



世田谷区

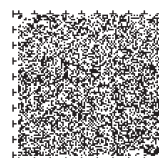
令和2年
10月1日施行

認知症とともに生きる 希望条例

認知症とともに生きる
わたしたち本人も
参加してつくりました

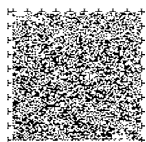
わたしたちがめざす希望のまちづくり

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を
区民みんなで一緒につくっていくために、
世田谷区はこの条例をつくりました。



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。



「希望条例」って、 どんな条例なのでしょうか

第1条 …… 条例の目的は？

わたしたちが認知症になっても、希望をもって社会の一員として暮らすことができるよう、基本となる考えかたを共有し、みんながともに生きることができる、世田谷をつくることです。

第2条 6号 …… その特徴は？

わたしたちが認知症になってからも、自分らしく元気にチャレンジすることができるよう、「私の希望ファイル」などをつうじて、みんなで話し合い、よりよく暮らす「そなえ」をしながら、前を向いて生きることができる社会を、考えつづけることです。

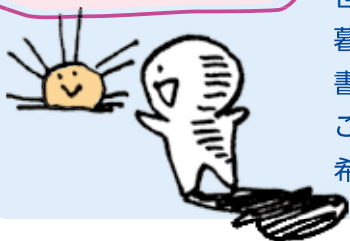
第3条 …… その基本的な考え方は？

どんな場所で暮らしていても、ひとりひとりの思いとちから、そして、権利・人権が大切にされ、安心して認知症になれる地域をつくっていきます。わたしたちが認知症であってもなくても、一緒に歩いてくれる人が必要です。おたがいをささえあう味方（パートナー）が、身近にいるまちが、世田谷です。

第4条 …… 世田谷区が責任をもってすること

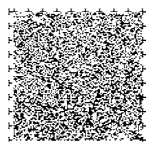
区は、この条例の目的を実現するために、いつでも、本人の立場にたち、本人や家族、そして区民と一緒に、希望のあるまちをつくっていきます。

「私の希望ファイル」 とは？



世田谷区独自の取り組みです。認知症になってからも、自分らしく希望をもって暮らしていくために、認知症になる前から、自分の思いや希望、意思を繰り返し書いていく過程としての文書、記録です。

このファイルは、認知症とともに生きることへの理解を深め、ともに希望を実現していくための、共通の道具であり、そのしくみです。



条例は、どんなふうにつくられたのでしょうか

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



私は代弁者は必要としません。
自分の言葉で話す、いまの自分を
わかってもらいたい。(藤原さん)

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。
(さきこさん)



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。(長谷部さん)



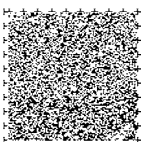
「認知症とともに生きる」
というところでは、こどもを含めて、
ということを強調したいんです。
こどもにも認知症について、
学ぶ場をつくってほしい。
(藤原さん)



ワークショップやパブリックコメント、 本人交流会でも、意見がたくさん出ました

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

- 本人が自分で決めていくことが大切。
- 認知症を、隠そうとすることが問題。
- やはり本人の話や意見を聞くのがいちばん。
- 認知症になる前の「そなえ」が大事。
- だれでも、いつかは認知症になる可能性がある。
- 「サポーター（支援者）」よりも「パートナー（伴走者）」に。



※顔のイラストは、認知症とともに生きる人
S・さきこさんが描きました。

認知症についての 考え方を变えよう!

認知症は、おもに脳の記憶にかかわる機能が少しずつ低下し、日々の暮らしをだんだんうまく送れなくなっていく状態です。



さまざまな病気が引き金になりますが、自分のからだやこころ、そして環境や暮らし方によって、状態が大きく変化しやすい特徴があります。「認知症についての考え方」が状態を大きく左右しているのです。



ひとりひとりが、認知症についての「古い考え方」を、「新しい考え方」に変えていくことが、これから先を、ともによりよく暮らしていくための第一歩です。



新しい考え方

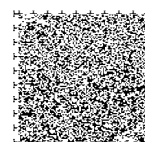
- 自分ごと、自分も関係ある
- わかる、できることがある
- 本人なりのワケがある
- 思いがある、自分が決める
- 地域のなかで暮らしつづける
オープンにする、地域とともに
- ちからをいかして活躍、支えあう
- あきらめず、楽しく、**希望**を

古い考え方

- 他人ごと、自分に関係ない
- わからない、できない
- へんなことをいい周囲が困る
配慮のない環境で困っている
- 思いがない、まわりが決める
- 地域のなかで暮らせない
隠す、地域から遠ざかる
- 支えられるだけ
- あきらめ、ぼんやり、**絶望的**



ひとりひとりが、
考えかたをチェンジ!



世田谷区を希望のまちにするために、 区とわたしたちができること

区がすべきこと

- 本人が声を発信したり社会参加できるよう、ちからを入れ、とりくみます。
- 認知症とともに生きることに関民がもっと理解できるよう、とりくみを進めていきます。
- 「私の希望ファイル」で認知症への「そなえ」を進めていきます。
- 希望をもって暮らしていくための話し合いや、活動の機会を地域のなかでふやしていきます。
- 認知症の可能性のある人に、世田谷区認知症在宅生活サポートセンターなどをつうじて、すばやい対応と、応援をしていきます。
- 本人や家族を支える機会をふやしていきます。
- 地域のネットワークを、みんなでつくっていきます。
- そのための計画をつくり、希望のまちづくりを着実に進めていきます。

いっしょに！



区民のわたしたちができること

- 認知症や、ともに生きることについての理解やつながりを深めるために、講座やシンポジウム、地域のつどいや認知症カフェなどに参加しましょう。
- 「私の希望ファイル」のとりくみに参加しましょう。
- 本人の声を聞き、自分でこれからできそうなことを考えてみましょう。
- 自分も本人の「パートナー」として、一緒に楽しい体験を重ねていきましょう。
- 認知症になってからも、自分の体験や思い、希望を伝えつづけ、自分らしく暮らしていきましょう。

地域団体(町会・自治会、民生委員・児童委員、認知症カフェ、家族会)ができること

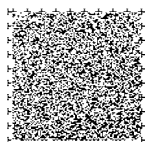
- 地域で本人と地域住民などが集い、話し合いながら楽しく暮らしやすい地域を一緒につくります。
- おたがいさまの支えあいと、見守りを行います。

医療や介護、生活支援の関係者ができること

- 本人が自宅、病院、施設など、どこで暮らしていても、ひとりひとりの希望と権利・人権を大切にします。
- 本人が必要なときに必要な支援を受けられるよう、関係者同士や地域とのつながりを深めます。
- 本人と家族が自分たちに合った支援を選べるように、必要な情報をわかりやすく伝えます。
- 「私の希望ファイル」を医療・介護の現場と区民に伝え、いかしていくことを応援します。

事業者(商店街や企業など)ができること

- 従業員が本人への、理解を深めるための学びや話し合いの機会をつくりましょう。
- 地域の人たちなどと協力しながら、本人に配慮した支えやサービスを育てていきます。



暮らしや地域と一緒につくる ための窓口が身近にあります



こんなときには、つぎの窓口相談を!!

家族や近所の人
が認知症かもしれない



認知症について
学びたい



最近、
自分のもの忘れが
気になってきた



地域でのつながりや、
活動の機会が
ほしい



本人同士の交流会や
認知症カフェに
参加したい



医療や介護、
生活に役立つ情報を
知りたい



あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)

(次のページに一覧があります)

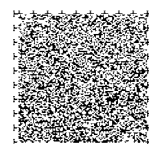
世田谷区認知症在宅生活サポートセンター

電話 03-6379-4315 / FAX 03-6379-4316

〒156-0043 世田谷区松原6-37-10

世田谷区立保健医療福祉総合プラザ1F

※顔のイラストは、認知症とともに生きる人
S・さきこさんが描きました。



みんなの身近な“あんすこ”を知ろう、つながろう

世田谷には「あんしんすこやかセンター」(地域包括支援センター)が28か所あります。

	名 称	所在地	電話番号	FAX番号	担当区域
世田谷	池尻あんしんすこやかセンター	池尻3-27-21	5433-2512	3418-5261	池尻1~3、池尻4(1~32番)、三宿
	太子堂あんしんすこやかセンター	太子堂2-17-1 2階	5486-9726	5486-9750	太子堂、三軒茶屋1
	若林あんしんすこやかセンター	若林1-34-2	5431-3527	5431-3528	若林、三軒茶屋2
	上町あんしんすこやかセンター	世田谷1-23-5 2階	5450-3481	5450-8005	世田谷、桜、弦巻
	経堂あんしんすこやかセンター	宮坂1-44-29	5451-5580	5451-5582	宮坂、桜丘、経堂
	下馬あんしんすこやかセンター	下馬4-13-4	3422-7218	3414-5225	下馬、野沢
	上馬あんしんすこやかセンター	上馬4-10-17	5430-8059	5430-8085	上馬、駒沢1・2
北沢	梅丘あんしんすこやかセンター	梅丘1-61-16	5426-1957	5426-1959	代田1~3、梅丘、豪徳寺
	代沢あんしんすこやかセンター	代沢5-1-15	5432-0533	5433-9684	代沢、池尻4(33~39番)
	新代田あんしんすこやかセンター	羽根木1-6-14	5355-3402	3323-3523	代田4~6、羽根木、大原
	北沢あんしんすこやかセンター	北沢2-8-18 北沢タウンホール 地下1階	5478-9101	5478-8072	北沢
	松原あんしんすこやかセンター	松原5-43-28	3323-2511	5300-0212	松原
	松沢あんしんすこやかセンター	赤堤5-31-5	3325-2352	5300-0031	赤堤、桜上水
玉川	奥沢あんしんすこやかセンター	奥沢3-15-7	6421-9131	6421-9137	東玉川、奥沢1~3
	九品仏あんしんすこやかセンター	奥沢7-35-4	6411-6047	6411-6048	玉川田園調布、奥沢4~8
	等々力あんしんすこやかセンター	等々力3-4-1 玉川総合支所 2階	3705-6528	3703-5221	玉堤、等々力、尾山台
	上野毛あんしんすこやかセンター	中町2-33-11	3703-8956	3703-5222	上野毛、野毛、中町
	用賀あんしんすこやかセンター	用賀2-29-22 2階	3708-4457	3700-6511	上用賀、用賀、玉川台
	二子玉川あんしんすこやかセンター	玉川4-4-5 2階	5797-5516	3700-0677	玉川、瀬田
	深沢あんしんすこやかセンター	駒沢4-33-12	5779-6670	3418-5271	駒沢3~5、駒沢公園、新町、桜新町、深沢
砧	祖師谷あんしんすこやかセンター	祖師谷4-1-23	3789-4589	3789-4591	祖師谷、千歳台1・2
	成城あんしんすこやかセンター	成城6-3-10	3483-8600	3483-8731	成城
	船橋あんしんすこやかセンター	船橋4-3-2	3482-3276	5490-3288	船橋、千歳台3~6
	喜多見あんしんすこやかセンター	喜多見5-11-10	3415-2313	3415-2314	喜多見、宇奈根、鎌田
	砧あんしんすこやかセンター	砧5-8-18	3416-3217	3416-3250	岡本、大蔵、砧、砧公園
烏山	上北沢あんしんすこやかセンター	上北沢4-32-9	3306-1511	3329-1005	上北沢、八幡山
	上祖師谷あんしんすこやかセンター	上祖師谷2-7-6	5315-5577	3305-6333	上祖師谷、粕谷
	烏山あんしんすこやかセンター	南烏山6-2-19 烏山区民センター 2階	3307-1198	3300-6885	給田、南烏山、北烏山

あんしんすこやかセンターの窓口開設時間 午前8時30分~午後5時(日曜・祝日・12月29日~1月3日を除く)

あんしんすこやかセンターは、まちづくりセンターと同じ建物にあります。

令和5年3月 発行 世田谷区広報印刷物登録番号 No.2138

発行 世田谷区 高齢福祉部 介護予防・地域支援課 電話5432-2954/Fax 5432-3085