

認知症の本人の声を 施策・事業運営に活かしていくためのヒント

～全国の実践から～

令和7年度 厚生労働省老人保健健康増進等事業
『認知症施策推進のための市町村支援等の環境整備に関する調査研究事業』



一般社団法人 人とまちづくり研究所

<https://hitomachi-lab.com/>

この資料について

この資料は、令和7年度 厚生労働省老人保健健康増進等事業「認知症施策推進のための市町村支援等の環境整備に関する調査研究事業」の一環として、認知症の本人の声を施策・事業運営に活かしていくための具体的なヒントを、全国各地の実践をもとにまとめたものです。

主な読者として想定しているのは、**市区町村の認知症施策担当者、認知症地域支援推進員、地域包括支援センター職員、生活支援コーディネーター**など、地域づくりや事業運営に関わるみなさんです。本人の声をどのように受けとめ、記録し、共有し、地域づくりや施策につなげていくかを考える際の手がかりとなるよう、本人の声の把握、記録・蓄積・共有、地域づくりのアクションという3つのステップに沿って、全国の実践を整理し、共通して見えてきた大切な視点・ポイントと取組みの事例を掲載しています。

なお、同事業から生まれた「本人の声を起点とする認知症施策をともに進めるための手引き～都道府県と市区町村のつながり方・はじめの一步～」では、都道府県による市区町村への伴走型支援の考え方や進め方を整理しています。市区町村担当者のみなさんにとって、都道府県との協働を検討する際や、地域に住む認知症の本人の声に耳を傾けながら、まちのありたい姿や具体的なアクションを考えていく際に参考となるツールや事例を掲載していますので、併せてご参照ください。

本資料で紹介するヒントや全国の実践事例が、みなさんの地域における認知症の本人の声を活かした地域づくりの後押しになれば幸いです。

目次

本人の声を施策・事業運営に活かしていく

具体的な取り組みへのヒント P.04

STEP 1

活動を通して知る本人の声 P.05

例：島根県松江市

場の質を重視。情報の抽出を焦らない。 P.06

例：秋田県大館市

第三者の力を借りる P.07

例：大阪府箕面市

STEP 2

質的な記録とビジュアル化 P.08

例：埼玉県鴻巣市

個人ニーズから地域課題への翻訳 P.09

例：岐阜県郡上市

家族へのフィードバックによる再発見 P.10

例：宮崎県宮崎市

STEP 3

一人の願いを叶えるスモールステップは
ビッグステップ P.11

例：愛知県知立市

まずはやってみよう。 P.12

例：埼玉県富士見市

協力者は、案外近くに。 P.13

例：徳島県北島町、その他の事例

施策・事業評価指標の見直し P.15

例：千葉県匝瑳市、その他の事例

おわりに P.18

本人の声を施策・事業運営に活かしていく具体的な取り組みへのヒント

市区町村における本人の声を起点とした認知症施策を推進するための、都道府県による市区町村の個別支援や、市区町村間の情報交換会を通して見えてきた、本人の声を起点とした施策・事業運営における、

STEP 01 本人の声の把握

STEP 02 記録・蓄積・共有

STEP 03 地域づくりのアクション

の各ステップにおける具体的な取り組みへのヒントをご紹介します。



活動を通して知る本人の声

認知症の本人の声を聴きたいと「何がしたいですか」と尋ねてみると、「特にない」と返されがちです。それでも、農作業や音楽活動などを共に楽しむプロセスの中で、本人の強み、周囲の関わり方への違和感といった本人の真の想いが自然と溢れ出してくることがあります。また、言葉だけでなく表情や振る舞いを通じて、疾患名ではない「その人自身」に出会い直すことができます。日常やちょっとした非日常を共有するなかで、つぶやきが聴こえ、それが施策の起点となるかもしれません。

【事例】島根県松江市

市が取り組む「本人カフェ」では、芋の苗植え、草取り、芋掘り、そして収穫した芋の調理などを実施。作業を共にする中で、本人からは運転免許返納への本音や、娘の嫁入りといった家族には言えない悩みがポロポロと溢れでる。「何がしたいか」という問いではなく、作業を共に行う中で、心身のストレッチを行いながら、その人自身の本音が引き出されている。

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	193,135人・30.9%
認知症地域支援推進員の人数と配置	1人、市介護保険課に配置
地域包括支援センターの設置	委託6か所

場の質を重視。情報の抽出を焦らない。

「施策につながる声を」と焦る場は堅苦しさを生み、ご本人は緊張から口を閉ざしてしまいます。大事なのは、ご本人が安心して自分のことを話せる「場の質」を最優先すること。その環境はすぐにできるものではなく、顔を合わせる機会を重ねることで徐々に作られていくものです。時に、日頃からご本人と関係性を持つ方の力も借りながら、ご本人が話したくなる環境を作っていきます。

【事例】秋田県大館市

市が運営する認知症カフェでは、開始当初のプログラム重視から「1時間半ゆっくりお茶を飲む」スタイルに転換。スタッフ間で事前に参加者の情報を共有し、本人が安心して自分らしく話せる「居心地の良さ」を最優先。焦らず顔を合わせる機会を重ねることで、自然と本人の想いが溢れる環境を構築している。

認知症カフェ「つながる」の様子▼

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	64,824人・40.9%
認知症地域支援推進員の人数と配置	14人、市長寿課と地域包括支援センターに配置
地域包括支援センターの設置	委託7か所



第三者の力を借りる

身近な間柄だと聞きにくいことも、あえて「第三者」の力を借りることで突破口が開けることがあります。同じ認知症当事者との出会いにより引き出される本人の声があったり、地域の固定観念を持たない外部のアドバイザーからの問いかけによって本音がでることもあります。これまでの関わりでは見えていなかったご本人の可能性に気づかせてくれるのもよそ者の強みです。外部からの客観的な視点が現場に新しい風を吹き込み、施策を動かす「真の声」に出会うことができます。

【事例】大阪府箕面市

府外からの当事者を招いた講演会の話の中で、当事者同士が会うことで「自分一人ではない」という前向きな気持ちになっていく様子が紹介されていた。「本当に本人同士で集まりたいのだろうか？」という支援者側からの視点ではなく、当事者の「声」という新しい風により、「当事者が会いたい時に場を提供できる仕組み」の必要性に気づくことができた。

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	138,845人・25.6%
認知症地域支援推進員の人数と配置	2人、市地域包括ケア室に配置
地域包括支援センターの設置	直営1か所、委託4か所

質的な記録とビジュアル化

本人の声は言葉だけでなく、表情や雰囲気を含めた「質的」情報をまとうものです。本人の語る様子が写真や動画で周囲に共有されることで、よりリアルな声として届けられます。またグラフィックレコーディング等による可視化は、文字以上に多角的に状況を記録します。こうした視覚情報は、ご本人にとっての活動の振り返りを手助けしたり、周囲の人々にご本人の生き生きとした姿を届ける「出会い直し」を促す効果があります。このように声が聴かれた環境やプロセス（どのような場・かかわりの中で聴かれた声か）を残すことは、「声を聴く」環境づくりの一助にもなります。本人の声を地域の資産として蓄積することは、施策の根拠と後押しとなります。

【事例】埼玉県鴻巣市

ミーティングセンターにおける外出やお好み焼き作り等の活動を、写真だけでなく職員が描く温かいイラストで記録。記憶が曖昧になりがちな本人も、視覚情報を通じて「最高だった」という体験を鮮明に振り返ることができ、この「質的情報」の蓄積が、本人の自信と次への意欲を支える資産になっている。

ミーティングセンターにおける実際の記録の様子▼

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	117,473人・31.1%
認知症地域支援推進員の数と配置	4人、認知症強化型地域包括支援センターに配置
地域包括支援センターの設置	委託5か所



個人ニーズから地域課題への翻訳

ご本人の「〇〇がしたい」といった声。これを1人の想いを叶えるアクションだけで終わらず「地域全体の課題」へと翻訳する視点が不可欠です。一人の願いや不便さの後ろには、同じように困っている住民が隠れていることがあります。個別のニーズを地域の関係者と共有し、地域の仕組みとして解決する方法を検討することで、多くの方によって暮らしやすい環境が整備されます。一人の声が、地域をより良く変える確かな原動力になります。

【事例】岐阜県郡上市

地域包括支援センターにおいて、ご本人との活動を展開する認知症地域支援推進員と、社会福祉協議会に所属する生活支援コーディネーターが、本人の想いを実現するために、お互いの連携のあり方を検討する意見交換会を開催。本人・認知症地域支援推進員・生活支援コーディネーター・地域の資源がどのように連携すると、本人の「やりたい」が実現できるのか、課題指向ではなく可能性指向で本人の声を聴き、地域とつながるための課題と各々の役割を整理し、体制づくりをすすめている。

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	37,328人・39.4%
認知症地域支援推進員の人数と配置	3名・地域包括支援センターに配置
地域包括支援センターの設置	直営1か所

家族へのフィードバックによる再発見

長年近くにいて日常を共にする家族は、認知症の本人の変化、特に「できなくなっていくこと」に目が留まり、不安や悲しみを抱え込みがちになります。そんな中で、何かに取組むご本人の姿や、本人ミーティング等における認知症経験者としての語りは、本人の今を知り、本人に改めて「出会い直す」きっかけになることがあります。出会い直しは家族間の関係性の再構築の手助けにもなります。活動の様子は写真や動画で家族にフィードバックしてみましょう。ご本人の笑顔が、家族にとっての新たな希望になります。

【事例】宮崎県宮崎市

本人の声から始まった、地域の商業施設における音楽隊活動での演奏会。当日の本人の姿を家族に報告。当初、体調を心配して参加に消極的だった家族も、ステージで輝く本人の笑顔を見て改めて「今の本人」と「出会い直し」をした。「できないこと」ではなく「できること」や「楽しむ姿」と出会い、家族間の関係性を再構築する機会となり、本人と家族双方にとっての新たな希望となった。

オレンジフェスの様子▼

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	392,274人・29.6%
認知症地域支援推進員の人数と配置	6人、地域包括支援センター3か所、受託法人内事業所1か所
地域包括支援センターの設置	委託19か所



一人の願いを叶えるスモールステップはビッグステップ

100人のための施策を考える前に、まずは目の前の一人の「やりたい」を叶えることから始めてみましょう。一人の具体的な願いを実現するプロセスは、周囲の認知症観を刷新していく「ビッグステップ」になります。また、これは必ずしも新しい事業を始めなくても、既存の事業を改めて本人の視点から見直してアップデートすることでも十分に叶えることができます。一人の喜びが、ご本人や関係者の自信を生み、結果として大きな景色を描く原動力になります。その一人の声を大切にすることが、施策を動かす確かな第一歩になります。

【事例】愛知県知立市

本人ミーティングでの「散歩に行きたい」という一人の声から、河川敷を共に歩くアクションを実行。またゴルフ好きの方と一緒に、室内グラウンドゴルフを企画。目の前のお一人の「やりたい」に寄り添う一つの小さな実践が、本人や関係者の自信を育むとともに、地域とともに活動する仲間づくりにつながり、地域全体の認知症観の更新に向けた大きな一歩になっている。

人口・高齢化率	72,557人・20.5%
認知症地域支援推進員の人数と配置	3人、市長寿介護課と各地域包括支援センターに配置
地域包括支援センターの設置	委託2か所（うち一つは基幹型）

まずはやってみよう。

「できるかな？」と迷う前に、まずは一步踏み出してみませんか。認知症の本人とともに「とりあえずやってみる」。完璧な計画よりも、本人と一緒に試行錯誤すること自体を面白がり、周囲の協力者たちとそれを共有する。担当者も「共に楽しむ」姿勢でいれば、場にポジティブな勢いが生まれます。隣で一緒に笑い、ワクワクする実感が、地域に変化をもたらしていきます。

【事例】埼玉県富士見市

「本人の声を聴く」ことへの課題感とともに、ノウハウがないことに戸惑いを持ちながら「まずは一步踏み出そう」と、認知症地域支援推進員が配置される小規模多機能型居宅介護事業所での本人ミーティングを初開催。「とにかくやってみる」姿勢で臨んだ結果、本人にとって馴染みの場所や人がいる環境での開催となり、孫の結婚式の写真を見せ合うなど、本人の自然な笑顔と活発な対話が生まれる場が実現した。

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	113,455人・23.9%
認知症地域支援推進員の人数と配置	5人、各地域包括支援センター
地域包括支援センターの設置	委託5か所

協力者は、案外近くに。

「新しい事業を立ち上げなきゃ」と気負う必要はありません。協力者は案外近くにいます。スーパーや銀行、既存事業の専門職など、日常の動線にヒントがあります。「送迎」等、具体的なニーズを発信すると意外な層が動いてくれることも。地域にある資源を知り、つなぎ直すコーディネートこそが、地域を動かす力になります。また、住民の自主的な活動を後押しし、事業化する視点も重要です。市民のニーズに寄り添うことが、持続可能な地域づくりの力になります。

【事例】徳島県北島町

地域活動に関する送迎の課題をチームオレンジへ投げかけたところ、町内施設から車両の提供の申し出があった。また、送迎がない日は、サポーターが当事者を自宅まで迎えに行き、自宅と会場との行き来を一緒に歩いて参加するようになり、当事者とサポーターという関係性から「楽しい時間を共に過ごす友人」という関係になりつつある。行政主体の活動に様々な課題を抱える中で、行政だけで抱え込まず身近な仲間や社会資源に頼ることで、行政主体の限界を超えた持続可能な運営体制の構築につなげている。

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	23,604人・26.2%
認知症地域支援推進員の人数と配置	6人、地域包括支援センターと他5か所の民間介護事業者に配置
地域包括支援センターの設置	直営1か所

協力者は、案外近くに。～移動編～

本人の声を起点とした活動を地域で展開する上で「移動手段」についての課題を多く耳にします。

ここでは前頁の事例に加えて、移動手段の確保に関する事例をご紹介します。

【事例】山形県天童市

社会福祉法人天童福祉厚生会 明幸園

介護老人福祉施設明幸園が主催する認知症カフェ「Mカフェ」は、月1回の開催で毎回50名以上が地域から集う場となっている。参加者の送迎対応という課題に対し、自らもMカフェの参加者であり、かつ介護タクシーを本業とするボランティアが、カフェ開催時間帯の業務の空き時間を地域のために活かしたいと手を挙げ、チームオレンジのメンバーとして送迎を担っている。当日は、明幸園職員から事前に対象者の情報提供を受け、参加者の自宅とMカフェ会場との往復送迎を担う体制を構築している。

人口・高齢化率（令和7年4月末時点）

59,865人・31.4%

【事例】秋田県羽後町

地域住民の運転免許返納に伴う生活の不便さに対して、町民である自らが動くことが打開策になるのではないかと考えた行政の担当職員と生活支援コーディネーターで、高齢者の移動・外出・買い物支援を行う「うごおたすけ隊」を結成。生活支援コーディネーターが所属する社会福祉協議会の車両を借用し、高齢者の送迎を有償ボランティアとして実施する取り組みを開始。現在は、うごおたすけ隊各自の車両を使用しながら、展開している。

人口・高齢化率（令和8年1月31日時点）

12,728人・43.6%

施策・事業評価指標の見直し

事業の実施状況(「開催回数」や「参加人数」等)を把握する観点(アウトプット指標)だけで、施策や事業の評価を行っていませんか。施策・事業の推進によって生じた「変化」にも目を向ける必要があります。活動を通じて本人の日々の暮らしはどう変わったか、家族や地域住民、専門職や自治体職員の認知症観や行動はどう変わったかといった「変化とそのプロセス」を大切にしましょう。量的に評価できる指標に留まらず、質的な変化の可視化を試み、地域のなかで物語として共有していくことは、本来の施策・事業の目的に即した施策・事業の展開を後押しします。

【事例】千葉県匝瑳市

従来の「参加人数」による評価から、ボランティアの「認知症観」の変化に着目する評価へと転換した。オレンジファーム等の活動で、本人が失敗しそうな時に「効率を優先して止める」か「本人のやりたいを優先して見守る」かといった具体的な振る舞いを活動参加前後の変化で調査。「新しい認知症観」に基づく行動変容を、評価指標とした。

オレンジファームの様子▼

人口・高齢化率（令和7年4月1日時点）	33,024 人・37.4 %
認知症地域支援推進員の人数と配置	9人、地域包括支援センター（直営:5、委託:3）、介護サービス事業所:1
地域包括支援センターの設置	2か所



施策・事業評価指標の見直し～さまざまな視点の転換～

「活動数」から「認知症観の変容」への転換

評価の視点を、活動数ではなく、関わる人々の「認知症観の変化」や「意識の変化」に置くという転換。認知症施策に関する会議に本人が参画。それまでは「本人をいかに支えるか・守るか」を中心に議論をしてきた会議体であったが、本人の前向きな姿に直接触れることで「認知症になっても平気だ」という声が変わった。

活動体の「有無」から「実効性」への転換

「チームオレンジ構築の有無」から「本人のつぶやきを拾えているか」という実効性評価への転換。
新たな組織づくりを急ぐのではなく、既存の活動や日常の接点の中で本人の声を拾い、小さな実現につながられているかを評価する。

声の「数」から「質」への転換

定型的なアンケートによる意見収集の限界を認識し、自治体職員が現場に出向いて本人と「ともに過ごし、経験を共有する」プロセスを重視。言葉にならない想いや表情が和らぐ瞬間を、非言語的な「声」として捉え、どのような場で聴かれた声なのかを振り返る過程を視点に取り入れた。

「修了者数」から「活動状況」への転換

認知症サポーター養成講座修了者の「数」を把握する指標から、具体的な活動状況を見る視点へ転換。ゴルフや麻雀、散歩といった本人の具体的な趣味や想いをサポーターが共に叶える仕組みを重視する。個別の声を拾い、市民の意欲を「本人の喜び」に直接結びつける活動を評価する。

施策・事業評価指標の見直し～多様な事業の評価にあたって～

ケアパスの評価

ケアパスを「医療機関等リスト」から「本人を勇気づけ、仲間と繋がるツール」へ再定義。

表紙には本人制作の貼り絵を採用し、信頼関係を築きながら本人の生の声も掲載。

評価の指標を「配布冊数」ではなく「手に取った本人が前向きになれるか」という当事者目線の有用性と参画プロセスへ転換。

チームオレンジにおける評価

「参加人数」だけでなく「住民の主体性」についても評価。認知症施策について行政主体の運営が中心となっているなか、サポーターへの相談から送迎への協力や活動拠点の提供協力などを引き出し、住民や企業がお客様ではなく、担い手として自ら企画・運営に参画する体制を、施策の実効性を測る指標としている。

認知症カフェの評価

参加人数や開催回数といった実施状況の評価から、本人の暮らしの継続や助け合いの質の評価へと転換。グラウンドゴルフのスコアが書けず引退を考えた本人が、カフェで仲間に悩みを吐露し「スコアは私がつけるからおいで」と活動の継続が実現。本人が地域でこれまでの暮らしを続けられる環境づくりを新たな視点におく。

徘徊模擬訓練の評価

地域における徘徊模擬訓練の目的を、家族のための「搜索」から、本人が安心して外出できるための「移動支援」へ転換。それに伴い周囲の安心のための「発見の速さ」を評価するのではなく、「本人が安心して外出するための環境が地域に整っているのか」を評価する視点へ転換した。

おわりに

「認知症の本人の声を聴くこと」は、単なる施策や事業運営のための情報収集ではありません。認知症の本人も、地域住民の一人です。一人ひとりの声は、なにがあったら本人も、みんなも、もっと暮らしやすくなるのかを、具体的に伝えてくれます。疾患名や介護度を前提とせず、目の前にいる「〇〇さん」のこれまでの人生・「今」と出会い直すこと、みなさんご自身の思いにも目を向け、出会い直すことが、ともに暮らしやすい地域づくりに取り組んでいく第一歩となります。

最初から大きな計画を立てる必要はありません。いきなり大きなことや変化を起こすことにつながらなくても、目の前の1人の「やってみたい」という思いに耳を傾けた小さな一歩が、結果として本人と周囲の意識を動かし、地域を変える原動力になっていきます。

何を目指して、誰と、どこから始めればよいか。「正解」はありません。迷ったときは本人の声に立ち戻り、共に地域を創るパートナーとして本人と一緒に悩み、楽しみながら試行錯誤を続けてみましょう。

本人の声を道しるべに、誰もが自分らしく暮らし続けられる地域を、本人と共に一歩ずつ創っていく。

本資料に並ぶ全国各地の実践が、そんなみなさんの活動のヒントになることを願っています。

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分）認知症施策推進のための市町村支援等の環境整備に関する調査研究事業
認知症の本人の声を施策・事業運営に活かしていくためのヒント～全国の実践から～

制作：

鬼頭 史樹、服部 優香理、山下 祐佳里 一般社団法人ボーダレス

猿渡 進平 一般社団法人 人とまちづくり研究所 /医療法人 静光園 白川病院

横江 美那子 一般社団法人 人とまちづくり研究所

神野真実 一般社団法人 人とまちづくり研究所（編集支援）

堀田 聡子 一般社団法人 人とまちづくり研究所 /慶應義塾大学大学院（全体統括,事業責任者）

