

認知症 希望のリレーフォーラム

in 北九州

ともに生き生き暮らせるまちを一緒につくろう!
～希望大使とともに、みんなでアクション～



2026年1月30日 北九州国際会議場

主催：厚生労働省

共催：北九州市

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ

プログラム

時間	内容	登壇者(敬称略)
13:30	ごあいさつ	<ul style="list-style-type: none">厚生労働省老健局 認知症施策・地域介護推進課 課長補佐 梅本 裕司北九州市保健福祉局 地域共生社会推進部長 田中 直子
13:40	1.本人座談会 	<p>オープニング 小倉祇園太鼓の演奏 *沼田 賢一郎・眞由美、大住 章二、大住 純子、勅使河原 航、 ト藏 百合子</p> <ul style="list-style-type: none">北九州市 沼田 賢一郎全国版希望大使、大分県希望大使 戸上 守高知家希望大使、JDWG代表理事 山中 しのぶ <p>応援役：認知症介護研究・研修東京センター 副センター長 永田 久美子</p>
14:35	休憩(15分)	
14:50	2.リレートーク 	<p>近隣のまちの本人、活動パートナーから</p> <ul style="list-style-type: none">福岡県福岡市：田村 寿美子、党 一浩福岡県苅田町：坂口 透、上村 尚之大分県：吉川 浩之山口県：阿部 俊昭長崎県：福田 人志 <p>進行役：山中 しのぶ、戸上 守</p>
15:30	閉会	

1. 本人座談会 登壇者紹介



沼田 賢一郎さん
北九州市在住

- ・診断されたときは苦しましたが、せっかく認知症になったのだから、認知症の先駆者になりたいと思いました。
- ・家族交流会に妻と参加し、そこで「希望大使」のことを知り、「認知症とともに生きる希望宣言」にも励されました。皆様との出会いが私に生きる希望を与えてくれました。
- ・明るく前向きにいきていける歓びを皆さんにお伝えしたい！ 知っていただきたい！
- ・自由な心と明るい笑顔を取り戻し、生き生きと前向きに「私もがんばろう」と思える輪をみなさまと一緒に広げていきたい。
- ・先輩方から受け取ったバトンを一人でも多くの方に渡したい。



週4回通っているデイサービス「ふらっとハウス」は、安心して過ごせる、居心地のよい場所。

書写も得意！



子供のころに出会った小倉祇園太鼓。20代から60代まで夢中になりました。

認知症になってから、家族会の仲間に祇園太鼓のことを伝えたら、太鼓チームができました。

演奏会に来てくれた小倉祇園太鼓保存振興会の方ともつながり、さまざま支援いただいています。



自己紹介

地方公務員を38年間していた。

56歳のとき、もの忘れと体調不良があり、認知症と診断を受け退職。

診断後は落ち込んで、約1年間引きこもっていた。



戸上 守さん

全国版希望大使／大分県在住

自分らしく暮らせるデイサービスで仲間に出会い、「自分にもやれることがある」と前を向けた。今は認知症の方30人とリハビリ・活動を行っている。同社が立ち上げた事業所で運輸関係の仕事もしている。

2019年、大分県から受託してピアサポートを開始！

自宅など、本人が話しやすい場に、本人が行き、じっくり話す。

ひきこもっていた本人も外に出て、戸外でのびのび相談も。

ピアサポート活動は7年間で210名を超えた。



本人と医大生、院生、教授、ドクターと野球。普段見れない表情がたくさん！

同年から、大分県によるピアソポーターの養成も始まり、現在、県内で約30名のピアソポーターが活躍。医師会や介護専門職との野球等の交流・関係づくりから、県内のオレンジドクターや認知症疾患医療センターなどでもピアサポート活動を展開。

本人参画がまだという地域で、地元の本人が声を出せるように、後押し、応援する仕組みなどに期待します！

みなさんへ

- 私も始めはしんどかったです。
- 今は、たくさんの仲間に出会い幸せです。
- 私も仲間達も、悩んだり、落ち込む日もありますが、同じ想いの仲間と一緒に前へ進んでいます。
- 今日の1日は、今日だけ、今を大切に過ごしていきたいです。
- みなさんも一緒に今を楽しんでいきましょう☆



山中しのぶさん

高知版希望大使／高知県在住



笑顔で前向きの認知症の先輩に出会い、希望と勇気をもらう。

認知症疾患医療センターでのピアサポートだけでなく、まちなかのバーなど、本人と家族のなじみの場で、本人と家族を笑顔にしている。

法人を立ち上げ、デイサービスを運営。
地元企業と契約を結び、メンバーがやりたいこととマッチング。
洗車、清掃のほか、農家でのみかん狩りなども。

2. 本人、活動パートナーによるリレートーク 登壇者紹介

福岡県 福岡市から

どんな仕事も前向きにチャレンジしています！
仕事を通して色々な方と出会いたいです！
(福岡市のオレンジ人材バンクに登録し、企業の実証実験の参画やフレンドリーセンターでの勤務など活躍中)



田村 寿美子さん 党 一浩さん

福岡市認知症フレンドリーセンター センター長

認知症の人から学び、社会をもっとよくしたいです！

福岡市では田村さんははじめ、多くの認知症のある方が活躍されています。

福岡市認知症フレンドリーセンターに遊びに来てください♪

福岡県苅田町から



坂口 透さん



趣味は、JR全般が好きです。一番好きな電車は蒸気機関車でした。昔は撮鉄でした。乗車することも大好きです。

①いまやりたいこと

今は日帰り旅行ならできるので、日帰り旅行(山陰地方)に普通列車で旅をしたいです。

②こんなふうに暮らしています

妻の付き添いで、病院に月に一度行っています(認知症予防薬)、仕事に週3日出でます。仕事内容は施設内の清掃や認知症力フェの行事の手伝いをしています。また、施設内で将棋や山崩し等を入所者の方としています。

③最近、楽しかったこと

中学からの友達に大分(高塚地蔵尊)にドライブに連れて行ってもらった。昔話や今の現状(気持ち)を話すことができてよかったです。

* ドライブに行ったきっかけは？

友達に認知症のことをお話をしたら「それなら久しぶりにドライブにでも行こう！」となりました。



上村 尚之さん
社会福祉法人白寿会
認知症地域支援推進員

①いまやりたいこと

ピアサポート活動ができる場所を創りたい。

②普段の仕事

苅田町で認知症地域支援推進員会をつくって、3つの地域包括支援センターの推進員さんたちと協力して、認知症の啓発活動やイベントの企画や運営をしています。

③これからの目標

坂口さんと協力して、認知症を発症しても希望を持って暮らせる地域づくりに取り組んでいきたいと思います。



大分県 大分市から

戸上さんと一緒に旅をしています。良い日も悪い日も、笑ってます！

戸上さんと一緒に、ピアサポート事業を盛り上げたいです。



吉川 浩之さん

有限会社なでしこ 代表取締役

山口県 山口市から

毎日の生活は、寝たり起きたりと単調な生活をしていますが…

月1回認知症カフェでマスターをして、コーヒーを淹れています。

時々お呼びがかかると、出張もしています

コーヒーを淹れている時は気合いが入ります



阿部 俊昭さん

やまぐち希望大使

長崎県 佐世保市から

当事者主体のカフェ「峠の茶屋」は毎月開催しておりますが、今年の1月で10周年を迎えることができました。

福田と中倉で始めましたが、たくさんの仲間に支えられたから続けることができました。

苦しいことや嬉しいこと、つまづきながらも乗り越えてきた仲間に感謝、感謝です。

これからも皆さんと笑顔で語り合ったり、歌やギターを弾いたりと、日々コツコツと楽しい時間づくりを続けていきたいと思います。
これからもよろしくお願ひします。



福田 人志さん

壹行の会



働いているデイサービスで、クリスマス音楽会。

峠の茶屋の仲間たちと、手話でもりあげる。

(半年前から勉強したけれど、手話はむずかしかった～)



会場では、生け花、書写、写真、絵などをなど、本人によるさまざまな作品を展示しています。
ぜひ、ご覧ください！

<参考資料>

希望大使について

- 厚生労働省は、認知症の人本人からの発信の機会が増えるよう、認知症になっても希望を持って前を向いて暮らすことができている姿を積極的に発信している認知症本人7人を「希望大使」として任命しています。
- 「希望大使」は、国が行う認知症の普及啓発活動への参加・協力、国際的な会合への参加、認知症とともに生きる希望宣言の紹介等に取り組んでいます。
- また、全国それぞれの地域で暮らす認知症の人と共に普及啓発を進める体制を整備し、本人発信の機会を拡大することを目的に、都道府県ごとに「地域版希望大使」の設置を目指しています。
- 2025年12月末時点で26都道府県において約100名の「地域版希望大使」が任命され活躍をしています。



「新しい認知症観」について

- 「認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができる」という考え方です。
- 「認知症になったらなにもわからなくなる、なにもできなくなる」といったこれまでの考え方を、「新しい認知症観」に変えていくことが、ともに自分らしく暮らし続けていくための大手一本です。
- 希望大使をはじめ、各地で活躍する本人たちが、自らの姿と声を通じて、「新しい認知症観」の実感的理解を広げています。

●「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」

認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に發揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生する活力ある社会である共生社会の実現の推進を目的として令和6年1月1日に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。

●「認知症施策推進基本計画」

基本法に基づき、令和6年12月3日に閣議決定。

前文で「認知症の人本人の声を尊重し、「新しい認知症観」に基づき施策を推進する」と明記されています。

詳しくは厚生労働省ホームページをご覧ください。



本人とともに
「希望のリレー」のバトンをつなごう

2026年1月30日