

令和7年度 老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業
中・重度の認知症の人の本人発信・参画に関する調査研究事業

自治体担当者・関係者向け

「本人の声」を起点とした 地域づくり・計画作りの手引き

～中・重度の認知症の人の思いと力も生かそう～

概要版

一般社団法人 日本認知症本人ワーキンググループ

この概要版のねらい:自治体担当者・関係者の皆様へ

- 「共生社会の実現を推進するための認知症基本法(以下、基本法とする。)の施行から2年余りが経過しました。認知症施策を進めるうえで、認知症本人の声を起点にすることは必須であり、本人の声を施策に反映していくことは、**共生社会の実現に向けた重要な基盤**です。
- そのために、全国各地の自治体で本人の発信や参画を推進する動きが活発になってきていますが、軽度の認知症の人に偏りがちであり、『中・重度の人の発信や参画は難しい』『それは無理』という担当者の声も多く聞かれています。
- この冊子は、「軽度の人はもちろんのこと、中・重度になってからも本人が発信・参画しながら、よりよい地域づくりや施策・計画づくりをともに進めていく」ことを、行政が推進・実践していくための指針やポイントを示した手引きの概要版です。
- この手引きを、地域で暮らす**中・重度の人たちの声も生かしながら、ともによりよく暮らせる地域をつくる施策(特に、今進めておられる次期の計画づくり)**を進めていく参考にしていただけたら幸いです。
- 行政担当者・関係者のみなさまが**中・重度の本人の声に耳を澄まし、本人とともに進む姿勢を示すことは、地域のさまざまな人たちに「新しい認知症観」の理解を実際に広げていく大事なきっかけにもなります。**

* この概要版及び手引き本体は、令和7年度に実施した「中・重度の認知症の人の本人発信・参画に関する調査研究事業(老人保健健康増進等事業)」で実施した調査や検討の結果をもとに作成しました。

本人の声とは

- 「本人の声」と聞くと、会議で意見を述べることや言葉で意思を伝えることを思い浮かべがちです。しかし、認知症の人の声(思い)は言葉だけに表れるものではありません。
- 中・重度の認知症の人は、言葉だけでなく、言葉にならない声、表情やしぐさ、視線、行動、人との関わりの中で見せる反応など、多様な形で自らの意向を発信しています。

全国各地で中・重度の人が発信・参画して暮らしやすいまちを一緒に創っています



本人ミーティングで



認知症カフェで



グループホームの運営推進会議で



サロンで



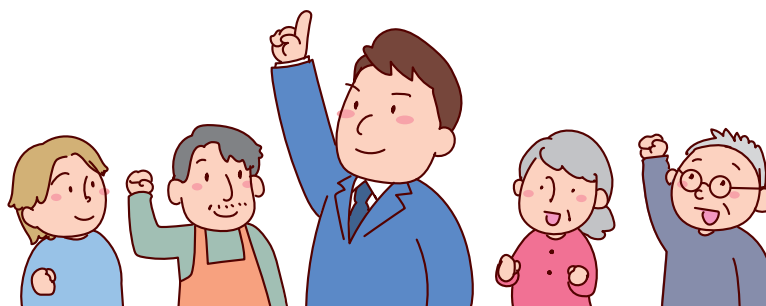
戸外の活動で

わがまちの認知症施策・計画づくりにおける3つの指針

～指針を掲げ、関係者等にも共有しよう～

- 1 中・重度を含むすべての認知症の本人の発信・参画の可能性を重視し、施策推進の出発点とする
- 2 本人の声を施策づくりの中心に置き、現場での対話と協働を深める
- 3 本人の思いが早期から最期まで、継続して生かされる仕組みを整える

- 各自治体が施策・計画づくりを進めていく上で、まず指針を明確にすることが重要です。
- 指針は、計画の策定だけでなく、その後の実行段階や日常の取組において、医療・介護・福祉等多様な専門職や、本人、家族、住民、企業、行政等が、同じ方向を向いて協働するための大切な羅針盤となります。
- 認知症を自分事としてとらえ、軽度の時期はもちろん、中・重度になってからの暮らしまで見据えた指針を掲げ、関係者や住民等と共有しながら、施策・計画づくりや日常の取組をともに進めていくことが大切です。



- * 指針を具体化していくために、7つのポイントがあります。これらのポイントを、自治体担当者から行政内や地域の関係者にも伝えていただき、できることを話し合いながら、認知症が中・重度の人も含めた本人発信・参画を一緒に進めていきましょう。
- より詳しい情報は、令和7年度「『本人の声』を起点とした地域づくり・計画作りの手引き」をご参照ください。

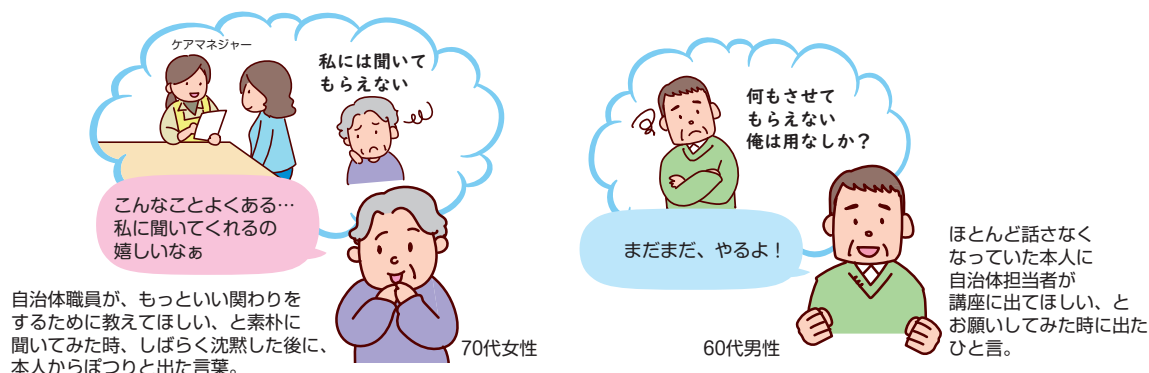
中・重度の人も含めた本人発信・参画を進めるためのポイント

ポイント1

「本人は暮らしやすい地域をともに創っていく大切な一員」という認識の共有を

- ・ 本人たちは、一足先に認知症を経験している当事者であり、よりよい地域や施策・計画づくりを具体的に進めていくための欠かせない存在（協働者）です。
- ・ 中・重度の認知症の人、言葉にならない声や表情、行動、しぐさなどを通じて、自分なりの思いや意向を示しています。こうした多様な表現を「地域の一員としての声」として受け止めることが大切です。

気づけるのは、私たち本人



ポイント2

組織内で意識合わせをしよう

- ・ 担当者が動きやすくなるためには、同僚や上司、組織全体で、今、認知症施策で何が目指され、何が重視されているのか、方向性や考え方の意識合わせをすることが欠かせません。
- ・ 特に認知症についての考え方（認知症観）が古いままだと、本人発信や参画についての施策や取組が進展しません。基本法の理念や「新しい認知症観」を、部署内や組織全体に繰り返し伝え、浸透を図っていきましょう。
- ・ 中・重度の認知症の人の声（思い）はとらえにくいので、担当者個人の気づきだけでは組織内での共有が難しいこともあります。担当者が耳にした本人の声（思い）をありのまま書き起こしたり、本人等の許可を得て写真や映像などで本人の言動をビジュアルに見える化して、実感的な理解と共有を図っていきましょう。国や他の自治体、JDWG等が既に作成している本人参画の冊子や動画等の資材も、フルに活用しましょう。

組織内で理解や協力を広げていくには、本人の声と姿の「見える化」が重要



ポイント3 本人との関係を築こう

- ・ 軽度の人はもちろんのこと、中・重度の人にとって、安心できる関係づくりは、発信や参画をするうえで何より重要なことです。
- ・ なじみのない場所や形式的な場では思いを表しにくいのは当然です。本人がいる場に出向いて、自然な交流をすることから少しずつ関係をつくっていきましょう。本人がふだん過ごす場に身を置くと、自然な姿や声に触れる機会になります。
- ・ 本人をよく知るなじみの人やケア関係者の存在は、自治体担当者が関係を築く際の大きな助けとなります。関わり方や本人が好む話題、声が出やすい場面等について情報共有をしてもらい、相談しながら関わりを深めていきましょう。



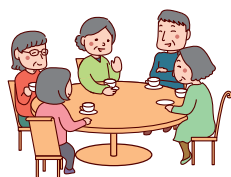
自治体担当者が日頃から事業所の行事に参加し、交流



グループホームの運営推進会議に参加し、職員や本人と話し合う

ポイント4 本人の声を様々な場面で聴く・対話し生かそう

- ・ 本人の声を聴くことができるのは、会議等に出席する場面だけではなく、地域で本人が集まる機会や、担当者やケア関係者等が日常の中で本人と出会う接点、調査など、地域の状況に応じて多様な場面で声を聴くことができます。あらためて地域をよく見て、多様な場面を活かして声を聴く機会を作りましょう。
- ・ 認知症が中・重度であっても、日常の言動や表情などを通じて多様な「声（思い）」を表しています。こうした表現を、本人の発信として受け止める視点が必要です。
- ・ 本人が発した声や反応を、担当者や関係者のみで話し合ったり解釈してしまうのではなく、声を手がかりに本人と（楽しく）対話しながら、その声の真意やもっと伝えたかったことなどを、ていねいに確認してみることが大切です。



本人ミーティング



本人相談会、ピアサポートの機会



自治体の相談窓口
地域包括支援センター



認知症カフェ



会議や委員会等

ポイント5

本人自ら参画したいと思える配慮や工夫をしよう

- ・ 担当者からだけでなく、なじみの支援者と協力しながら、「こういうまちにしたい」とビジョンを繰り返し伝えることで、意欲が湧いて自分もやってみたい、という様子に変わっていく場合もあります。
- ・ 一人だと参画に尻込みしていた人が、同じような仲間と一緒になら、「(参画して) いいよ」と前向きになる人がたくさんおられます。一足先に無理なく楽しそうに参画している人に出会ったことで、「自分にもできるかも」「自分もやってみたい」と動き出す人も少なくありません。担当者や関係者だけからの声かけではなく、すでに参画を始めている本人から「一緒にやろうよ」と一声かけてもらうことが効果的です。

<本人同士の力を生かそう>

(地元の高校球児を) 応援したい! 私も! オレも!



毎年、千羽鶴を折って応援してきた高校球児たちが、事業所に野球部員全員でお礼に来てくれた。本人同士で盛り上がり、次々と、声援、激励のアクションが起こった。

(地域密着型サービス)

まだまだ伝えたいことがある…



特養で暮らす本人が、元々参加していた地元のサロンに出かけた。同じ地区で暮らす本人が声をかけると、ふだんは話さない本人が、思いがけない言葉や姿を表した。

(特別養護老人ホーム)

複数の本人が継続的に参画



テーマについて話し合い、日頃感じていることなど、それぞれの個性や力を発揮しあえた。

(市の計画策定のワーキング)

参加してみたい!



グループホームに暮らす本人に、会議について紹介すると参加の意向を示し、一緒に参加。自己紹介、日頃感じていることを笑顔で話してくれた。

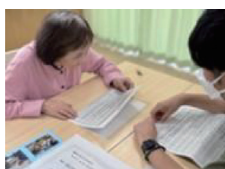
(市の認知症施策に関する情報共有・検討の場)

ポイント6

本人が発信しやすい環境づくりに取り組もう

- ・ 認知症が中・重度の人は、軽度の人よりも環境の影響を受けやすいため、地域の現状や本人の実際の様子確かめながら、本人の発信に障壁(バリア)になっていることを具体的に見つけて取り除いていくこと(バリアフリー)が必要です。
- ・ 本人にとってのバリアの主なものに、情報のバリア、物理環境のバリア、意識・認識のバリアがあります。自分の地域に潜んでいるバリアを本人と一緒に見つけて、一つ一つ取り除く工夫をしていきましょう。
- ・ 発信のバリアとして最も大きいのが、「認知症だからできない」「中・重度だから無理」といった意識・認識のバリアです。担当者自身が新しい認知症観に切り変えながら、組織内や地域、特に中・重度の本人を日々支えている医療・福祉・介護関係者の認知症観の刷新を継続的に図っていくことが、本人発信が進展するための重要な素地になります。ケア関係者は中・重度の本人の発信・参画のための大切な存在です。

水平の関係で!



本人が理解しやすいよう、資料をわかりやすく工夫。一つ一つゆっくり説明し、意向を確認。(打合せ場面)

発信しやすく応援!



本人のふだんを知るなじみの職員が同行し、発言しやすいよう、わかりやすく問いかけ、意見を引き出す。(委員会)

発信をさりげなくサポート!



パートナーが、事前に討議内容について話し合い、意見を引き出しメモ。発言しやすいよう、メモを置きながら、さりげなくサポート。(本研究事業の委員会)

ポイント7

本人の思いを早期から受け止め、記録し、暮らし・地域・計画に生かし続ける仕組みをつくろう

- 自治体担当者やケア現場の関係者は、本人が中・重度になってからその人に初めて出会うことも多く、その人の思いをとらえるために苦慮することが多いのが現状です。本人はいきなり中・重度になったわけではなく、元気な頃や認知症が早期の頃は、日常の中で語ったり、場合によっては日記等を記したり、本人なりの思いを表していたはずで。
- 中・重度になる前のできるだけ早い段階、場合によっては認知症になる前の頃から、本人が思いや望む暮らし方を表せる機会をつくり、それらを本人とともに関係者が文字や写真、動画などで記録に残し、本人と関係者が共有しておくことがとても重要です。
- 各自治体の担当者と地域の多種多様な専門職、地域の支援者が声をかけ合って集まり、認知症を自分のこれから先のこと（自分事）として考え、日々の実践や連携のあり方を見つめ直す機会を作りましょう。



早期から本人の話を聞く



記録する



関係者や部署内で共有



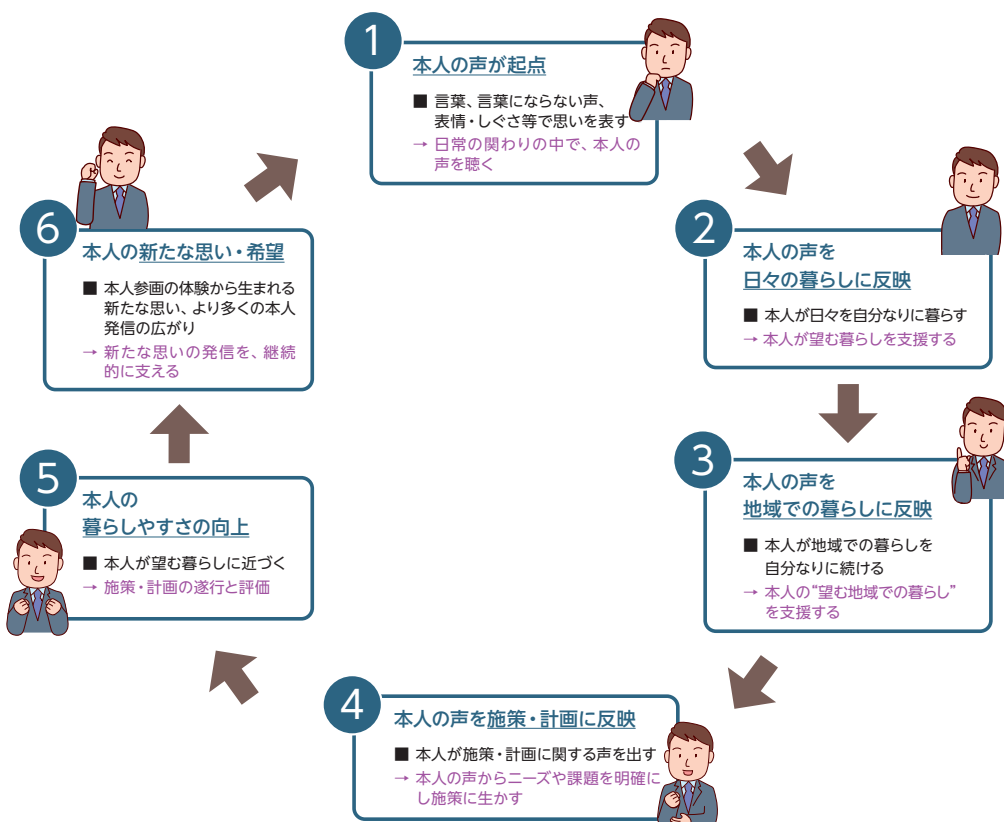
中・重度になってからも



計画等に反映

現在は、基本法をもとにして、次期計画を策定し、本人の声を起点とした仕組みづくりをスタートさせる好機です

本人参画を焦らずに、ステップを大切に あなたのまちでも、本人発信・参画の循環を生み出そう！



中・重度の人も含めた本人発信・参画のポイント

ポイント1 「本人は暮らしやすい地域をともに創っていく大切な一員」
という認識の共有を



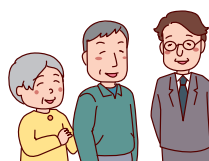
ポイント2 組織内で意識合わせをしよう

本人たちの声を
聴くことから
始めよう！



私たちが早く転換して、
みんなを楽にしよう！

ポイント3 本人との関係を築こう



ポイント4 本人の声を様々な場面で聴く・対話し生かそう



本人ミーティング



本人相談会、
ピアサポートの機会



自治体の相談窓口
地域包括支援センター



認知症カフェ



会議や委員会等

ポイント5 本人自ら参画したいと思える配慮や工夫をしよう



ポイント6 本人が発信しやすい環境づくりに取り組もう



そうか～！
もっと自分の思いを
出していんだ。



俺、ホントは
いろいろ
思ってるんだよ～。

ポイント7 本人の思いを早期から受け止め、記録し、暮らし・地域・計画に
生かし続ける仕組みをつくろう



早期から本人の話を聞く



記録する



関係者や部署内で共有



中・重度になってからも



計画等に反映

令和7年度 老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業
中・重度の認知症の人の本人発信・参画に関する調査研究事業
『「本人の声」を起点とした地域づくり・計画作りの手引き
～中・重度の認知症の人の思いと力も生かそう～』

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8（2026）年3月