

# RUN 伴 ( ランとも ) は、

認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、  
認知症の人もそうでない人も、  
みんなでタスキをつないで、日本を縦断するプロジェクトです！



ご近所でも会う機会がない、  
あの人も…



一緒に RUN 伴タスキ  
をつないでみれば！



「なんか楽しい♪」  
から始まる  
認知症フレンドリー！



## 認知症の人が活躍

RUN 伴は認知症の人が主役です。認知症になっても出来る事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

RUN 伴に参加することで、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、「RUN 伴で一緒だった〇〇さん」と道ですれ違うケースもあるとか。日常での声かけが広がれば、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。



## いろんな人が混ざり合う

RUN 伴は介護や医療関係者だけのイベントではありません。認知症の人が、地域の人達、子ども、学生、商店街や地元企業の人と出会う機会になるよう、参加のための特別な知識や経験などはありません。同じ地域で暮らす人同士がつながる場をめざしています。

## 地域が動き出す

まちとまちをつなぐ RUN 伴は、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ように日頃から何ができるだろう」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。



「認知症になっても安心して暮らせる地域」を作るという大きな目標には、力の結集が必要です。あなたの参加と応援で、ランナーが走る沿道をオレンジ色に染めてください！