

世田谷 認知症とともに生きる

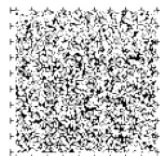
みんなでアクション ガイド

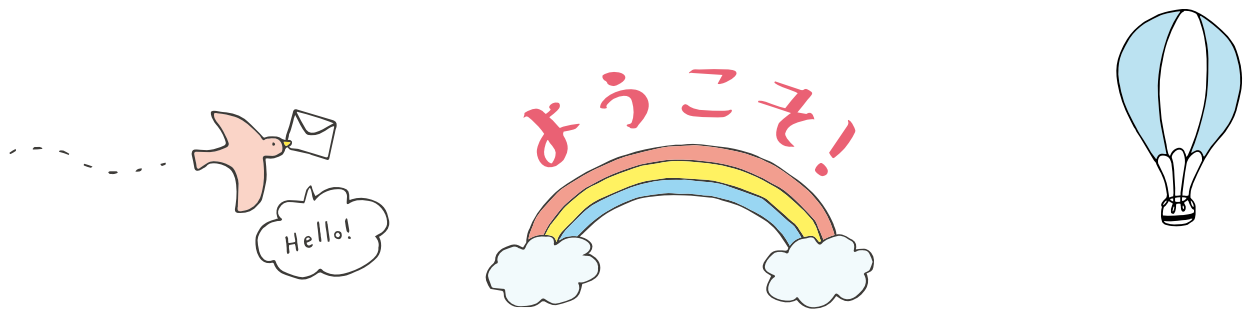


世田谷区

SETAGAYA CITY

令和7年2月





このガイドを手にしたあなたへ

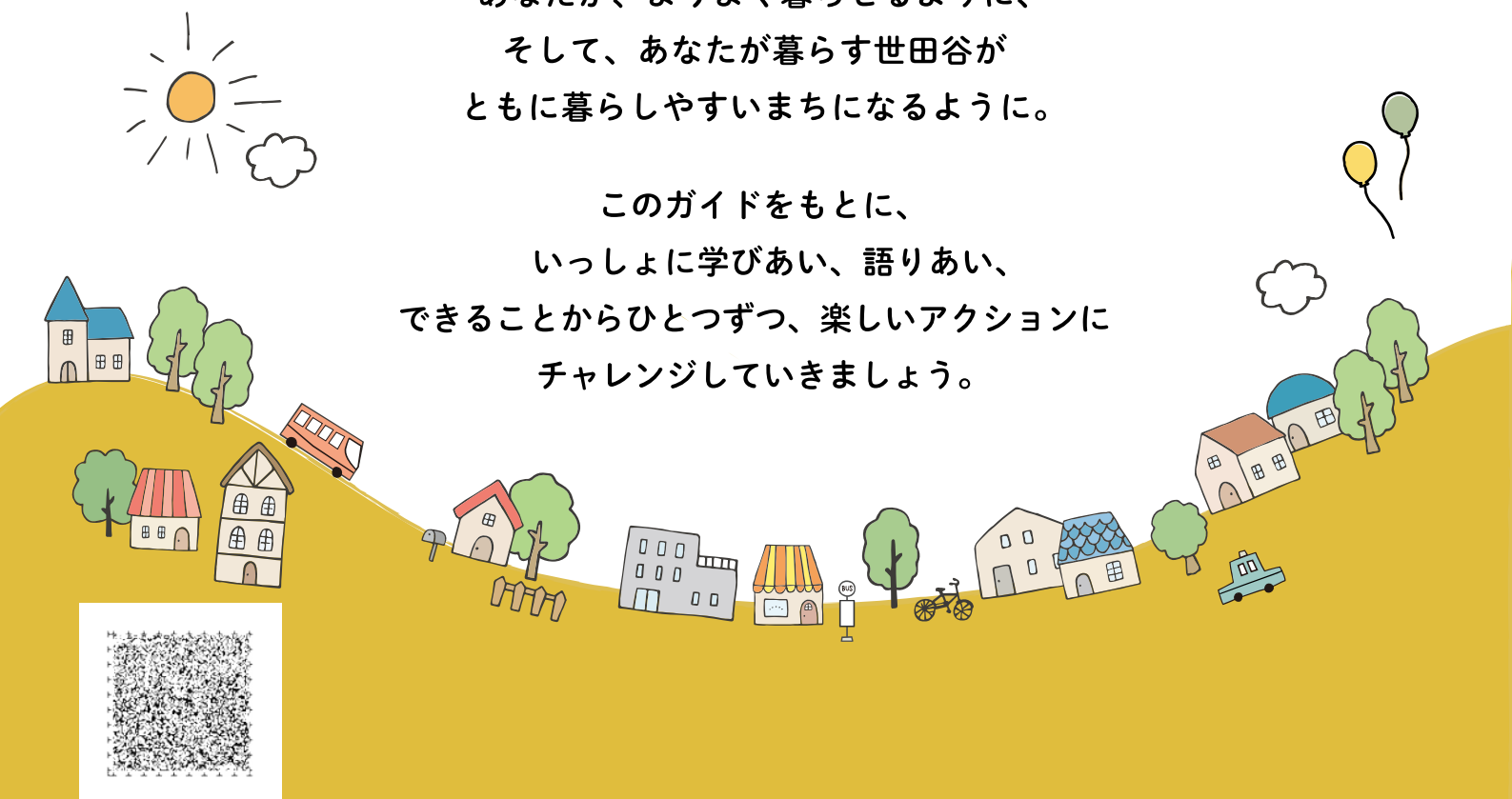
だれもが、日いちにち、そして長い年月を
自分なりに暮らしています。

いくつであっても、認知症になってからも
世田谷のまちで、毎日を楽しく、元気に、
自分らしく暮らし続けられるように。

それを夢物語ではなく
みんなでいっしょに実現していくために
世田谷区では「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」
(令和2年10月施行) がつくられました。

これからの日々を
あなたが、よりよく暮らせるように、
そして、あなたが暮らす世田谷が
ともに暮らしやすいまちになるように。

このガイドをもとに、
いっしょに学びあい、語りあい、
できることからひとつずつ、楽しいアクションに
チャレンジしていきましょう。



●世田谷区認知症とともに生きる希望条例 P.3-P.4



「知ろう」 P.5-P.16

- 1) 認知症とともに生きていく日々は
- 2) 認知症の特徴ってなに？
- 3) 認知症の新しいイメージを
【暮らしていく経過（人生の旅）】
- 4) 認知症とともに生きる・支えあう
- 5) 地域の中で広がる可能性



「考えてみよう、話しあってみよう」 P.17-P.18

自分はこれから・・・



「ちょっと一緒に動き出そう」 P.19-P.22

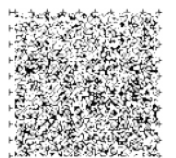
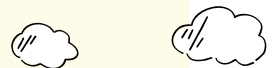
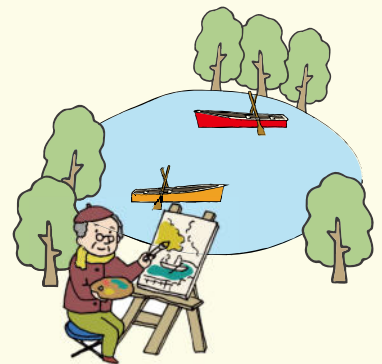
- 1) アクションチームで望みをカタチに！
- 2) 身近な地域で出会おう



P.23-P.26

- 認知症の原因となる病気
- 若年性認知症について
- 世田谷区・東京都・全国の相談先
- 世田谷区認知症あんしんガイドブック

裏表紙「わたしが大切にしたいことメモ」



世田谷区認知症とともに生きる希望条例

おとなでも、こどもでも、誰もが無関係ではないのが、認知症です。

ひとりひとりが、希望を持って自分らしく生き、
「認知症になってからも、安心して暮らせるまち、世田谷」
を実現するために作られました。

この条例では、4つの視点を大切にしています。

- ① いままでの認知症の考え方を変える。
- ② みんながこの先の「そなえ」をする。
- ③ ひとりひとりが希望を大切にしたい、
ともに暮らすパートナーとして支えあう。
- ④ 認知症とともに今を生きる本人の希望と、
あたりまえに暮らせること（権利・人権）をいちばん大切に。



私は代弁者を必要としません。
自分の言葉で話す、いまの
自分をわかってもらいたい。



認知症というと軽い人から
重い人までいるので、そこをどう
理解してもらえるかが心配です。
認知症は同じではない。

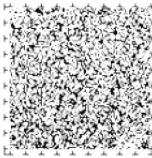
**条例をつくる検討委員会では、
本人たちが積極的に発言しました。**



自分が認知症だということを
理解するのに2~3年かかりました。
そして、認知症だっていい、自分自身
で生きていくんだと思って、立ち
上がりました。この会議に参加
したことで、自分の認知症は
これからだな、と思っています。



「認知症とともに生きる」と
いうところでは、こどもを含めて、
ということを強調したいんです。
こどもにも認知症について、
学ぶ場をつくってほしい。



そのほかにも、ワークショップやパブリックコメントなどを通して、
区で暮らす本人とさまざまな人たちの声がこの条例をつくりあげました。

認知症になっても 世田谷で暮らし続けるには

本人をはじめ、さまざまな人が認知症を“自分ごと”として考え、
自分のこれからの暮らしや大切にしたいこと、やりたいことなどの
「希望」を書き留めた「希望のリーフ」の一部をご紹介します。



本人の思いや希望を聴きながら、その希望を実現するため

ひとりひとりが、考え方をチェンジ！

みんなで認知症について

**知ろう！ 語りあおう！
つながり、動き出そう！**

世田谷区では「認知症とともに生きる希望条例」
の取り組みを推進しています。

「世田谷区認知症とともに生きる希望条例」パンフレット▶



▲パンフレット
はこちらから

