください

- 認知症のことをよく知らないことから生じる誤解や偏見で、認知症の人や家族が苦しんでいます。認知症のことを正しく知ってください。
- 認知症は高齢者に限らず年齢に関係なく発症するものです。認知症には、アルツハイマー型認知症、レビー小体型認知症、血管性認知症、前頭側頭型認知症をはじめ、その他数多くの種類があります。そのため症状も異なるので、ひとくくりにせず人それぞれであることを知ってください。
- 認知症と診断されても、すぐに病状が悪化するわけではありません。悲観しすぎずに暮らしていけるなら、それが病状の進行予防にもなることを知ってください。

2. 認知症の人の支援とその家族支援は車の両輪であることを踏まえ、それぞれの悩みを知ってください

- 認知症の人が安心して生活していくためには、認知症の人と、その人を支える家族の心と体の健康と、経済的にも社会的にも安定した生活が不可欠であることを知ってください。
- 認知症の人を支える家族が、認知症の人と寄り添うときのさまざまな悩みや苦しみを知ってください。そして、多様な介護者の状況（介護者の属性として男性、独身者、高齢者、若年者、疾患・虚弱、就労者、子育て中等の多様な状況、また、複数人を介護している、遠距離で介護をしている等、二つ以上の複合的な問題を抱えている場合等）による困難の違いがあることを知ってください。
- 介護は誰もがができる単純な行為ではありません。介護家族と介護専門職、それぞれの立場の違いを理解し、尊重し、介護という役割の専門性と価値を社会として保障していきましょう。

- 3. 認知症と診断される前から最期のときまで、個人の尊厳が守られ、切れ目ない幅広い支援をお願いします**
- 認知症診断前後には、休職・退職を悩む人も多いことから、企業内で産業医等の助言を受けながら就労の継続の工夫をすること、また退職後には地域の中で孤立しないよう認知症カフェなどの居場所への参加や役割を持つことを支えてください。認知症が進行して認知症の人ができることが少なくなっても、できることを支え、やりたいこと、楽しみを見つけて、支え合える関係を支援してください。
 - 日常生活や重要な決め事の場面では認知症の人の意思を可能なかぎり受けとめてください。医療においても診療を受ける権利があり、選択する権利があることを忘れないでください。また、医療・介護の現場において、身体拘束は尊厳を奪う行為であることをわかってください。
 - 認知症の人が事故や事件の被害にあったときには被害が最小限になるように、事故や事件をおこしたときには問題や影響が最小限になるように支援してください。
- 4. 認知症のことを気軽に相談できる場所をもっと増やして、認知症のことを誰もが気軽に話せる気風をつくりましょう**
- 認知症カフェやつどいなどに、認知症の人や家族とともに、認知症にかかわらない人でも誰もが気軽に参加して、ともに認知症の理解を深めていきましょう。そして、地域の中で認知症を語るときには偏見を持たずに話していきましょう。
 - 認知症に関するさまざまな団体が企画する認知症サポーター養成講座や研修会に積極的に参加して、ともに理解を深めていきましょう。
- 5. 皆さんの身近なところから認知症にかかわる様々な支援の輪をひろげ、一緒に認知症にやさしい社会をつくっていきましょう**
- 認知症にかかわる講座や介護講座を、すべての官公庁、すべての企業で実施していきましょう。若い世代から認知症を理解して対応できるよう、すべての小中学校／高校／大学／専門学校で認知症にかかわる講座を実施していきましょう。
 - 地域の中で、認知症の人が気軽に安心して利用できる移動手段を一緒に考えていきましょう。
 - 災害時に認知症の人が混乱しないように、また介護している家族が孤立しないように、日ごろから認知症の人やその家族と声を交わしてつながっていきましょう。
 - あなたの企業や町内で、認知症の人と一緒にできることを考え、ともに実行していきましょう。
- 6. 認知症の診断や治療、認知機能が低下しても暮らしやすい生活環境の整備など、今後の技術革新に関心を持ち注目していきましょう**
- 認知症の完治への道を諦めず、治療薬、予防薬の開発を期待しましょう。また、診断技術の向上、開発、ケアの技術・質の向上がすすむことを期待し、発言していきましょう。
 - 自動車運転に替わる移動手段やシステムの開発、環境デザインの工夫などにより、認知症があっても自由に安全に移動できる社会をつくっていきましょう。
 - 介護という役割の専門性とその価値を高めつつ、介護負担が軽減される技術革新を期待し考えていきましょう。