

2025（令和7）年度沖縄県若年性認知症支援推進事業
若年性認知症本人交流会・本人ミーティング「同士の会」 報告書

1. 日時：2026年1月28日(水)12時～16時

2. 場所：南部本所

3. 参加者：合計3名 本人1名、支援者2名

目的：若年性認知症の本人同士が自らの体験や希望、必要としている事を語り合い、自分達のこれからのよりよい暮らし、暮らしやすい地域のあり方を一緒に話し合う場づくりを目指す。

4. 実施の経緯

今回の本人交流会は、直前にOさんが体調不良で欠席することとなり、参加者がPさんだけになりました。以前から、「皆でカラオケに行きたい」というのがPさんのやりたい事でした。今日、やりたい事の実現が出来れば…と思いつつ奥様に連絡を取り、提案を伝え確認したら「本人も喜ぶので是非連れて行って欲しい」と要望がありました。Pさんは高校時代にバンド活動をしていた経験があり、音楽はご本人にとって昔から大切なものでした。一方で、Oさんは発症後、リズムをとることが難しくなっていたこともあり、カラオケは苦手そうな印象…実際、後日確認したところ、「カラオケは遠慮したい」「自分は体を動かす活動のほうがよい」と話されており、活動に対する希望や心地よさは一人ひとり異なることを改めて感じました。

そうしたことから、今回はPさんの希望に沿って、カラオケ活動を実現できる機会となりました。迎えに行くとPさんはバンドのLIVE衣装を着て待っていました。その姿からは、これまで大切にしてきた音楽への思いや、今日の意気込みが感じられ、より印象深かったです。

5. 当日の様子

当日は、Pさんのための会の実施となり彼のペース配分で、進めることができました。音楽を通してその曲や歌詞への思いを語り合い、自然と会話や笑顔が生まれるひとときとなりました。ライブ衣装で参加されたPさんの姿はとてもカッコよく、お店に来店していた他のお客さまから「芸能人ですか？一緒に写真とらせて」と囲まれて周囲を華やかにさせていました。好きな曲については、Pさんご自身でスムーズに挙げることができ、“大切な音”が本人の中にしっかりと息づいていることが感じられました。一方で、カラオケ機器の操作については支援が必要であり、支援者がそばで一緒に確認しながら進めました。また、すでに歌った曲を忘れてしまい、同じ曲を再び選んでしまう場面があり、「同級生から『また同じ歌を歌って』と言われる」と、そのことを思い出したようで、忘れてしまう事を気にしているような発言が聞かれました。支援者が、「私は好きな歌なら何度でも歌いたいですよ！」と声をかけると、Pさんは「そうですね」と答え笑顔に…。支援者にとっても、Pさんが音楽に触れながら自然な表情を見せ、一緒に音楽を嗜む時間を共有出来た事は、非常に貴重な時間でした。活動をともしる中で、言葉だけではなく、表情やしぐさ、佇まいからも、その人らしさが伝わってくる場面が多くありました。

6. 交流を通して見えてきたこと

今回の会を通して改めて感じたのは、認知症があっても、その人が大切にしてきたことや好きだったこと、人生の中で積み重ねてきた経験は失われるものではないという事でした。Pさんにとって音楽は、単なる趣味ではなく、自分らしさを表現する大切なものであり、彼の”生き様”をととも感じました。

好きな曲をすぐに思い浮かべることができる一方で、機器の操作や歌った曲を覚えておくことには支援が必要な場面もありました。「出来ないこと」だけに目を向けるのではなく、「自分で難しいことをどんなサポートをすればやり遂げられるのか？」必要な支援があれば、仕事も楽しみもその人らしく継続出来たりします。

Oさんの「自分は体を動かす活動がよい」という言葉からもわかるように、同じ“当事者”であっても、望む活動や心地よいと感じる過ごし方は一人ひとり異なります。そのため、支援する側があらかじめ活動内容を決めてしまうのではなく、ご本人の希望や得意なこと、大切にしていることを丁寧に確かめながら、その人に合った場をつくっていくことの大切さを改めて感じました。

今回の取り組みは、認知症を「できなくなること」だけで捉えるのではなく、その人が何を大切にしてきたか、どのように生きてきたか、何に喜びを感じるかに目を向ける機会となりました。このエピソードは、若年性認知症本人発信のFMラジオ(おれんじカフェ)の中でもPさん自身で楽しかったと話し、とても盛り上がりました。ご本人の希望に寄り添い、その人らしさを大切にしたい今回の取り組みはまさに『新しい認知症観』ではないでしょうか…。

7. 今後に向けて・まとめ

今回の会は、一人ひとりに焦点を当てやりたいことを実現する丁寧な寄り添いの支援だったと振り返ります。今後も、交流会を企画する際には、人数や形式だけにとらわれるのではなく、参加される本人一人ひとりの希望や背景、大切にしてきたことに目を向けながら、その人に合った内容を考えていくことを大切にしていこうと思います。

追記)先月ご案内した「認知症の人と家族の会 沖縄県支部」の出張“ひまわりカフェ”が1月17日(土)に名護市で開催され、若年性認知症本人の参加も求められたが…就労の日程と重なったりしてこの会からの参加は出来なかった。



以上