



認知症でも

やったるで…!



多くの人に知ってほしい！ 「おれんじサロン ひと・まち」を

「自分と同じ病気で苦しむ人たちに 笑顔と元気を届けたい」
「認知症というフィルターをはずして 自分たちをみてほしい」

若年性認知症本人交流会

「おれんじサロン ひと・まち」(本人ミーティング)で語られた

本人たちの思いから、

このフォトブックを作成することになりました。

本人たちの思いが、当事者をはじめ、

一人でも多くの人へ伝わり

認知症に対する先入観や偏見が

少しでもなくなることを願います。





「チーム上京!」の
取り組みが始まったことを、
みんなに報告



いろんな話を共有することで、
みんなが前向きな気持ちになることができる

Facebookページを作りました!







🍊 オンラインを楽しもう!



いろんなデビューがありました



コロナ禍で会えなくても、こころはつながっています…

🍊 顔を合わせて、声をかけ合って





実力以上の結果だったのでしょ
うマジ喜んでます！

二人同じ方向を
見ていられたらいいですね



やったるで～!

よっしゃ～、こい!



たまに、仲間と卓球で体を動かすのもいいね～
疲れるけど(笑)



同志

嬉しい、頼もしい出会いでありました

嬉しい、頼もしい、お互いがつらい時でも

分かり合える わたしたちも同志です

🍊 楽しく交流しよう!







ゆるゆるフットサルとモルックを体験
青空のもと、仲間とともに楽しみました！

認知症でもやりたいことはある
やりたいことは どんどんやればい











🍊 認知症になっても なんでもできるんです！



「チーム上京！」の取組

NHK 厚生文化事業団第5回「認知症とともに生きるまち大賞」本賞受賞



コロナの影響で

地域とのつながりが途絶えてしまった
認知症当事者の思いを、
本人ミーティングで聴いたことから始まりました。

地域の中で、認知症のある人とともに考え、
実現に向けて
ともに活動する市民のつながりを作っていければと、
「チーム上京！」が動き出しました。



NHK厚生文化事業団第5回

「認知症とともに生きるまち大賞」特別賞受賞

「未来への出発(京都発) 駅カフェ」の取組



外出ができない認知症の人々と共に
もう一度何ができるかと
認知症当事者と公共交通機関の職員を交えて
語りあい、再出発







山

山

山

山

山

山

山

山

山





認知症になったけど
まだまだやれること、やりたいことはある



できることやりませんか
一緒にやりませんか

下坂 厚さん



京都市在住。
令和元年8月に46歳で若年性認知症アルツハイマー型認知症の診断を受ける。
現在は、デイサービスセンターで正職員のケアワーカーとして勤務。
同じ認知症の人の力になりたいと、SNSで日常のワンシーンを切り取った写真とともに、当事者目線で前向きなメッセージを発信している。



Facebook



Instagram



YouTube

厚生労働省
認知症本人大使
「希望大使」

本冊子は、下坂さんにご協力いただき作成したものです。

若年性認知症本人交流会 「おれんじサロン ひと・まち」 (認知症カフェ)



運営：京都市長寿すこやかセンター

※65歳未満で発症する認知症を若年性認知症といいます。

「おれんじサロン ひと・まち」(本人ミーティング)では、
認知症ということばに縛られてあきらめていたことや
これからやりたいことなどを、
「いいね!」「やってみよう!」と実現に向けて、
みんなで話し合っています。
ひとりでは難しいことでも、一緒にやろうという仲間が、
そこにはいます。

※本人ミーティングとは、認知症の本人が集い、
自らの体験や気持ち、社会に望むことを話し合う場です。

- | | |
|---------------|--|
| 🍊 開催日時 | 毎月第2・4水曜日
午後2時00分～3時30分
※会場等の都合により変更する場合があります。 |
| 🍊 開催会場 | ひと・まち交流館 京都
※内容等により会場変更や
オンラインで開催する場合があります。 |
| 🍊 運営・
問合せ先 | 京都市長寿すこやかセンター
電話 075-354-8741 |



おれんじサロン
ひと・まち
Facebook



「チーム上京!」
Facebook
グループ

発行

**社会福祉法人 京都市社会福祉協議会
京都市長寿すこやかセンター**

住 所：〒600-8127

京都市下京区西木屋町通上ノ口上る梅湊町83-1
「ひと・まち交流館 京都」4階

電 話：075-354-8741

F A X：075-354-8742

U R L：<http://sukoyaka.hitomachi-kyoto.jp>

E-Mail：sukoyaka.info@hitomachi-kyoto.jp

令和4年3月発行