

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





## 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▶

世田谷区 認知症 条例 検索



▲条例パンフ  
二次元コード



## 「知ろう」 P.3-P.14

- 1) 認知症の特徴ってなに？
- 2) 認知症とともに生きていく日々は
- 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.15-P.16

自分は今から・・・



## 「ちょっと一緒に動き出そう」 P.17-P.22

- 1) 身近な地域で出会おう
- 2) アクションチームで望みをカタチに！
- 3) あなたの地域でアクション！  
・地域の「希望の木」 ・「アクションマップ」をつくろう！



P.23-P.26

- **医療編**：「認知症の原因となる病気」  
「認知症になった専門医からのメッセージ」  
「認知症の症状について」
- **地域・介護編**：「世田谷区」「全国・東京都」

裏表紙「私大切にしたいことメモ」

