

まど ぐち そう だん

こんなときは窓口相談

詳しくはこちら

こんなとき
かぞく きんじょう ひと
家族や近所の人
が認知症かも
しれない

こんなとき
さいきん
最近、
もの忘れが
気になってきた

こんなとき
ちいき
地域でのつながりや、
活動の機会が
ほしい

こんなとき
にんちしょう
認知症に
ついて
学びたい

こんなとき
にんちしょう
認知症カフェ※に
参加したい
※認知症の人やその家族、地域の人など、
誰もが気軽に参加できる「つどいの場」

こんなとき
いりょう かいご
医療や介護、
生活に役立つ
情報を知りたい

ちか にんちしょう かいご よぼう そうだんまどぐち
お近くの認知症・介護・予防の相談窓口

まずはこちらにご相談ください

市浦在宅介護支援センター 五所川原市相内 273 番地 担当地区 市浦地区	☎ 0173-62-3303
金木在宅介護支援センター 五所川原市金木町川倉七夕野 426 番地 11 担当地区 金木地区	☎ 0173-54-1051
祥光苑在宅介護支援センター 五所川原市大字沖飯詰字帯刀 357 番地 1 担当地区 三好・毘沙門・中川（新宮除く）	☎ 0173-36-3300
白生会在宅介護支援センター 五所川原市大字金山字竹崎 254 番地 担当地区 五小学区・新宮・松島（太刀打、一野坪）	☎ 0173-33-3102
五所川原市社会福祉協議会在宅介護支援センター 五所川原市字幾世森 218 番地 6 担当地区 南小学区（中央 1 丁目～4 丁目、鎌谷町、烏森、一ツ谷含む）	☎ 0173-34-3494
青山荘在宅介護支援センター 五所川原市大字金山字盛山 42 番地 8 担当地区 飯詰・松島町・松島（金山、米田、唐笠柳、石岡、吹畑、漆川）・長橋（松野木、神山、戸沢）	☎ 0173-35-5225
さかえ在宅介護支援センター 五所川原市大字水野尾字懸樋 222 番地 3 担当地区 栄（湊、稲実、姥落、みどり町）・松島（水野尾）・長橋（浅井、野里、福山）・中央 5～6 丁目	☎ 0173-38-3000
うめた在宅介護支援センター 五所川原市大字梅田字福浦 405 番地 2 担当地区 栄（七ツ館、広田）・梅沢	☎ 0173-28-2829
あかね在宅介護支援センター 五所川原市大字前田野目字長峰 112 番地 2 担当地区 七和・長橋（豊成）	☎ 0173-29-3532
五所川原市地域包括支援センター 五所川原市字布屋町 41 番地 1（五所川原市役所内） 担当地区 五所川原市全域	☎ 0173-38-3939

ごしよがわらし
にんちしょう

認知症と ともに 生きる

認知症の人が希望と生きがいをもち、
市民がともに支え合って暮らせるまちを
みんなでつくっていくために、
五所川原市はこの条例をつくりました。

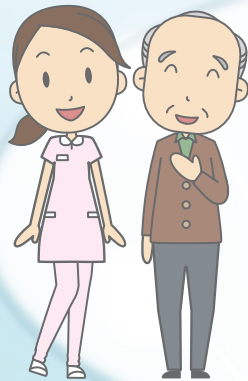
ごしよがわらし にんちしょう ひと い じょうれい
認知症の人とともに生きるまちづくり条例

令和 7 年 4 月 1 日施行

五所川原市地域包括支援課

詳しくはこちら

条例に込めた思い



「認知症とともに生きる」とは、
認知症と上手に付き合いながら、
希望をもって自分らしく
暮らし続けることです。

～実現できるまちにするために～

1. 市民一人ひとりが認知症への理解を深める。
2. 地域全体で認知症の人やその家族を支え合う。
3. 認知症の人やその家族の尊厳、思いを大切に
する。

令和7年4月時点で五所川原市の人口は49,482人、
65歳以上の高齢者人口は18,716人です。
認知症の人および認知症傾向のある人(MCI)は約5,200人
いると推計されています。

令和5年度 老人保健事業推進費等補助金「認知症及び軽度認知障害の有病率調査並びに将来推計に関する研究」より算出

認知症は、年齢に関わらず誰もがなる可能性があります。
認知症を「自分ごと」として考えてみませんか？

4人に1人

認知症についての 考え方を換えよう！



認知症は、脳の機能が少しずつ低下していくことで、普段
の生活がうまく送れなくなっていく状態です。

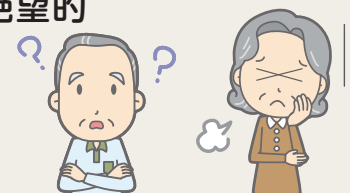
しかし、認知症になったら何もできなくなるのではなく、
認知症になってもできること、やりたいことはあり、住み慣
れた地域で仲間とつながりながら、希望をもって自分らしく
暮らし続けることは可能です。

私たち一人ひとりが、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、認知症の人とともに
より良く暮らしていくための第一歩です。

古い考え方

ひとごと、他者視点、問題重視、疎外、絶望

- ❖ 他人ごと、目をそらす、
先送り
- ❖ 何もわからない、できない
- ❖ おかしなことを言って
周りを困らせる
- ❖ 周りが決めてあげる
- ❖ 地域で暮らすのが困難
- ❖ 恥ずかしいこと、隠す
- ❖ 暗い、萎縮、あきらめ、
絶望的



新しい考え方

わがこと、本人視点、可能性重視、ともに、希望

- ❖ 自分ごと、向き合う、備える
- ❖ わかること・できることが
たくさんある
- ❖ 本人なりに意味があり、本人
が一番困っている
- ❖ 本人が決める
(決められるように支援)
- ❖ 地域の一員として社会と繋が
りながら暮らす、支え合う
- ❖ 認知症でも自分は自分、自然
体でオープンに
- ❖ 楽しく、のびのび、あきらめず、
希望がある

