



京都府

三重県



熊本県



奈良県



福井県

# 9月は 世界アルツハイマー月間

国際アルツハイマー病協会（ADI）と126の国と地域の加盟団体が認知症への正しい理解が進むことを目的に世界中で啓発活動を行っています。日本では当会が中心となり、全国各地で啓発リーフレットの配布や記念講演会、動画配信などを行っています。

また、6月に成立した「認知症基本法」では、9月を認知症月間、21日を認知症の日と定められています。

## LIVE! ライトアップ 2023

放送開始 2023年9月21日(木) 19:00~

各地のライトアップを中継して  
YouTubeでライブ配信!



<https://bit.ly/WAD20230921>

## どなたでも入会できます



全都道府県に支部があり、  
会員10,000名の団体です。



年会費 ● 正会員個人 5,000円  
賛助会員（1口） 10,000円

活動内容・各地のつどいなどの情報は  
当会ホームページをご覧ください。

家族の会

検索



公益社団法人  
認知症の人と家族の会

代表理事 鎌田松代

〒602-8222 京都市上京区清明町811-3 岡部ビル2F  
TEL (050) 5358-6580 FAX (075) 205-5104  
Eメール ● office@alzheim.or.jp  
Web ● <https://www.alzheimer.or.jp>



認知症の電話相談（通話無料）

0120-294-456 携帯・スマホからは  
050-5358-6578  
(通話有料)

〈支部連絡先〉

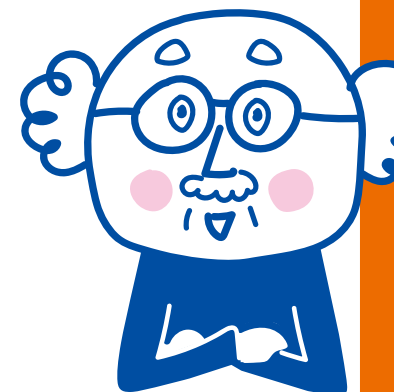


illustration by yagi / PIXTA



# もっと知ろう もっと語ろう

にん ち しょう  
認知症



## 9月21日は 世界アルツハイマーデー

認知症になっても安心して暮らせる社会を



公益社団法人  
認知症の人と家族の会

Alzheimer's Association Japan



[alzheim.or.jp](http://alzheim.or.jp)



[fb.com/kazokunokai](https://fb.com/kazokunokai)



[@kazokunokai](https://twitter.com/kazokunokai)

この  
取り組みを  
続けて30年目



国際アルツハイマー病協会提唱

後援/厚生労働省

# 他人事から、自分事に

2025年には、65歳以上の高齢者の5人に1人が認知症になると見込まれ、その数は700万人と推計されています。このリーフレットを手に行っているあなた、大切な家族や友人、近所の人、誰にとっても、認知症は身近になってきています。

誰もが認知症を自分事としてとらえ、認知症を知り、備え、人とつながることが大切です。



## 知る

認知症についての正しい知識を得ましょう。認知症の早い気づきや受診、適切な対応につながります。

### 認知症の人の声

職業柄、認知症の知識があったので、変化に早く気づきました。診断を受けショックでしたが、誤った情報で苦しんだり、一人で抱え込むことはありませんでした。

## 備える

生活習慣病の予防をしたり、趣味などを楽しんだりしましょう。家族に自分の意思を伝えておくことも大切です。

### 介護家族の声

年を重ね、記憶力・判断力の低下を感じたのか、日頃から私たちに相談したり、考えを聞かせてくれていました。診断後も本人の意思を尊重できるように心がけています。

## つながる

人との交流を心がけ、自分や家族だけで、悩みを抱え込まないようにしましょう。

### 認知症の人の声

診断直後は誰にも言えず、うつ状態になってしまいました。思い切って認知症の人同士の交流会に参加してから、本音を吐き出し、前向きになりました。

## 認知症になっても安心して暮らせる希望ある社会を目指して

今、認知症基本法が成立し、認知症の原因に作用する新薬の承認が期待され、医学や認知症の人の意思を尊重したケアなどが、進歩しつつあります。また、行政・企業・団体などが連携して、認知症にやさしい地域づくりがはじまっているところもあります。

子どもから高齢者まで、一人ひとりの認知症への理解があいまって、認知症の人や家族だけでなく、誰もが希望を持てる社会が実現することを目指しています。



## 安心して暮らすためのヒント

認知症の人や家族が

当会では、当事者ならではの視点で、様々な認知症に関する冊子やパンフレットを作成しています。



ダウンロードはこちらから

[https://www.alzheimer.or.jp/?page\\_id=58391](https://www.alzheimer.or.jp/?page_id=58391)



## メールマガジン配信 2023年7月スタート!

認知症を知って、備えて、つながる、無料のメルマガをお届けします。

お申し込みはこちらから



## クラウドファンディング 実施中! (2023年9月~11月)



孤立する認知症の人や介護家族をゼロに! 当事者の繋がりを守り続けたい  
<https://readyfor.jp/projects/ninchishoukoritsuzero2023>