

ふくおか FUKUOKA 市政だより

令和7(2025)年

11/15

No.1789

認知症になっても安心して暮らせるように
ユマニチュード®のあるまち



イラスト提供:日本ユマニチュード学会
(画像の転載、複製、改変等は禁止します)

今号の主な内容

| | | |
|-------------------------|--------------|-------|
| 特集 | ユマニチュードのあるまち | 1~3 |
| 福岡城 | 光の城郭まつり | 4 |
| 12月の博多座は「市民檜(ひのき)舞台の月」 | | 5 |
| 11月は「ねんきん月間」将来に備えた生活設計を | | 6 |
| 情報BOX | | 7~14 |
| 区版 | | 15~16 |

※本紙掲載の情報は10月31日時点のものです。

・中面折り込み「市議会だより」

人口 1,670,636人(前月比929人増)
男=788,531人／女=882,105人
世帯数 905,014世帯(前月比947世帯増)
※人口と世帯数は令和7年10月1日現在推計

面積 343.47km²
ダムの貯水率 87.73%
(10月31日現在)

- 市役所代表電話 ☎711-4111(市外局番は092)
- 市政に関するご意見・要望・相談 広聴課 ☎711-4067 ☎733-5580
- 福岡市政だよりの配布 毎日メディアサービス ☎0120-359-303

市長からの
メッセージ

福岡市長 高島宗一郎

市は、認知症の人が安心して自分らしく暮らせるまちを目指し、全国に先駆けて「ユマニチュード」の普及に取り組んでいます。ユマニチュードは、認知症の人と信頼関係を築き、円滑にコミュニケーションを取るためのケア技法です。ユマニチュードを多くの人に知つてもらおうと、地域や小中学校で講座を行うほか、中央区舞鶴の認知症フレンドリーセンターに、認知症に関する学びや体験、相談ができる場を設けています。認知症やユマニチュードへの理解を深め、思いやりのある社会を築いていきましょう。



アーチィストコードの始め方

認知症になつても安心して暮らせるように

● ● ●
「ユマニチユード®」は、認知症の人とのコミュニケーションをスムーズに行うためのケア技法です。相手を思いやり、安心感を与え、信頼関係を築く「ユマニチユード」について紹介します。

市は、認知症になつても、住み慣れた地域で、自分らしく暮らせるまち「認知症フレンドリー・シティ」を目指し、平成30（2018）年度からユマニチュードの普及を推進しています。

厚生労働省が令和4年度に65歳以上の高齢者を対象にした調査では、3・6人に1人が認知症

およびその予備軍であることが分かりました。高齢化や核家族化が進む中、認知症や認知症の人についての理解を深めていくことが大切です。

「ユマニチユード」は、フランス語で「人間らしさを取り戻す」

南福岡脳神経外科病院の作業療法士で、ユマニチユード認定チーフインストラクターの安武澄夫さん(40)に聞きました。

ケアを行う本来の目的は、その人らしく生きられるように寄り添い、支えることです。しか

を意味する造語です。ケアを必要としている人の持っている力を引き出し、最期の時までその人らしくいられるようにと考案されました。「見る」「話す」「触れる」「立つ」の四つを柱に、「あなたのことを大切に思っています」と伝えるための技術と考え方からできています。

ムーズに行うためのケア技法です。について紹介します。

認知症になると、記憶力や判断力が低下し、普段通りの生活ができなくなります。不安や焦

行動の表れです。そうした思いを感じ取り、「一緒にいるから大丈夫よ」と言葉を掛けたり、手を握ったりして、安心してもらうことが大切です。

● 心が通じるケアを

ユマニチュードを実践して親がケアを受け入れるようになったという声もよく聞きます。

り、恐怖心が生じることも多く何度も同じことを尋ねてきたり、攻撃的な態度を取つてしまつたりすることもあります。それらは、自分を安心させるた



視線が下がっている人には、かがんで口を含めて話す

一般市民向け講座

一般市民向け講座 「初めて知るユマニチフード」

ユマニチュード認定インストラクターが、認知症への理解を促し、ユマニチュードの実践方法を分かりやすく伝えます。「見る」「話す」「触れる」「立つ」などの基本技術も実技を通して学びます。

期12月6日(土)午後2時～4時 所ア
ミカスホール(南区高宮三丁目) 畠市
内に住むか、通勤・通学する人 定120
人(先着) 料 無料 申 11月25日(火)まで
に右記コードから申し込
みを。電話でも受け付け
ます。

より。
■日本ユマニチュード学会 ☎03-6555-2357(平日午前10時～午後5時)■fukuoka@ihuma.org



良い触れ方と悪い触れ方の違いを説明する講師の高森さん(右)

講座の詳細は、市ホームページ（「福岡市 ユマニチュード講座」で検索）で確認するか、ユマニチュード推進課にお問い合わせください。

◆ ◆ ◆ ◆ ◆

スマホは
こちらから



10月に百道小学校（早良区）で、4年生を対象に講座が行われました。児童からは、「認知症になつても、周囲の助けがあれば、普段通りの生活ができる」とが分かりました」「認知症の人には優しく話し掛けたり触れたりすれば、私たちの気持ちが伝わるので、困っている人がいたら

助けたいと思います」などの感想が聞かれました。

講師を務めたケアマネジャーの高森美香さん(58)は、「見る」「話す」「触れる」は、人とのつながりを築く上でとても大切なこと。家庭や学校など、日々の生活に取り入れてほしいですね」と指



指で丸を作り、認知症の人の視野が狭いことを学ぶ

市は、一人でも多くの市民に認知症ケアについて知つてもらおうと、市独自の講師「福岡市ユマニチュード地域リーダー」を養成し、市内全ての公民館と小中学校で順次、ユマニチュード

「助けてください」と思いました」などの感想が聞かれました。

認知症カフェってどんな所?

認知症カフェ=写真=は、認知症の人とその家族が地域とつながり、気軽に交流・相談・情報交換ができる場所です。公民館等を活用し、ボランティアの協力などによって運営されています。医療・介護・福祉等の専門職も参加し、地域の人々が認知症への理解を深める機会にもなっています。

市内で開設されている認知症カフェは、市ホームページ(「福岡市 認知症カフェ一覧」で検索)で確認できます。



市認知症フレンドリーセンター(中央区舞鶴二丁目あいれふ2階)は、認知症に関する学びや体験、相談ができる施設です。誰でも自由に利用することができます。館内には、「認知症の人にもやさしいデザイン」が取り入れられ、誰にとっても居心地の良い空間になるように工夫されています。

認知症と診断された人や物忘れで悩んでいる人が、日々の出来事や思いを語り合う「本人ミーティング」なども行っています。



AR(仮想現実)で、認知症の人がどのように見えているかを疑似体験できるコーナーも

認知症カフェに関する講座を開催

いずれも詳細は、右記の市認知症フレンドリーセンターにお問い合わせください。

●認知症カフェ講演会

認知症カフェについて気軽に学べる講演会です。誰でも参加できます。

期12月5日(金)午後2時~3時30分 所認知症フレンドリーセンター 定40人(先着)
申11月15日(土)午前10時以降に電話または右記コードで申し込みを。



●認知症カフェ立ち上げ支援講座

堤公民館(城南区樋井川七丁目)で行われている「つつみカフェ」を見学し、現場の工夫や運営のポイントなどを学びます。開設に向けて利用できる補助金制度についても紹介します。

期12月22日(月)午後1時30分~3時30分 所堤公民館 因認知症カフェの開設を考えている人定30人(先着) 申12月5日(金)午前10時~16日(火)午後6時に電話または右記コードで申し込みを。



■市成年後見推進センター

同センターでは、成年後見制度に関する相談を受け付けています。毎月第2火曜日および11月、2月、5月、8月の第4火曜日の午後1時~4時には、弁護士等の専門職が面談で応じます(1人45分。要予約)。

また、市民後見人の活動を支えるため、定期的な面談やフォローアップ研修なども行っています。

詳細は、ホームページ(「福岡市成年後見推進センター」で検索)で確認を。

■問い合わせ先/市成年後見推進センター(中央区荒戸三丁目市民福祉プラザ3階) ト753-6450 F734-2010 開火~土曜日午前9時~午後5時 休祝休日



研修で福祉の仕組みや支援制度について学んだ後、市民後見人の候補者名簿に登録される

●市民後見人とは

市民後見人は、弁護士などの手手続きなどを行います。

例えば、「お金の管理ができる」「ヘルパーの利用契約や、病院の入退院の手続きができるな」といった時に、家庭裁判所が選任した親族や専門職(弁護士、司法書士、社会福祉士等)、市民

が十分ではなくなった人が、安心して生活できるよう支援する仕組みとして、「成年後見制度」があります。

認知症などにより、判断能力が十分ではなくなった人が、安心して生活できるよう支援する仕組みとして、「成年後見制度」があります。

市は、地域住民という、より身

近な立場で寄り添い、認知症の

人などの権利を守る市民後見人

を養成しています。これまでに

18人が選任されました。

市は、地域住民という、より身

近な立場で寄り添い、認知症の

人などの権利を守る市民後見人

を養成しています。これまでに

18人が選任されました。

市は、地域住民という、より身

近な立場で寄り添い、認知症の

人などの権利を守る市民後見人

を養成しています。これまでに

18人が選任されました。

市認知症フレンドリーセンター

●認知症になつても活躍できる場を

ユマニチュードの入門講座をはじめ、認知症の人とその家族を温かく見守る「認知症サポート」の養成講座や、認知症の人にもやさしいデザインについて紹介する講座などを実施しています。

認知症と診断された人や物忘れで悩んでいる人が、日々の出来事や思いを語り合う「本人ミーティング」なども行っています。

見を取り入れた製品開発などに参加することもできます。

■問い合わせ先/市認知症フレンドリーセンター ト791・95550 開日、祝休日

9115 F791・95550 開

午前10時~午後6時 休日・月曜

午後10時~午後6時 休日・月曜

午前10時~午後6時 休日・月曜

判断能力が十分でない人を地域でサポートする「市民後見人」

認知症患者の増加は世界的な社会課題です。市は、今年9月に、ユマニチュードを国内外に普及促進するための拠点となる「国境なきユマニチュード推進本部」を、同センター内に開設し

また、来年10月には、国境なきユマニチュードの国際会議を福岡国際会議場で開催し、福岡から世界にユマニチュードの大切さを発信していきます。問い合わせは、国境なきユマニチュード推進本部(ト401・2772)へ。

ユマニチュードに関する最新の知見を市民の皆さんに周知するとともに、高齢者施設等への導入支援にもつなげていきます。

今後は、国内外から集まつたユマニチュードに関する最新の情報や、高齢者施設等への導入支援にもつなげていきます。

また、来年10月には、国境なきユマニチュードの国際会議を福岡国際会議場で開催し、福岡から世界にユマニチュードの大切さを発信していきます。問い合わせは、国境なきユマニチュード推進本部(ト401・2772)へ。

また、来年10月には、国境なきユマニチュードの国際会議を福岡国際会議場で開催し、福岡から世界にユマニチュードの大切さを発信していきます。問い合わせ