
認知症とともに生きるまち三鷹条例 逐条解説～やさしい解説版～

健康福祉部高齢者支援課

【はじめに 読んでください】

この解説は、三鷹市の認知症(にんちしょう)の 決まりについて書いてあります。無理に全部読まなくても大丈夫です。

ページの見方

- ・ 太い文字：市の 決まり(条例)です。
- ・ その下 ：わかりやすい 説明です。

読んでいて分からないとき

読んでいて分からないことや、心配なことがあったら、
次の窓口に電話してください。

こうれいしゃし えん か かいご ぼう かかり
高齢者支援課介護予防係 0422-29-8388

【参考にしたガイドラインなど】

この冊子は、以下の資料などを参考に作成しました。

- ・ 公用文作成の考え方(文化審議会)
- ・ 在留支援のためのやさしい日本語ガイドライン(文化庁)

目 次

内容

前文(はじめに: みんなで支え合うまちにするために)	1
第1条 目的(この 条例の 目標)	3
第2条 定義(言葉の 意味)	4
第3条 基本理念(大切な 4つの 考え方)	5
第4条 市の責務(市役所の責任)	6
第5条 市民の役割(私たちの役割)	7
第6条 事業者等の役割(お店や会社の役割)	8
第7条 基本施策(1)みんなで 正しく 学びます(教育・発信).....	9
第7条 基本施策(2)社会とつながり続けます(社会参加)	10
第7条 基本施策(3)早く気づいて、すぐに支えます(早期支援)	11
第7条 基本施策(4)自分で決めることを守ります(権利擁護)	12
第7条 基本施策(5)どこでも相談できます(相談体制).....	13
第7条 基本施策(6)家族も支えます(家族支援)	14
第7条 基本施策(7)わかりやすいまちにします(環境整備)	15
第7条 基本施策(8)調べて、もっと良くします(研究・連携)	16
第8条 推進計画の策定等(計画を作って進めます)	17
第9条 財政上の措置(必要な予算を用意します)	18
第10条 委任(詳しいことは規則で決めます)	19

前文（はじめに： みんなで支え合う まちに するために）

認知症は、誰もが自らのこととして向き合う可能性のある身近なものであり、認知症になっても希望を持って自分らしく暮らし続けたいという願いは、市民共通のものである。

三鷹市は、人権を尊重するまち三鷹条例(令和6年三鷹市条例第4号)の理念にのっとり、互いの尊厳を認め合うまちづくりを推進している。したがって、認知症の人の意思と持てる力が等しく尊重され、誰もが自分らしくあり続けられる環境を整える責務を有する。

この認識の下、三鷹市は、市民及び事業者等と協力し、認知症をめぐる不安を解消するとともに、これまで通りの生活を営むことが難しくなるといった社会通念上の障壁を地域全体の課題として捉え直していかなければならない。そして、一人ひとりの尊厳を重んじ、ともに歩むことで、日常の暮らしを支え合う豊かな地域社会を育んでいく必要がある。

ここに、全ての市民が認知症を自らのこととして受け止め、誰もが安心して暮らし続けることができる「認知症とともに生きるまち三鷹」を実現するため、この条例を制定する。

【この決まりの意味】

💡 認知症(にんちしょう)は、誰にでも起こることです

認知症は、誰でも なる 可能性があります。「認知症になっても、希望を持って、自分らしく暮らしたい」これは、三鷹市(みたかし)に 住む みんなの 願いです。

💡 お互いを大切にするまちへ

三鷹市は、お互いを 大切にする まちづくりを 進めています。認知症の人の「こうしたい」という 気持ちや、その人が 持っている 力を 大切にします。そして、誰もが 自分らしく いられる 環境(かんきょう)を 作る 責任が あります。

💡 みんなで 協力して 支え合います

市と市民、お店や会社などは、力を合わせます。認知症への不安をなくし、生活で困っていることをみんなで助け合います。一人ひとりを大切にして、一緒に歩むことで、暮らしを支え合う豊かな地域を作ります。

💡「認知症とともに生きるまち三鷹」

私たちは、認知症を「自分のこと」として考えます。誰もが安心して暮らし続けられるまちを実現するために、この条例(まちの決まり)を作りました。

第1条 目的（この条例の目標）

（目的）

第1条 この条例は、認知症に関する施策（以下「認知症施策」という。）の基本理念を定め、市、市民及び事業者等の責務及び役割を明らかにするとともに、認知症施策の基本となる事項を定めることにより、認知症施策を総合的かつ計画的に推進し、もって誰もが安心して自分らしくあり続けることができる社会を実現することを目的とする。

【この決まりの意味】

💡 みんなで 支え合うための約束

三鷹市（みたかし）は、認知症（にんちしょう）に なっても、安心して暮らせるまちを 目指します。そのために、次のことを大切に します。

💡 ひとりで 頑張らなくていいです

不安な気持ちを、あなただけの問題にはしません。市やまちのみんなで 支えます。

💡 「自分らしさ」を大切にします

認知症になっても、自分らしく暮らし続けられる社会（＝共生社会）を作ります。

第2条 定義（言葉の意味）

（定義）

第2条 この条例において、次の各号に掲げる用語の意義は、当該各号に定めるところによる。

- （1）認知症 共生社会の実現を推進するための認知症基本法（令和5年法律第65号）第2条に規定する状態をいう。
- （2）家族等 認知症の人（以下「本人」という。）の家族その他本人と日常生活において密接な関係を有する者をいう。
- （3）市民 市内に住み、又は市内で働き、学び、若しくは活動する人をいう。
- （4）事業者等 市内において、営利若しくは非営利の活動、公共的活動その他の活動を営む個人又は団体をいう。
- （5）市 基礎自治体としての三鷹市をいう。

【この決まりの意味】

この条例（まちの 決まり）に出てくる言葉の意味です。

- 1 「認知症（にんちしょう）」とは 脳の病気などの変化によって、生活するのにまわりの手助けが必要になっている状態のことです。
- 2 「家族など」とは ご家族はもちろん、家族と同じように本人を支えているパートナーや親しい人、お世話をしている人（後見人など）も含みます。
- 3 「市民（しみん）」とは 三鷹市に住んでいる人だけではありません。三鷹市で働いている人、学校に通っている人、活動している人など、三鷹市に関わるすべての人のことです。
- 4 「事業者（じぎょうしゃ）など」とは 三鷹市にあるお店や会社、病院、グループ（NPO など）のことです。会社だけでなく、個人で仕事をしている人も含みます。
- 5 「市（し）」とは 三鷹市（市役所）のことです。

第3条 基本理念（大切な4つの考え方）

（基本理念）

第3条 認知症施策の推進は、次に掲げる基本理念に基づき取り組まなければならない。

- （1）本人及び家族等の意思が尊重され、不当な差別的扱いや誤解を受けることなく、自分らしくあり続けられること。
- （2）本人が、地域の一員として経験や個性を生かして主体的に活動し、まちづくりに関わること。
- （3）市民と事業者等が、認知症への正しい理解を深め、自分事として支え合う環境を整えること。
- （4）家族等の生活と健康が、本人とのつながりを保ちつつ、等しく守られること。

【この決まりの意味】

認知症の取り組みを進めるときは、次の4つを大切にします。

1 本人の気持ちを一番に考えます

本人の「こうしたい」という気持ちや、家族の思いを大切にします。認知症だからといって、差別されたり、無視されたりすることはありません。誰もが自分らしくいられるようにします。

2 地域(ちいき)の一員として活躍(かつやく)します

認知症の人も、まちづくりの大切な仲間です。これまでの経験やその人らしさを生かして、地域の活動に参加します。

3 みんなで正しく知って、支え合います

市民もお店や会社も、認知症について正しい知識を持ちます。「もし自分になったら」「自分の家族になったら」と考えて、お互いに助け合う環境を作ります。

4 家族の生活も守ります

本人を支えている家族も大切です。家族が疲れ切ってしまうないように、その人の健康や生活もしっかりと守られます。

第4条 市の責務（市役所の責任）

（市の責務）

第4条 市は、前条に規定する基本理念にのっとり、本人及び家族等の意見を尊重しながら誰もが自分らしく安心して暮らし続けられるよう、認知症施策を総合的かつ計画的に推進する責務を有する。

【この決まりの意味】

市は、皆さんの声を聴いて、しっかりと取り組みます。

💡 あなたの意見を大切にします

市は、認知症の人や家族の「こうしたい」という声をよく聴きます。市だけで勝手に決めることはしません。

💡 暮らし全体を支えます

病院や介護のことだけではありません。住まいや買い物のこと、権利を守ることなど、生活に関わるすべてのことを、計画を立てて進めていきます。

第5条 市民の役割（私たちの役割）

（市民の役割）

第5条 市民は、認知症を自分たちの課題として捉え、誰もが暮らしやすい地域づくりに協力するよう努めるものとする。

【この決まりの意味】

私たちにできること

💡 正しく知ることから始めます

まずは、認知症について正しく理解するよう心がけます。「認知症だから何も分からない」という思い込みをなくします。

💡 できる範囲で助け合います

普段の暮らしの中で、認知症の人や家族を温かく見守ります。困っている様子の人がいたら、声をかけるなど、自分にできることで協力します。

第6条 事業者等の役割（お店や会社の役割）

（事業者等の役割）

第6条 事業者等は、従業者が認知症への理解を深める機会を設けるとともに、本人及び家族等が安心して利用できるサービスを提供し、並びに本人及び家族等の就労その他の社会参加を継続できるよう配慮に努めるものとする。

【この決まりの意味】

お店や会社も、支え合いのパートナーです。

1 働く人が学びます

お店や会社で働く人が、認知症について学ぶ機会を作ります。正しい知識を持って、接するようにします。

2 安心して使えるお店にします

認知症の人や家族が、安心して買い物やサービスを利用できるようにします。

3 働き続けられるように工夫します

認知症になっても、仕事を辞めなくて済むように配慮します。その人ができることを生かして、社会とつながり続けられるように手助けします。

第7条 基本施策（１）みんなで正しく学びます（教育・発信）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（１）認知症に関する正しい知識の普及啓発及び教育並びに本人及び家族等による体験や意見の発信への支援

（略）

【この決まりの意味】

安心して暮らせるまちにするための、具体的な取り組みです。

１ みんなで正しく学びます（教育・発信）

- ・ 学校や地域で、認知症について正しく学ぶ機会を作ります。
- ・ 認知症の本人や家族が、自分の体験や思いを発信できるようにお手伝いします。

第7条 基本施策（２）社会とつながり続けます（社会参加）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（２）本人及び家族等の希望や関心に応じた社会参加の機会並びに地域において交流できる場の確保

（略）

【この決まりの意味】

2 社会とつながり続けます（社会参加）

- ・ 認知症になっても、趣味や仲間との交流、ボランティアなど、あなたが「やりたい」と思う活動が続けられるようにします。
- ・ 誰もが気軽に集まれる「居場所（いばしょ）」を作ります。

第7条 基本施策（3）早く気づいて、すぐに支えます（早期支援）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（3）早期発見及び早期診断に資する体制の整備並びに状態に応じた適切な支援を早期から受けるための施策の充実

（略）

【この決まりの意味】

3 早く 気づいて、すぐに支えます(早期支援)

- ・ 「もしかして？」と思ったとき、すぐに専門家に相談できる体制を作ります。
- ・ 診断された直後から、空白期間(相談できない期間)を作らず、切れ目なくサポートします。

第7条 基本施策（４）自分で決めることを守ります（権利擁護）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（４）本人の意思決定支援及び成年後見制度の利用促進等による権利擁護の推進

（略）

【この決まりの意味】

4 自分で決めることを守ります（権利擁護）

- ・ これからの生活や治療について、「どうしたいか」という本人の意思を大切にします。
- ・ お金の管理や契約などで困らないように、権利を守る制度（成年後見制度など）を使いやすくします。

第7条 基本施策（５）どこでも相談できます（相談体制）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（５）本人が住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための包括的な相談支援体制の整備

（略）

【この決まりの意味】

５ どこでも相談できます（相談体制）

- ・ 「どこに相談すればいいか分からない」ということがないようにします。
- ・ 医療や介護、生活の悩みなど、どんなことでもまとめて相談できる場所（地域包括支援センターなど）を充実させます。

第7条 基本施策（6）家族も支えます（家族支援）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（6）家族等の精神的及び身体的な負担の軽減並びに生活の安定を図るための支援の充実

（略）

【この決まりの意味】

6 家族も支えます(家族支援)

- ・ 介護をしている家族が、疲れ切ってしまったり、孤独になったりしないように支えます。
- ・ 家族同士が悩みを話せる場を作ったり、休息(レスパイト)が取れるようにしたりします。

第7条 基本施策（7）わかりやすいまちにします（環境整備）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（7）認知症の特性に配慮したわかりやすいデザインによる環境整備の推進

（略）

【この決まりの意味】

7 わかりやすいまちにします（環境整備）

- ・ 道案内や建物の表示などを、誰にでもわかりやすいデザインにします。
- ・ 認知症の人が外出しても迷わず、安心して過ごせるまち（バリアフリー）を作ります。

第7条 基本施策（８）調べて、もっと良くします（研究・連携）

（基本施策）

第7条 市は、認知症施策を効果的に推進するため、次に掲げる事項を基本として必要な施策を講ずるものとする。

（略）

（８）関係機関等と連携した調査及び研究による認知症施策の効果的な推進

（略）

【この決まりの意味】

８ 調べて、もっと良くします（研究・連携）

- ・ 大学や研究所と協力して、最新の知識や市の実態を調べます。

第8条 推進計画の策定等（計画を作って進めます）

（推進計画の策定等）

第8条 市長は、この条例の目的を達成するため、認知症施策の推進に関する計画（以下「推進計画」という。）を定めるものとする。

- 2 市長は、推進計画の策定に当たっては、あらかじめ三鷹市健康福祉総合条例（平成9年三鷹市条例第5号）第 37 条に規定する三鷹市健康福祉審議会の意見を聴かなければならない。
- 3 市長は、推進計画を定め、又は変更するときは、あらかじめ関係機関等と協議を行うとともに、本人及び家族等の意見を反映するよう努めるものとする。
- 4 市長は、定期的に推進計画に基づく施策の実施状況を公表するものとする。

【この決まりの意味】

思いつきではなく、しっかりと計画を立てて進めます

1 計画（けいかく）を作ります

市長は、この条例の目標を実現するために、「これから何をどう進めるか」という具体的な計画（推進計画）を作ります。

2 専門家の意見を聞きます

計画を作るときは、市だけで決めず、専門家や市民の代表が集まる会議（健康福祉審議会）の意見を聞きます。

3 本人と家族の声を入れます

計画を作ったり変えたりするときは、関係する人たちと話し合います。特に、認知症の本人や家族の「こうしてほしい」という意見をしっかりと取り入れます。

4 やったことを知らせます

計画どおりに進んでいるか、どんな効果があったかを、定期的に皆さんに知らせます（公表します）。

第9条 財政上の措置（必要な予算を用意します）

（財政上の措置）

第9条 市は、認知症施策を推進するために必要な財政上の措置を講ずるよう努めるものとする。

【この決まりの意味】

取り組みを 続けるための予算を大切にします。

市は、この条例で決めたことや計画をしっかりと実行するために、必要な予算(お金)を用意するようにします。「絵に描いた餅(計画だけで終わること)」にしないために、予算の面でも支えます。

第10条 委任（詳しいことは規則で決めます）

（委任）

第10条 この条例に定めるもののほか、この条例の施行に関し必要な事項は、市長が別に定める。

【この決まりの意味】

細かい手続きなどは、市長が決めます。

この条例に書いていない細かいこと（書類の書き方や、相談窓口の詳しいルールなど）は、状況に合わせてすぐに対応できるように、市長が別の決まり（規則など）で定めます。

認知症とともに生きるまち三鷹条例

逐条解説～やさしい解説版～

発 行 令和8(2026)年7月

発行者 三鷹市

〒181-8555 東京都三鷹市野崎一丁目1番1号

三鷹市健康福祉部高齢者支援課介護予防係

電 話 0422-29-8388

メール koreisha@city.mitaka.lg.jp