

自治体取組事例

本人と共につながる。交流の輪が広がる。
地域が一つになる。未来につなげる。



本人が得意なことが 地域交流につながる

香川県 綾川町

得意なことを活かした木工品づくりを地域の皆と一緒に楽しむ場を企画しました。作品は、保育園等に寄贈し、地域での交流も広がっています。

千羽鶴で甲子園を目指す 高校球児たちと交流

和歌山県 御坊市

甲子園を目指す高校球児のため、地域のデイサービスや施設の皆で作った千羽鶴を持って激励に行きました。



本人が運営する農園やカフェ を通じて広がる地域交流の輪

京都府 京都市

本人がやりたいことをもとに、農園やカフェを地域の皆と一緒に運営しています。誰でも参加できるため、交流の輪も少しずつ広がっています。

都道府県・市町村の認知症施策担当職員や 関係者が意識すべきポイント

—認知症施策推進計画の策定及び認知症施策の推進に向けて—



認知症になってからも、本人の声を起点に仲間とともに趣味の山登りが実現

本冊子でわかること

- 「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」とは？ P3~6
- 都道府県・市町村の「認知症施策推進計画」の目的や役割は？ P8
- 認知症施策を進めていくにあたって、都道府県・市町村の職員が意識すべきこととは？ P10

はじめに

- 表紙の写真は、「認知症になっても、趣味の山登りを続けたい」という認知症本人の声を起点に、仲間とともに話し合い、山登りが実現したときのものです。認知症になっても、本人と仲間たちが一緒にわがまちを見ながら、理想のまちについて語り合う姿は、一つの「共生社会」のあるべき姿を表しているといえるのではないのでしょうか。
- 急速な高齢化の進展に伴う認知症の人の数の増加等を背景に、令和6年には、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」（以下「基本法」といいます。）が施行され、そしてこれに基づく「認知症施策推進基本計画」（以下「基本計画」といいます。）が閣議決定されました。
- 国民一人ひとりが認知症を自分ごととして捉え、自分らしい暮らしを続けていくためにはどうすべきか、考える時代が来ています。

基本法の成立と基本計画の決定

令和5年6月成立、令和6年1月施行

共生社会の実現を推進するための認知症基本法

- ➔ 認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進するための法律

令和6年12月3日閣議決定

認知症施策推進基本計画

- ➔ 国における認知症施策の総合的かつ計画的な推進を図るための基本計画

**「新しい認知症観」に立ち、
本人参画で共生社会の実現を図る**

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」とは？ 基本法の目的を知って取組を進めよう

- 「基本法」の第1条（目的）においては、「共生社会」が定義されました。
- 基本法では、この共生社会の実現を推進することを目的とし、そのための基本理念や国・自治体等の責務、実施事項が示されています。

「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」の目的

**認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を
十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ
支え合いながら共生する活力ある社会（＝共生社会）
の実現を推進**

**共生社会の実現の推進という目的に向け、
基本理念等に基づき認知症施策を国・地方が
一体となって講じていく**

- そして「基本計画」は、基本法に基づき策定された、国における認知症施策の最も基本的な計画です。都道府県・市町村は、基本計画も参考にしながら、地域の実情に即した認知症施策推進計画の策定に努めることとされています。
- 特に認知症施策推進計画策定に当たってのより詳細な情報は、「認知症施策推進計画策定の手引き」^(※)も参照ください。

(※) 令和6年度 老人保健事業推進費等補助金 老人保健健康増進等事業「共生社会の実現を推進するための認知症基本法に基づく認知症施策のあり方に関する調査研究事業」

「認知症施策推進計画策定の手引き」全文はこちら➔



「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」とは？ 「権利（人権）ベースの考え方」を根幹に

- 基本法では、「全ての認知症の人が、基本的人権を享有する個人として、自らの意思によって日常生活及び社会生活を営むことができるようにすること」が基本理念として掲げられています。これは、「認知症と共に生きる人を権利の主体として、その基本的人権を国・地方公共団体及び本人を含む社会全体の責務として確保・実現する」という権利（人権）ベースの考え方を示しているものです。
- だからこそ、認知症施策を推進するに当たっては、自治体の職員や関係者が、認知症の人とともに過ごし、対話を重ねる中で、認知症の人の暮らしを本人とともに振り返りつつ、一人ひとりが暮らしやすい地域になっているかという観点から見直すことが重要です。

静岡県 藤枝市の取組

「本人の声に耳を傾け社会参加をともに実現しています」

藤枝市の職員は、日頃から本人の声を聴くことを大切にしています。「誰に相談していいか分からなかった。同じような気持ちの人が他にもいると思う」という声から、本人同士が交流会、交流する機会が必要であることが分かり、より良い暮らしにむけて語り合う「本人ミーティング」をはじめました。「認知症の本人は話せない」と決めつけず、本人の発言をゆっくり待つことで、自分の思いや考えを共有できる機会を後押ししています。



和歌山県 御坊市の取組

「本人の“何気ないひとこと”で スーパー銭湯が世代を超えた集いの場に」

「たまには大きなお風呂でゆっくり温まりたいな」

本人のつぶやきを聞いた認知症地域支援推進員が、市の認知症コーディネーター等に共有。「本人が好きなスーパー銭湯で集まれたらいいね」と、市内のスーパー銭湯に相談し、本人や家族、行政職員や専門職、また本人の友人等も集まる「ごぼうホッとサロン」が始まりました。

サロンでは、入浴や食事、お茶を飲む等、参加者が思い思いに過ごし交流を深めています。

また、参加者の本人が「ボトルに“頭”“体”と書いて分かりやすくしてほしい」等の声から改善。本人の声からバリアフリーの取り組みにつながっています。



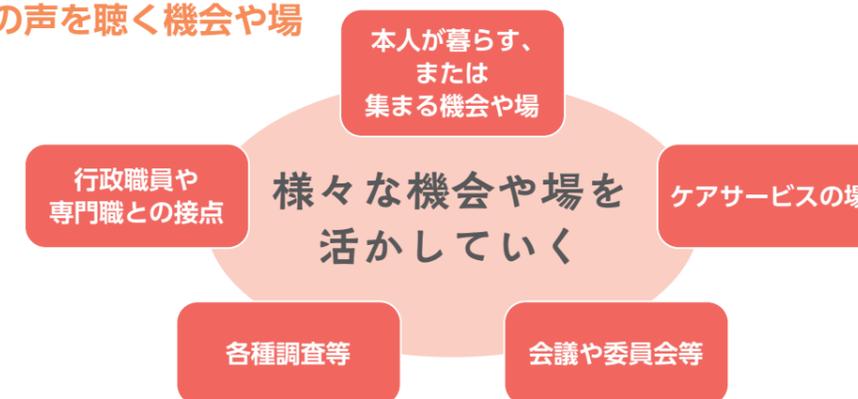
「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」とは？ 認知症の人の声を起点に、認知症の人と家族等と共に

- 認知症の人が尊厳を保持しつつ希望を持って暮らすことができる社会を実現するためには、認知症の人の声を起点として、認知症の人の視点に立って、認知症の人と家族等と共に施策を推進していく必要があります。
- したがって、認知症の人と家族等が、行政や地域の多様な主体と共に、認知症施策の立案から実施、評価に至るまでのプロセスに参画することが求められます。
- 本人たちが感じていること・求めていること・大切にしたいことを関係者が共有し、それを守り、実現するために何をすべきかを一緒に考えることで、これまで気づかなかった様々な観点から、暮らしやすいまちづくりを進めていきましょう。

👍 本人参画のメリット

本人	自治体
<ul style="list-style-type: none"> • 社会参画の機会を得られる • 自分の思いや意見を表出できる • 共生社会の実現に向けて参画できる • 失っていた自信を取り戻せる • 自分の役割や活力を見出せる • 経験を重ねて伝える力（発信力）が高まる • 認知症になってからの新たなやりがいを得られる仲間が増える 	<ul style="list-style-type: none"> • 行政視点から本人視点に変わるきっかけになる • これまで気づかなかった必要な事が見えてくる • 優先順位をつけやすくなり業務の効率化に役立つ • バリアフリーにすべき具体的なことがわかるようになる • 本人を起点にすることで、立場や職種を超えて関係者のベクトル合わせがしやすくなる • 認知症の人への理解が深まる
<ul style="list-style-type: none"> • 説得力のある施策の提案ができる • 本人参画が始まると、前を向いて生きようとする本人が増えてくる • 一人の本人の参画が、次に続く本人にエネルギーを与える • 新しい認知症観を広めるきっかけになる • 本人起点での、効果的な施策になる 	

🗨️ 本人の声を聴く機会や場



出所：「認知症施策を本人参画でともに進めるための手引き」を基に作成
全文はこちら➡



「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」とは？ 対話を通して、自らの認知症観を変える

- 「新しい認知症観」については、基本計画において以下のように明記されています。

「新しい認知症観」とは、認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方である。

(「認知症施策推進基本計画」より抜粋)

- 「新しい認知症観」は、知識としての理解にとどめず、自分事として実感的に理解を深めていくことが大切です。
- そのためには、まずは行政職員が、認知症の本人が暮らし、活動する現場に出向き、本人と共に過ごし、本人との対話を重ねる体験を通じて、行政職員自身が自らの認知症観を変えていくことが重要です。

新しい認知症観に基づき、誰もが暮らしやすい まちづくりに向けた検討のためにできること

例1

- × 家族や支援者の声のみを基に施策を考える
- 家族等だけでなく本人と対話することで、まずは本人の楽しみややりたいこと、素朴な願い等の日常の中での思いを知る

例2

- × 自治体職員だけで「認知症の人たちに対して何をすれば良いか」を考える
- 認知症の人も含む住民とともに、認知症になってからも住みやすいまちにしていくためにはどうしたら良いかを考える

P10の「都道府県・市町村の職員が意識すべきポイント」も参照

関係者からのメッセージ



メッセージ①：「認知症である」という概念にとらわれない



長野県健康福祉部
介護支援課計画係
蓮沼礼子氏

認知症の人と出会ってみて思うことは、「認知症だから」ということにとらわれるのではなく、地域で暮らしている一人の人として向き合うことが、認知症や認知症の人の理解につながるということです。

認知症があってもなくても、その人らしさや人としての魅力を感じることが出来ると思います。そして、それこそが「新しい認知症観」への実感的な理解につながる第一歩ではないかと考えています。

メッセージ②：暮らしの接点は福祉だけではない。自分の命を守る「防災」との連携

これまで福祉部局との協働機会は少なかったですが、今年度より認知症地域支援推進員の協力を得て、個別避難計画作成に向けたワーキングチームを結成しました。現場では、本人と避難方法や備蓄について対話を重ねています。

災害時、単に守られる存在ではなく、ご本人自身の「自らの命をどう守るか」という自助意識の向上につながっていると実感しています。私たちは認知症のことは専門分野ではありませんが、当事者の方が安心して災害に備えられるよう、今後も私たちの立場でできる連携を続けていきたいと考えています。



和歌山県 御坊市
総務部危機管理課
染道颯人氏

メッセージ③：行政との連携・当事者の視点を活かす取り組み



公益社団法人
認知症の人と家族の会
埼玉県支部 代表
花俣ふみ代氏

当支部では、埼玉県・さいたま市からの委託を受け、若年性認知症サポートセンターを併設しています。毎週木曜日に開催される本人の居場所・仲間と繋がる「リンカフェ」には毎回約30名超の本人参加があり(2025年12月末実績:1176名)県内における当事者発信の核となっています。併せて本人・家族のピアサポート活動である“つどい”を開催しており、これらの活動を通じ地域の様々な人々や団体とも連携し、認知症への偏見と誤解を解き、新しい認知症観の啓発に、そして誰もが安心して暮らせる共生社会の実現に向け自治体と足並みを揃えながら取り組んでいます。

都道府県・市町村の「認知症施策推進計画」の目的や役割は？ 本人参画による計画で、誰もが暮らしやすいまちづくりを進めよう

- 都道府県・市町村による認知症施策推進計画は、あくまで、地域ごとに目指す「共生社会」を実現するための手段であって、計画策定そのものが目的ではありません。重要なのは、誰もが暮らしやすいまちづくりのため、各地域の認知症の人の声を起点に、本人と家族等とともに各地域において目指すべき具体的なビジョンを描くことです。これまでの計画の延長ではなく、基本法に基づいた本人参画による計画で、地域のありべき姿の実現を目指しましょう。
- それぞれの地域が目指すビジョンや目標に向けた地域づくりを進めるに当たっては、地域ごとの「共生社会」を形作る認知症の人と家族等、地域住民、企業、医療介護事業者等の多様な主体とビジョンや目標の認識を一つにし、連携・協働して、地域の実情や特性に即した取組を実施することが求められます。
- 認知症施策推進計画策定に当たってのより詳細な情報は、「認知症施策推進計画策定の手引き」も参照ください。

鳥取県 鳥取市の取組

「本人も参画する鳥取市の認知症施策推進計画づくりのワーキング」

本人が鳥取市のさまざまな会議に参画したり、本人ミーティングで、市の施策や地元企業の製品開発に加わり、本人ならではの気づきやアイデアを出せる機会を増やすことで、本人の活躍の場が広がってきました。この動きをさらに広げていくために、認知症基本法を機に、市の認知症施策推進計画づくりに着手しました。本人をはじめとして、鳥取市に暮らすさまざまな人が参画して楽しく語り合うワーキングを立ち上げ、意見を出し合っています。ワーキングの場ではもちろんですが、これまでの取組での意見も活かしながら、認知症になっても自分らしく暮らし続けられる鳥取市のために、皆で計画を作っていきたいと思えます。



認知症の人の声

「むしろ人生パワーアップ」

さいたま市認知症希望大使 田邊邦代氏

洗ったフライパンを冷凍庫に片づけようとする姿を家族に指摘され異変を自覚。3つ目の病院で複数のPET検査を受け、若年性アルツハイマー型認知症と診断されました。最初の受診から半年経過する中で認知症を学ぶこともできたのでむしろ晴れてスッキリしました。

現在は市内2か所の認知症カフェに毎週通うとともに、市の認知症希望大使として各所で登壇しています。以前はインドア派だったのでむしろパワーアップした感じです。日常生活ではやらかすこともありますが、マネージャー業も担ってくれている夫が笑い話にしてくれているのでとても助かっています。



「認知症施策推進計画策定の手引き」全文はこちら➡



関係者からのメッセージ



メッセージ①：信頼関係の構築が計画の土台



大阪府福祉部
高齢介護室介護支援課
木本和伸氏

大阪府では、「認知症の人と家族の会大阪府支部」と密に連携し同会が主催する交流会に職員が参加したり、「おおさか希望大使」から直接ご意見を伺うことから始めています。認知症の本人や家族等と対話を重ね、信頼関係を築くことが、内容を深めるための前提となります。次に、施策へ反映するに当たっては、個人の願いを単に叶えるという観点ではなく、その背景にある共通の課題を丁寧に整理・分析し、その上で、既存の施策や今ある地域資源を活用することも含め最善策を考え、優先順位をつけて実施していく（庁内の部局間連携も図りながら）というプロセスが大切ではないかと考えています。

メッセージ②：住民一人ひとりの「暮らし」を知る対話を重ねる

「認知症の人の声を聴く機会がない」といった声を聞くことがありますが、日頃の業務を通して出会った本人の言葉を振り返るとともに、本人がいる場所に職員自ら出向き、本人が暮らしの中で大切にしていることを知ることから始めてみてはどうでしょうか。何気ないと思っていた本人の一言が、わがまちを創るために必要な声だと気づききっかけになるかもしれません。

また、「本人の声をどのように計画へ反映させていくか」を机上だけで考えるのではなく、本人の声をもとに、認知症になってからも暮らしやすいまちについて本人や暮らしに関わる人々と対話を重ねることで、わがまちならではの取組の検討・実践につながり、「地域の実情に即した計画」を創る一歩になると思います。



鳥取県鳥取市福祉部
長寿社会課
鳥取市中央包括支援センター
永松美起氏

メッセージ③：認知症施策は「まちづくり」であり、計画は一つの「きっかけ」



静岡県藤枝市健康福祉部
地域包括ケア推進課
認知症 地域支援推進員
横山麻衣氏

認知症の人の暮らしには、買い物や交通などをはじめとしてさまざまな分野との関わりがあり、認知症施策は、認知症の人の声を起点に、医療や介護中心の取組から脱却して、暮らしに関わる多くの分野の人たちとともに暮らしやすいまちづくりに向けて取組んでいくことが必要ではないでしょうか。日々、認知症の人が積極的に社会参加をするその姿と周りの変化から“認知症施策はまちづくりである”ということを教えてもらっています。

一人ひとりが個性と力を活かし合い、創意工夫によりまちづくりを進めていく手段として、「計画策定が一つのきっかけ」になればと考えています。

おわりに：認知症施策を進めていくにあたって、都道府県・市町村の職員が意識すべきことは？

- 都道府県・市町村において認知症施策を推進する際には、大前提となる重要なポイントがあります。施策の立案、実施、評価に当たっては、まずはこれらの点を意識しながら取り組みましょう。

都道府県・市町村の職員が意識すべきポイント

①権利ベースの考え方を根幹に

認知症とともに生きる人を権利の主体として、その基本的人権を本人及び社会全体として確保・実現するという権利（人権）ベースの考え方を根幹におく。

②本人の声・視点に基づき、本人と家族等と共に施策を推進

施策は、認知症の人の声を起点とし、認知症の人の視点に立って、認知症の人と家族等と共に推進する。

③行政職員が「新しい認知症観」に基づき本人と家族等と対話を重ねる

まずは施策を立案、実施、評価する行政職員が、可能な範囲で認知症の人と家族等の暮らしや活動の現場に出向いてみる。認知症の人と家族等と共に過ごし、対話を重ねることからはじめる。その上で、『新しい認知症観』に基づき、誰もが暮らしやすいまちづくりに向けて、改めて認知症の人と家族等との対話を重ねていく。

④本人と家族等及び多様な関係者等と共にまちづくりを推進

認知症の人の声を起点に、各地域での課題を明らかにした上で、認知症の人と家族等とともに、地域のあるべき姿を描く。「暮らしやすい地域」に向けて、認知症の人と家族等及び医療・介護に留まらない多様な部局・関係者と共にまちづくりに取り組む。

⑤計画は目的ではなく手段

計画策定そのものを目的化するのではなく、地域のあるべき姿を実現するための手段として活用する。

⑥施策は地域特性に応じて優先順位をつけ、重点的な取組事項を検討

国の基本計画に記載された内容について、網羅的にまんべんなく実施するのではなく、各自治体の地域特性に応じて優先順位を付け、重点的に取り組む施策を検討する。

⑦既存施策も本人と家族等と共に見直す

地域のあるべき姿の実現に向けては、新規施策の実施に拘らず、これまでに各自治体において実施してきた既存施策についても、認知症の人と家族等とともに見直し、検討し直す。

- そして、計画は「作って終わり」ではありません。計画も活用して目指すべき方向性等につき市民への浸透も図りつつ、関係者一体となって誰もが暮らしやすいまちづくりを進めていきましょう。

認知症希望大使からのメッセージ

さまざまな人の後押しで、
自分らしい暮らしの
チャレンジを続けています

藤田 和子さん

鳥取市在住 64 歳
(一社) 日本認知症本人
ワーキンググループ相談役理事
認知症本人大使「希望大使」

✿ 私は 45 歳で若年性アルツハイマー病と診断されました。それから 19 年が経ち、認知症の進行も感じています。日々、工夫しながら暮らしています。自分なりに考え、自分のことを決めてきました。会議や講演等に出かけることも私の日常の一部です。文字を書くのがつらく、諦めかけていた時、大切な御礼状はやはり手書きだとすすめられ、スマホのアプリや活動支援者の後押しで、続けています。

✿ さまざまな人たちと出会い、語り合い、自分らしい人生を生きています。認知症になってからもさまざまな可能性が広がっていくことを実感しています。地元の本人ミーティングでも、話しやすい場を活動支援者と丁寧に作っています。参加する人も増えてきて、市の取組みに提案を出したり、自分たちの暮らしをサポートする製品・サービスの開発にも参画しています。

✿ 基本法のもとで、自分らしい暮らしを諦めることなく続けていける人が全国で増えていくように、それを後押しする人も増えてほしいです。



大切な御礼状は、手書きで。画数の多い漢字は、スマホや活動支援者が心強い味方。



活動の合間に、きれいなものをみてリフレッシュ。気の合う仲間とのひとときで、活力もわき、笑顔に。

忘れても支えてくれる
仲間がいるから
怖くありません！

鈴木 貴美江さん

京都市在住 86 歳
京都府認知症大使
認知症本人大使「希望大使」

✿ 認知症になって 10 年経ちました。私は今（現在）のほうが元気で幸せに暮らしています。

✿ 診断を受けた当時、地域のミニデイサービスに参加しましたが、自分には合わず行くのを辞め自宅に閉じこもりました。その後、主治医から、カフェに参加することをすすめてくださいました。お世話をされるのは嫌だったので、食器洗いなどのお手伝いに参加しました。

✿ そこでたくさんの仲間ができて、私は元気を取り戻せたのです。私の主治医、日ごろからサポートしてくれる岩倉の包括センターの方々のおかげです。いまは地域にある 2 カ所のカフェで参加される皆さんに coffee を入れて差し上げることが私のお仕事で、そこでたくさんの仲間と出会えることがうれしいです。

✿ 行政の方へのお願いとして、私のように活躍できる場、仲間と出会える機会を地域でたくさん作って欲しいと思います。



沢山の方々とお話して元気を頂いています！これからも頑張ります！



心を込めて淹れたコーヒーを、美味しくいただくよとお声かけ頂き、とても嬉しくてやりがいになります！（認知症フォーラムにて）

認知症になってからも、希望を持って暮らせる！

私たち本人の思いと力を活かして、自分らしく
暮らし続けられるまちを、ともにつくっていきましょう！