

佐藤 麗子 さとう れいこ



一般社団法人わたしらしく生きる認知症ネットワーク 代表理事

MBA（経営学修士／University of Massachusetts Lowell）

東京都認知症キャラバン・メイト／シニアライフマスターカウンセラー

母の認知症をきっかけに、医療業界 24 年のキャリアを経て社会課題の解決へ。認知症本人だけでなく、家族や現役世代を支える新しい仕組みづくりに取り組む。

■ 経歴

慶應義塾大学経済学部卒業。万有製薬株式会社（現・MSD 株式会社）、サノフィ株式会社に計 18 年間勤務し、医薬情報担当者（MR）、営業所長、マーケティング（東京・パリ）を経験。その後、株式会社フィリップス・ジャパンで医療機器マーケティングを 6 年間担当。医療・ヘルスケア業界で 24 年にわたり、医療現場、組織運営、事業開発に携わる。

母がアルツハイマー型認知症と診断されたことが大きな転機となる。当初は戸惑いや不安を抱えたが、関わりを重ねる中で、認知症になっても「できること」は多く、環境や周囲の関わり方によって笑顔で暮らし続けられることに気づいた。さらに、認知症は本人だけでなく、家族の人生や仕事、企業、地域社会にも影響する社会課題であるとの認識を深めた。

この経験から、自身の人生の後半戦を見つめ直し、医療業界で培った知見を認知症という社会課題の解決に生かすことを決意。2024 年に退職し、2025 年 4 月に一般社団法人わたしらしく生きる認知症ネットワークを設立。現在は、本人・家族への支援、40～50 代現役世代への啓発、企業の両立支援、地域のつながりづくりを通じ、「認知症になる前から備える社会」の実現に取り組んでいる。

これまでに約 40 か国を訪れ、海外渡航は 70 回以上。インドには 4 度渡航し、コルカタのマザー・テレサの施設でボランティアを経験した。そこで出会った「社会課題はビジネスでも解決できる」という考え方が、当事者家族としての経験と医療業界でのキャリアを結び、現在の活動の原点となっている。

■ 主な活動・実績

- 認知症本人・家族向け交流イベントの企画・運営
- 現役世代向け認知症・介護準備セミナー
- 企業向け「認知症 BCP 構築」支援、介護と仕事の両立に関する講演・研修
- 体験型認知症プログラム（認知症 AR 体験会、現役世代向けの高齢者施設見学会等）の企画・運営
- 講演・セミナー実績 90 回以上、参加者 840 名以上（2026 年 8 月現在）

■ メディア掲載・寄稿

- 読売新聞朝刊（2026 年 6 月 20 日）「介護離職して気づいたこと ～母の不安理解・慌てて辞め後悔～」
- 社会福祉法人恵の園 機関誌『SAKIGAKE』寄稿「認知症と共にある人生を悲しみや絶望で終わらせないために」

■ 対応可能な取材・講演テーマ

- 40～50 代現役世代の「親の認知症」への備え
- 認知症と仕事の両立、介護離職を防ぐ社会づくり
- 本人も家族も自分らしく暮らせる地域づくり
- 意識調査から見た現役世代の課題

■ メッセージ

「認知症は、誰にでも起こり得る人生の出来事です。私たちが目指すのは、『認知症にならない社会』ではなく、『認知症になっても、本人も家族も、わたしらしく生きられる社会』。そのために、親が元気なうちから家族で話し合い、備える文化を社会に根付かせたいと考えています。」

一般社団法人 わたしらしく生きる認知症ネットワーク

〒153-0063 東京都目黒区目黒 1-4-16 目黒 G ビル 7F

TEL : 03-6869-1139

Email : reiko.sato@living-with-dementia.or.jp

URL : <https://living-with-dementia.or.jp/>