

RUN伴+(プラス)福岡市エリア2023

RUN伴(ランとも)とは認知症の当事者や家族、支援者、一般の人が少しずつ、リレーしながらタスキをつないでいく全国的な認知症啓発活動！
みんなで、ひとつのゴールを目指して、想いの詰まったタスキを届けます！

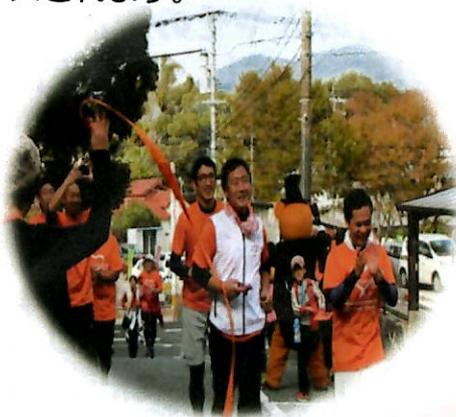


認知症の人が活躍

RUN伴+(プラス)はみんなそれぞれが主役です。認知症になっても出来ることは人それぞれなので、参加スタイルは歩きや車椅子、応援のみもOKです。ご家族やお友達と、お揃いのTシャツを着て、みんなでワイワイ楽しんでください。認知症の人のパワフルな姿は、周囲も元気にしてくれます。

地域の人との出会い

認知症の人と一緒に参加することで、初めて認知症の人と出会う人もいます。参加者同士がご近所で顔見知りになることもあり、『あの時に一緒だった〇〇さん』と道ですれ違うこともあるとか。日常での声掛けが広がれば、認知症の人や家族にとって、普段の暮らしに安心がプラスされます。



地域が動き出す

まちとまちをつなぐ認知症の方との活動は、普段の生活道路を通るため、ランナーの休憩所やタスキの中継地点など、開催に向けて地域の協力が欠かせません。準備を進めるうちに、『自分が認知症になっても、このまちで暮らせるために日頃から何が出来るだろう』と地域づくりについて集まる機会が増えるまちも出てきています。

認知症の当事者の方やご家族の温かい応援団

認知症があっても、正しい理解とちょっとした助け合いがあれば、『あきらめることよりも、やれることが多くなる』みなさんの、普段温かい声や手助けが、認知症の方や懸命に介護をしているご家族の温かい勇気や大きな力になるのです。私たちが認知症になっても安心して暮らせる『まち』を一緒につくってみませんか！

主催:RUN伴+2023福岡市エリア実行委員会

後援:福岡県(予定)福岡市 社会福祉法人 福岡市社会福祉協議会
公益社団法人 認知症の人と家族の会福岡県支部



みんなで認知症のことを考えてみよう！

Q. 認知症になったらどうなるの？何が変わるの？

A. 認知症になっても、その人自身の心は変わりません

認知症になると、忘れやすくなったり行動に時間がかかったりすることもあるけど何もかも出来なくなる訳ではなくて、自分で出来ることもたくさんあるんだよ。

変わってしまうのは、まだ正しく認知症のことを知らない人たちの、偏見や勘違いなどによる“周囲の見る目や態度”かもしれないね。

本人の出来ることまで代わりにしてあげるのではなくて、少し時間はかかっても、一緒に失敗したり、笑ったり、悩んだりする、良き理解者(伴走者)が必要なんだよ。

困ったことがあれば『助けて』と言える地域、困った人がいればそっと手を差し伸べてあげられるような温かい地域になれば、認知症であってもなくても、私たち自身も幸せに暮らしていけるかもしれないね。



認知症サポーターとは

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

認知症サポーター養成講座は、地域住民、金融機関やスーパーマーケットの従業員、小、中、高等学校の生徒など様々な方に受講してもらっています。

福岡市の認知症サポーター養成講座

福岡市でも「認知症サポーター養成講座」を開催しており、福岡市での情報をHP上からも確認することが出来ます。



認知症サポーターに期待されること

- ① 認知症に対して正しく理解し、偏見をもたない。
- ② 認知症の人や家族に対して温かい目で見守る。
- ③ 近隣の認知症の人や家族に対して、自分なりにできる簡単なことから実践する。
- ④ 地域でできることを探し、相互扶助・協力・連携、ネットワークをつくる。
- ⑤ まちづくりを担う地域のリーダーとして活躍する。

全国認知症サポーターキャラバンHPより抜粋

RunTomo+

RUN伴+2023福岡市実行委員会