

平成 27 年度認知症介護研究・研修仙台センター運営事業費による研究事業

在宅介護者及び認知症者の早期支援 と支援者育成に関する研究

報告書

平成 28 年 3 月

社会福祉法人東北福祉会
認知症介護研究・研修仙台センター

目次

はじめに

研究実施体制

I. 研究概要

1. 研究の目的	1
2. 方法	1
3. 倫理的配慮	2

II. 研究結果

1. 市区町村自治体等で実施される家族会等の参与観察	3
2. 国内の認知症カフェの事例収集	7
3. オランダ、イギリスの認知症カフェの現状	21
4. 家族会等の実施者担当者の認知症カフェ情報共有研修の実施	27

III. 研究の整理

1. わが国の認知症カフェ実践への示唆	41
2. 認知症カフェのタイプと目的	41

謝辞

はじめに

平成27年1月に「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」を発表した。同計画では、これまでの病院・施設を中心とした認知症ケア施策を、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けられる在宅中心の認知症施策へシフトすることを目指し、地域で医療や介護、見守りなどの日常生活支援サービスを包括的に提供する体制づくりについてより具体的な数値目標を示し、省庁横断的な総合戦略を目指している。

新オレンジプランにおいて7つの柱が示され、その一つに「4. 認知症の人の介護者への支援」があり、介護者支援の方向性が示された。ここでは、「認知症の人の介護者への支援を行うことが認知症の人の生活の質の改善にも繋がる」ことから介護者の生活の支援にも力がそそがれる方針が示された。具体的には、認知症カフェ等の新たな取り組みの推進とその設置運営にあたって地域支援推進員が担うことは明記されたが、その認知症カフェの具体的な方法については、現段階では明記はされていない。家族支援については、従来から市町村自治体や地域包括支援センターにおいて展開される「地域支援事業（任意事業）」による介護者交流会や介護者講座、またはインフォーマルなサービスである「認知症の人と家族の会」が実施する「つどい」などがあり以前から実践が積み重ねられている。認知症カフェは新たな取り組みであり、これらとの役割や方法との違いについていまだに混乱している担当者も多く、あわせて参加する家族や本人、地域住民に明確に説明がなされていない状況にある、

そこで、本研究ではあらためて、従来から実施されている家族会の情報を詳細に収集し、加えて認知症カフェとの位置づけを明確にしたうえで、早期支援に携わる支援者育成に必要な資料を集め整理することを目的に実施した。

本研究では、家族支援に携わる担当者の家族支援に関する交流会を開催し情報の集約とその交換を一つの目的とし参加者それぞれの資質向上に関するきっかけとなることを期待している。

今回明確な事業や研修の効果を測定することは行っていないが、それぞれが抱える家族会・介護者交流会等の具体的な課題、そして、諸外国の認知症カフェと国内の認知症カフェの事例を収集し現段階での整理することができた。本報告書では、その成果をまとめ、今後の家族支援につながる家族会、介護者交流会、そして認知症カフェが実施されるための資料となることを目指したものである。

認知症介護研究・研修仙台センター
センター長 加藤伸司

研究実施体制

研究担当者

- 矢吹知之（認知症介護研究・研修仙台センター 主任研修研究員）
- 阿部哲也（認知症介護研究・研修仙台センター 研究・研修部長）
- 吉川悠貴（認知症介護研究・研修仙台センター 主任研究員）
- 加藤伸司（認知症介護研究・研修仙台センター センター長）

研究協力者

- 及川明美（岩手県奥州市健康福祉部地域包括支援センター センター長）
- 高橋正彦（医療法人社団フォルクモアクリニック医庵たまプラーザ 医師）
- 仙台市健康福祉局保険高齢部介護予防推進室
- Alzheimer Netherlands（オランダ）
- Alzheimer Society（イングランド）

事務局

- 堀籠修子（認知症介護研究・研修仙台センター 研究事業室担当）
- 工藤靖子（認知症介護研究・研修仙台センター 研究事業室担当）

※○は主担当

I. 研究概要

1. 研究の目的

平成 27 年 1 月に新たに策定された認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）では、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分らしく暮らし続けることができる社会の実現を目指し、新たに 7 つの柱が据えられ平成 28 年までに達成すべき具体的な数値目標が示された。その実現に向けた取り組みでは、認知症の各ステージにおいて、適時適切なサービスが整備され、早期支援のサービスが整備されることが重要な課題である。そして、その際に、本人そして家族の意思が尊重されていることが求められている。

本研究は、新オレンジプランが示す重点課題の中でも特に、「地域を基盤にした介護者および本人支援を具体的に実現可能とする人材の育成並びに良質なモデル構築」を目指し、地域で開催されている地域支援事業等で実施されている、認知症の人の介護者交流会や介護講座を整理し課題を検討したうえで、認知症初期からサービスに切れ目なくつなげ、家族支援の新たな展開として期待される認知症カフェの効果について、国内外の好事例を収集し整理を行った。

2. 方法

1) 市区町村自治体等で実施される家族会等の参与観察

仙台市内の地域包括支援センターならびに自治体が開催する家族介護者の家族会・介護者交流会への参与観察を行い、個人が特定できないようにして内容の記録を行った。

期間は、平成 27 年 8 月～平成 28 年 2 月までで、上記家族会等に参加した家族は約 70 名であった。

2) 国内の認知症カフェの事例収集

国内の認知症カフェへの参与観察ならびにヒアリング調査を実施した。ヒアリング調査の項目は、認知症カフェの設立経緯、目的、開催頻度、参加者数、プログラム等の内容、課題等である。

また、参与観察では、参加者として参加を依頼し、認知症カフェの内容や参加者への効果や意義や意味、価値について読み取った。期間は、平成 27 年 6 月～10 月までであった。

3) オランダ、イギリスの認知症カフェの現状

オランダアルツハイマー協会 (Alzheimer Netherlands)、スコットランドアルツハイ

マー協会 (Alzheimer Scotland)、イングランド、ウェールズアルツハイマー協会 (Alzheimer Society) から認知症カフェに関する資料を収集し整理を行った。

4) 家族会等の実施者担当者の認知症カフェ情報共有研修の実施

東北6県の市区町村、宮城県内の地域包括支援センターの家族会、介護者交流会等の実施担当者ならびに関係機関を対象として、認知症カフェの目的ならびに運営方法を検討することを目的に開催した。日程は平成28年3月12日で168名が参加した。

3. 倫理的配慮

1) 対象となる個人の人権擁護についての配慮

(1) 個人情報の保護

質問紙調査においては得られたデータは個人名の特定が出来ないようコード化した。インターネットやメール送信などでの電子通信を利用せず、デジタルデータはコンピュータと切り離し可能な記録媒体（ハードディスク）で管理することとした。なお、研究で得られたデータは、認知症介護研究・研修仙台センターの定める「認知症介護研究・研修仙台センター研究事業に係る文書保存基準」に従って取り扱っている。

(2) 途中における同意取り消しの自由

研究協力者は、いつでも本研究への同意の取り消しを行うことができる。その際、協力者・団体がいかなる不利益も被らないよう配慮する。また、申し出があれば、その個人に属する研究上得られた資料をすべて破棄することとした。

(3) 疑問、質問への対応

研究内容その他に関する疑問・質問に関しては、研究責任者が常時応じることとした。

(4) 相談の自由

研究協力者は、研究協力への同意やその取り消し等に関して、他の者に自由に相談した上で判断を下すことができる。このことは説明時に明示されることとした。

2) 研究協力者の理解を求め同意を得るための方法

調査の同意は、調査票にて研究趣旨を説明し返信をもって同意とみなした。

3) 研究によって生じる可能性のある研究協力者への不利益（または危険性）及びそれらに対する配慮

報告書作成にあたっては、データの匿名性を確保するため、個人が特定できる、住所、氏名、年齢などは掲載しない。

なお、本研究は、「認知症介護研究・研修仙台センター倫理審査委員会」の承認を得て実施されている。

Ⅱ. 研究結果

1. 市区町村自治体等で実施される家族会等の参与観察

1) 参加した介護者交流会・家族会等の詳細

既存の家族会等の実態と、参加する家族にとって自分自身の介護生活にどのような意味や価値をもたらしているかを明らかにすることを目的に仙台市内の介護者交流会の参与観察を行った（表1）

表1 参与観察対象の一覧

日程	時間	場所
平成27年8月24日(月)	13:00 - 15:00	青葉区役所
平成27年9月24日(木)	13:30 - 15:00	宮城野区役所
平成27年10月28日(水)	13:30 - 15:00	太白区役所
平成27年11月25日(水)	13:30 - 15:00	宮城野区役所
平成27年12月21日(月)	10:00 - 12:00	泉区役所
平成27年12月21日(月)	13:00 - 15:00	青葉区役所
平成28年2月15日(月)	10:00 - 12:00	泉区役所

2) 参与観察結果

介護者交流会の参与観察の結果を表2~4に示す。参加者並びに運営者には、観察者の立場、所属を明らかにし、内容については個人が特定できないよう詳細は記述しない旨を説明し同意を口頭で得たうえで記録を行った。本調査結果の記録は、会話の詳細を記録したものではない。性別および続柄による家族介護者の発話内容をもとに今後求められる支援方法を検討するための参考資料とすることを目的とした。なお、本調査では、性別と続柄による違いをまとめた。

表2 家族介護者の発話内容（男性：夫婦、親子関係）

介護者の声	介護者の性別	被介護者の続柄	介護提供家族関係	利用サービス	要介護度
通院を拒否する	男	妻	夫が妻	HC	要支援1
訪問介護を拒否する	男	妻	夫が妻	HC	要支援1
経済的に困難	男	妻	夫が妻	DS	—
わがままを言って困る	男	妻	夫が妻	DS	—
甘えがあるのではないか	男	妻	夫が妻	DS	—
もの忘れが多い	男	妻	夫が妻	—	要介護1
本人に病気のことを言っているのか？	男	妻	夫が妻	—	要介護1
辛い話を聞きたい。良かった話は聞きたくない。	男	妻	夫が妻	—	要介護1
介護離職をした	男	母親	息子が実母	HC	要介護4
介護が理由で離婚をした	男	母親	息子が実母	HC	要介護4
経済的不安	男	母親	息子が実母	HH	要介護2

男性介護者の参加は少ない。また発話者も限定され、他の参加者の会話に耳を傾けて聞き手になる場合が多く、ほとんど発話がないこともある。今回の男性参加者に限定して特徴をまとめると、以下の点があげられる。

- ・通院や介護の拒否について理解ができない
- ・副介護者がおらず一人で背負っており、社会的に孤立する傾向がみられる
- ・介護に没頭し教育的視点になる傾向がある

表3 家族介護者の発話内容（女性：夫婦関係）

介護者の声	介護者の性別	被介護者の続柄	介護提供家族関係	利用サービス	要介護度
夜起きてくる	女	夫	妻が夫	DS	—
冷蔵庫の食べ物を暴食する	女	夫	妻が夫	DS	—
食べるのはよいがそれにつれてトイレが多くなり介助で苦労	女	夫	妻が夫	DS	—
自分の精神的に良いときは冗談も言えるが毎日だとへきへきする	女	夫	妻が夫	DS	—
排せつをトイレではなくあちこちにする	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
生野菜を食べ続ける	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
注意すると怒る	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
薬を飲まない	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
下着を隠す	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
地域の人には認知症だとわかっていない	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
DSも老人クラブだといつと行ってくれた	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
もの忘れが多い	女	夫	妻が夫	—	—
車の運転を止めさせたい	女	夫	妻が夫	—	—
独語	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
液体洗剤を飲む	女	夫	妻が夫	DS	要介護1
目が離せない	女	夫	妻が夫	—	—
服を着れない(失行)	女	夫	妻が夫	—	—
夜間の徘徊	女	夫	妻が夫	—	—

表3は、女性介護者でかつ夫婦関係にある介護者の発話内容をまとめたものである。その結果、介護者および被介護者の年齢が高齢化している傾向がある。利用しているサービスは、デイサービスが主であり、要介護度は軽度で被介護者のADLは家庭内の日常生活では自立している場合が多い。そのため、認知症の初期から現れる記憶障害、見当識障害、失行からくる生活上の行動の対処について悩みを抱えている傾向がある。これらの傾向を以下にまとめた。

- ・夜間の対応で特に昼夜逆転やこれに伴う対応について困惑している
- ・排せつの問題
- ・目が離せない状況での疲弊
- ・本人に認知症の自覚がないために本人の思いと家族の想いの不一致が生じる
- ・理解しがたい行動が多く介護者が精神的に大きなショックを受けている

表4 家族介護者の発話内容（女性：親子関係）

介護者の声	介護者の性別	被介護者の続柄	介護提供家族関係	利用サービス	要介護度
進行が心配	女	父親	娘が実父	SS	—
転倒が多い	女	父親	娘が実父	SS	—
失語	女	父親	娘が実父	SS	—
施設の対応が悪い	女	父親	娘が実父	SS	—
簡易トイレを使ってくれない	女	母親	娘が実母	—	元
同じことを何度も言う	女	母親	娘が実母	—	元
行ったことを聞いていない	女	母親	娘が実母	—	元
夜何度も起きてくる	女	母親	娘が実母	—	元
趣味をしなくなった	女	母親	娘が実母	—	元
夜眠れない、結果鬱になった	女	母親	娘が実母	—	元
デイケアに行きたがらない	女	母親	娘が実母	DC	—
何度も同じことを言う	女	母親	娘が実母	—	—
暴れる暴力	女	母親	娘が実母	—	—
幻視	女	母親	娘が実母	—	—
妄想があり近所とトラブルに	女	母親	娘が実母	—	—
病識がなく都合が悪いことはすべて忘れる	女	母親	娘が実母	—	—
嫉妬妄想	女	母親	娘が実母	—	—
お金へ執着がある	女	母親	娘が実母	—	—
性格が変わり言葉も乱暴に。受け入れられない	女	母親	娘が実母	—	—
進行が不安	女	母親	娘が実母	DS	要介護2
将来の生活の不安	女	母親	娘が実母	DS	要介護2
暴力	女	母親	娘が実母	DS	要介護2
失禁	女	母親	娘が実母	DS	要介護2
見当識障害	女	母親	娘が実母	DS	要介護2
夜眠らない	女	義母	嫁が義母	—	要介護2

表4は、女性介護者でかつ親子関係で子が親を介護する場合の発話内容をまとめたものである。親子関係であるために介護者が被介護者よりも年齢が若いこと、また介護を終えた

参加者が参加している特徴がある。今回の観察内容の特徴を下記にまとめた。加えて親の看取り終了後、もしくは在宅介護から入所施設へ介護の場を移行した後の虚無感、罪責感、後悔など介護者の情緒的ゆらぎを緩和するアフターケアの場の必要性が示唆された。

- ・暴力や暴言等の課題を抱える傾向がみられる
- ・昼夜逆転等の対応に困惑し疲弊している傾向
- ・義理の親の介護をする介護者の参加は少ない

2. 国内の認知症カフェの事例収集

1) 目的

開始から1年以上経過している認知症カフェの開催経緯や実施方法について事例的に収集することを目的とした。

2) 期間

平成27年6月～10月

3) 方法

認知症カフェに参加者として参与観察を行い、併せて運営者へのヒアリングを行った。

4) 事例一覧

表5 参与観察を行った認知症カフェ事例の一覧

	開催場所	時間	頻度	開始年	費用	参加者			
						認	家	地	専
1. Oカフェ	奥州市内地区会館	13:30-15:30	月1回	2013	¥300	◎	◎	◎	○
2. MOカフェ	三鷹市コミュニティカフェ	19:00-21:00	月1回	2010	¥100	△	◎	◎	△
3. Tカフェ	川崎市内自治会館	13:30-16:30	月1回	2013	¥100	◎	◎	◎	◎
4. Lカフェ	宇治市コミュニティカフェ	14:00-15:30	月1回	2013	¥300	◎	◎	○	○
5. Gカフェ	福山市障害者授産施設	13:00-15:00	月1回	2014	¥200	◎	◎	○	◎
6. COカフェ	京都市コミュニティカフェ	14:00-16:00	月1回	2013	¥500	◎	◎	○	○

※認＝認知症の当事者 家＝家族介護者 地＝地域住民 専＝専門職者

※※ ◎＝多い（認知症の人の場合は“いる”ことで◎とする）

○＝参加はしているが割合として少ない

△＝不足または少ない

事例1：「Oカフェ」

- A. 開設時期 2013年8月
 B. 開催頻度 第4金曜日（月1回）
 C. 開催時間 13:30-15:30

D. 参加費用 300 円

E. 認知症カフェの運営者 認知症地域支援推進員 1 名（開設当初から担当）、地域包括支援センター職員 4 名

F. 参加者の属性

認知症の人 11 名、家族 6 名、グループホーム入所者 3 名、地域ボランティア（ぬくもり隊）5 名、地域包括支援センター職員 4 名、地域住民 2 名。

平日開催のためか介護者は娘が多くみられる。専門家の参加状況は、運営者の地域包括支援センターのほかグループホームのスタッフも参加。

G. ボランティアの属性と育成方法

ボランティアの人数は 5 名。育成方法はぬくもり隊研修（1 日）を行い、コーディネート方法は、ぬくもり隊を養成しその活動の一環としてこの認知症カフェがある。

H. 地域の人の参加経緯

- ・ 市政だよりを見て参加
- ・ 新聞やテレビによる取材で参加者は増加している。
- ・ 地域参加者の属性は近所の人で、徒歩圏内の方が中心である。

I. カフェの目的と流れ

目的 認知症の人も含めた地域の人の居場所づくり

流れ

13：20 会場に到着するとすでに 5 台の車が駐車場に止まっており、中からは賑やかな声が響いてくる。外観、きれいに手入れされた庭、大きな灯籠があり、見ているとさらにもう 1 台、そしてもう 1 台と車が入ってきて駐車場はすでにいっぱいである。会場となる集会場に早速足を踏み入れてみる。靴の置き場のないくらいの玄関を乗り越え、中をのぞくとすでに多くの方が集まっていて、座るところを探さなくてはならない。まるで大家族、年に数回集まる親戚の宴会のような光景である。木造の家は人を呼び込む。高齢者が多いため座布団は少し大変かもしれないが、小さな椅子も用意してある。これはボランティアのぬくもり隊が作ったものだ。会場内はボランティアが作ったものであふれている。昔遊びの道具（お手玉、万華鏡）いす等。遊び道具は最初は使用していたが今は使われなくなったそうである。話がメインになっていったからである。

入り口で受付を行い、その際に 300 円徴収する。参加者の名札はない。

13：40 地域支援推進員の S さんが司会と全体のコーディネート、ガイダンスを行う。

13：45 S さんの促しで、全員が自己紹介を行う。

14：00 全員の自己紹介が終わりカフェタイム（おしゃべりタイム）に入る。話をしている間に、ぬくもり隊がお茶やお菓子を運ぶ。座席は自由であるが、介護者と

認知症の人本人と一緒に座っている。介護者の1人に生後間もない赤ちゃんを連れて女性がいる。その赤ちゃんを中心に輪ができています。また、しばらくすると母を介護する娘が集まり話をし、それぞれの苦労話をしている場面もある。その間に、認知症の人たちは、スタッフが用意した工作を始めた。作る物はペットボトルで作る風車である。3名ほどその作成をしていた。また、近所から来た高齢者2名は友達である。認知症が心配で認知症になりたくなくてきたとのこと。生まれてすぐに物忘れチェックのパソコンに向かい検査を行っていた。その結果、「病院にいった確認してください」と出たことが腑に落ちない様子である。年齢は2人とも90歳であった。

グループホームからは2人の高齢者を連れて参加していた。認知症の方は、なかなか輪の中に入れていたが、スタッフの促しによりお茶の輪の中に入った。

15:00 保健師による体操の時間となる。体操は皆楽しみにしているようで、これは最初のころから行っている。体操はその場でできるものがほとんどで、全員で手をつないだり一体感をもたらす工夫がなされている。スタッフは「この体操によって次回も来たいと言ってくれる人が多い」とのことである。仲間意識を醸成することを目的としているようである。

15:30 次回の案内をして終了

J. その他

・カフェメニュー

緑茶、体めぐり茶、コーヒー、ラテ各種、お菓子は水羊羹

・開催場所の概要

会場は築100年はゆうに越える古民家であり庭には大きな石灯籠がある。自治会から借りており会場費は年間1万円である。

・雰囲気づくりの特徴

会場が古民家であり自宅のような雰囲気を出している。昼であるために座布団に座るスタイルが進められる。情報コーナー、物忘れ相談やパソコンが設置されている。カフェというよりも茶の間である。地区の集会、社協のサロンなどでも使われておりなじみの場所でもある。

・自己評価および今後の展開

今後は、もっと多くの場所で行う必要があると考えている。歩いて行けることが大切だと感じているために、各地にこうした認知症カフェを作っていきたい。

今回、男性は参加していないが、以前に数名来たことがある。場になじめなくて途中で帰ってしまった経験があるとのこと。

事例 2 : 「MO カフェ」

- A. 開設時期 2010 年から昼間の部が始まり、夕方の開催は 2014 年
- B. 開催頻度 第 4 火曜日 (月 1 回)
- C. 開催時間 19 : 00-21 : 00
- D. 参加費用 100 円
- (経費の捻出方法) 年間 2 万円の会場費は代表である I 氏の個人支出。
以前は、補助金などを申請していたが手続きなどが手間になるのでやめた。また、民間の任意団体に補助金を回してくれなくなった。
- E. 認知症カフェの運営者 地域住民 I 氏と協力者 2 名。
I 氏は元大学教授であり、介護のことを継続的に学ぶ場が必要だと感じこの認知症カフェを始めた。
- F. 参加者の属性
認知症の人 0 名、介護者 0 名、元介護者 3 名、専門職 1 名。
訪問当日は認知症の人や介護者は不参加であったが、参加することもある。介護者が参加する場合は、就労している比較的若い介護者が多いとのこと。
- G. ボランティアの属性と育成方法
元介護職員 1 名。ボランティア教育などは特に行っていないが、他の認知症カフェ (市内には 20 か所) を見学に行ったり、講師を招いたりする。
- H. 地域の人の参加経緯
チラシを市民センターに置くことで参加を募る。ホームページでの開催告知も行っている。もっと多くの人に知ってもらうために、市広報紙の掲載を行う予定である。
- I. カフェの流れ
- 流れ
- 18 : 45 主催者である I 氏がカギを持参し会場を開ける。開催場所であるグループリビングの入居者は現在はいない。
- 18 : 55 開始時刻の 5 分前になると玄関から数人の男性の声が聞こえ会場内に入ってきた。その 5 分後に運営ボランティアである若い男性 (元介護職員) がお菓子を持参して入ってきた。冷蔵庫からお茶を取り出し、食器棚からコップを人数分準備している。その間にまた男性が 2 名入ってきて合計で 6 名になったところでおもむろに認知症カフェが始まる。全員男性である。今回は初参加の人はいない。
- 20 : 15 訪問当日は介護者が不参加のため、日本の介護の現状、生産労働人口の減少問題、空き家問題、地域ケアの東京の課題についてディスカッションをする。

それぞれ自分の意見や疑問を参加者に投げかけている。ディスカッションでは、在宅介護の課題として就労との両立が難しいこと、介護離職が切実であること、その解決策として社会全体として介護を支えるためのサービスとして、新たなビジネスが必要であり、学生や若い人が高齢者を使い介護ビジネスを始めるべきだという話になっていた。シルバー人材サービスのような公的なサービスもあるが、何より急な対応ができないことなどは課題であるといっている。そして地域の問題は介護だけではなく、障がいや子育ても一緒に考えなければならないと。訪問当日は、現介護者はいなかったが、介護者がいるときは徹底して傾聴に心がける。時に勉強会と称して人を呼んで話を聞くこともある。

21:00 終了

J. その他

・他との違いや特徴、こだわり

男性が社会問題として介護を捉え地域を変えていかなければならないという考えが根底にあり、そのために働きながら介護する人も支援したいという思いから始まっている。地域課題解決のための認知症カフェであるという認識がある。

そのために「人は来なくても必ず開く！」という方針は崩せないのだそうだ。この認知症カフェは、「支えることで、支えあう」という地域全体の支えあいの輪を作っていこうという理念を感じることができる。

・カフェメニュー

お茶（ペットボトル）、お菓子（ドーナツ・チョコ）

事例3：「T カフェ」

A. 開設時期	2013年9月
B. 開催頻度	第1水曜日（月1回）
C. 開催時間	13:30-16:30
D. 参加費用	100円
（経費の捻出方法）	参加費のみ 会場費は自治会館のため無料
E. 認知症カフェの運営者	町内会副会長であり地区社協会長のO氏が主な運営を担っており、地域包括支援センターや近隣の専門職や医師などで共同運営を行っている。 O氏は、地域の居場所を作りたいと考えており、認知症専門医との出会いが認知症カフェ運営のきっかけとなった。

F. 参加者の属性

参加者 70 名（内見学者 15 名）地域住民のボランティアスタッフ 15 名、認知症の人 5 名とその家族、専門職として地域包括職員 5 名 医師 1 名、元看護師、家族の会などが参加している。

G. ボランティアの属性と育成方法

ボランティアの 15 名は町内会の会員である。育成方法は、地域包括支援センターが主催し町内会を対象にサポーター養成講座を開催。通常 1 回で終わりだが、シリーズ化し 4 回シリーズの講座を行い、最終回に認知症カフェの提案を行った。講座の内容は①認知症とは②地域で支える方法③認知症の対応方法（寸劇）④GW（地域の課題を話し合う）である。

H. 地域の人々の参加経緯

町内会の呼び掛けで、町内会員、老人クラブの会員（介護家族含む）が参加。

I. カフェの流れ

流れ

- 13 : 00 参加者が徐々に集まり始め自由に着席する。
- 13 : 30 ボランティアのスタッフが認知症カフェ初参加の人のためにシステムを紹介する。100 円でドリンクは飲み放題。スタッフに注文をするとチケットがもらえるので、ドリンクと交換で 100 円を支払うシステム。多くの人はすでに知っている。すぐにスタッフが手慣れた動きで注文を聞いて回りチケットを配っている。このシステムは、参加者が歩き回り混乱しないようにセルフではないことがうかがえる。会場は狭く全員が動くと混乱するからである。ドリンクカウンターには、男性 2 名、女性 1 名が対応している。
- 13 : 35 注文を取ると順次ボランティアスタッフが参加者にドリンクを運んでいく。フリートークの時間なので、参加者同士の会話が弾んでいるようである。参加者の話では、ほとんどの参加者は顔見知りで、この地域が開発された 40 年前からの住人が多いとのこと。当時はまだ住宅も少なく竹藪ばかりだったが、高速道路と東急電鉄が開通し、どんどん開けていったと話していた。会場内はエアコンが効いているのが、参加者の熱気で室温は上昇し、参加者にうちわが配られている。これもボランティアの配慮である。
- 14 : 00 すべての参加者にドリンクが配られたころ、本日の講話が始まった。大きな笑いに包まれて和やかな時間がより一層盛り上がりを見せる。
- 14 : 55 講話は延長し 55 分間であったが、あっという間に終わって大きな拍手に包まれた。その後はフリートーク。参加者の中では講話の中にあつた振り込め詐欺の話題の話がされている。ここがオランダ方式である。

- 15：05 体操の紹介が行われた。毎回講話の後に、頭の体操や健康づくりに役立つミニ講話が行われている。
- 15：10 この日はかき氷機が持ち込まれ、参加者全員にかき氷が振舞われた。
- 15：30 2度目のフリートーク。ここで少しずつ参加者も帰り始めるが、特に終わりのあいさつもなく自然の流れで解散していく。残った参加者は介護家族が多く、専門職と神妙な顔つきで話し込んでいる。聞くとこの時間に介護の相談や、サービスの相談に乗ることが多いとのことである。
- 16：10 BGM がかかり、ボランティアにより少しずつ会場の片づけが始まった。
- 16：30 会場を復旧し終了

J. その他

・他との違いや特徴、こだわり

受付名簿はなく、名札もつけない。集まる時間も帰る時間も自由。カフェを実現したい。コーヒーは豆から挽くといったこだわりをもっている。

※ファシリテーター、企画した T 先生は徹底して黒子に徹することになっている。それによって、緩やかな雰囲気演出することを実現している。ただのコミュニティカフェやサロンとならないよう、認知症カフェであるために、3 回に 1 回は医師が認知症に関する講話を行うようにしている。

・カフェメニュー

コーヒー（ホット・アイス）、紅茶

・場所選定の理由と経緯

地域の集会所を使うことで周知の必要はほとんどなく、口コミで広がり、認知症が心配な人も連れだって気負わずに相談に来ることができる。

・雰囲気づくりの特徴

コーヒーや紅茶は陶器のカップで提供。アイスコーヒーについてもガラスのコップを使用している。抹茶コーナーがあり、お茶をたてる役の方がいる（ボランティア）。以前は認知症の人がこの役割を担っていたが、現在は体調がよくないので行っていない。

事例 4：「L カフェ」

A. 開設時期	2013 年 6 月（試行は 2012 年 12 月）
B. 開催頻度	月 1 回
C. 開催時間	14：00-15：30 頃
D. 参加費用	300 円
（経費の捻出方法）	福祉サービス公社に委託して運営

E. 認知症カフェの運営者 医師。病院の精神科医師であり、認知症のイメージを変え早期受診はもとより、医療や介護へつながる場を作りたいという思いから始まった。

F. 参加者の属性

認知症の人 10 名、家族 11 名、専門職は作業療法士 1 名、保健師 1 名、ケアマネ 2 名、地域包括支援センター包括職員、地域住民 4 名、見学者 3 名

G. ボランティアの属性と育成方法

ボランティアは専門職。育成方法は、認知症あんしんサポーターの研修を受講してボランティアになる。

H. 地域の人の参加経緯

市の広報、ホームページ、サポーター養成講座、サロンや団地での呼びかけを地域包括支援センターが行っての参加。また初期集中支援チームの対象となった方へも告知している。参加者には民生委員なども少数含まれている。

I. カフェの目的と流れ

目的 認知症カフェは認知症の人やその家族、地域の人への入り口。そして生活を再構築すること。

流れ

14：00 進行は地域包括支援センターの職員。真ん中の大きな机に 7、8 名、周辺の小さな机 4 つは満席である。座席は指定席ではないようだが、常連が多いため同じような場所に座っているとのこと。

14：05 講話（第 1 部）

医師の講話は恒例であり毎回講話をされる。講話担当は M 医師のみである。訪問当日は、パワーポイントを用い「認知症の旅の言葉」として、認知症の兆候について本人から話をしていた。

また、この認知症カフェでは、今後、名産であるお茶つみを行うのだそうだ。市で始まった、認知症の人の就労の場、そして地域づくりの有機的融合を目指す新たな取り組みだ。地域全体が本人の言葉で動き出していると説明される。

14：35 歌の時間（第 2 部）

担当は、シンガーソングライターである M さん。M さんは、地元出身のシンガーソングライターである。オリジナル曲もあり、この認知症カフェのテーマソングで市の職員から相談されそして作詞作曲を M さんがした曲である。音楽の時間は、M さんが中心に進められる。タンバリンや鈴などの楽器を参加者に配られたが、それはあまり使われずむしろ「歌いたい」ということが勝っている。参加者は常連がほとんどなので、皆で口ずさんでいた。

15 : 30 カフェタイム

カフェタイムは最後の 30 分である。スタッフは参加者に、コーヒー、紅茶やデザートを配る。参加者それぞれに話題を振り「行き場がないと感じていた時にここを紹介してもらった」など、参加者自身が語り始めた。M 医師は、これを「旅の言葉」と表現した。認知症と共に生きる旅人達の言葉であると。今回は参加者が少なめで顔なじみが多いために自由に話をするというよりも、それぞれの出番を作っているという感じである。

15 : 45 この日初めて司会をする地域包括支援センターの職員が「緊張して」と言いながら閉会の挨拶をして認知症カフェは終了。

J. その他

・カフェメニュー

コーヒー、紅茶、お茶 デザートは毎回違う。

・場所選定の理由と経緯

企画者である市が認知症カフェをする場所を探していた時に、ちょうどコミュニティカフェがあることを知りここを活用することにした。

・雰囲気づくりの特徴

実際に運営しているカフェであるため、そのままを利用している。

事例 5 : 「G カフェ」

- A. 開設時期 2014 年 8 月
- B. 開催頻度 第 1 土曜日 (月 1 回)
- C. 開催時間 13 : 00-15 : 00
- D. 参加費用 200 円
- (経費の捻出方法) 参加費のみ
会場費は無料
- E. 認知症カフェの運営者 地元大学教員、会場となっている医療法人職員 2 名
- F. 参加者の属性
認知症の人 6 名、家族介護者 6 名、地域住民 8 名、学生 6 名である。専門職者は、医師 1 名、社会福祉士、ケアマネ、介護福祉士、精神保健福祉士など計 13 名。いずれもこの地域の事業所連絡会 (週 1 回) に参加する事業所の職員である。
- G. ボランティアの属性と育成方法
ボランティアの属性は、会場のカフェに併設される障害者の就労施設の利用者 3 名と地元の大学生 6 名の 9 名。

H. 地域の人の参加経緯

地域の人の参加のための宣伝告知方法は医師からの紹介が多い。HP、地域新聞などにも掲載している

I. カフェの目的と流れ

目的 専門職との出会いの場、認知症に関する相談、家族の不安解消

流れ

11：00 ボランティア、専門職が集合。学生ボランティアは会場設営。

12：00 専門職スタッフミーティングが始まる。前回の振り返り後、申し込みのあった人の詳細の情報共有を行う。スタッフは紫色の名札を付ける。

12：30 参加者の迎え入れ

場所は、地域でも人気のフレンチレストラン「ビストロ TWO MOONS KICHIN」である。このレストランの運営は、認知症カフェを主催する法人であるため使用料は無料。シェフに話を聞くと「レストランは地域住民にも人気であり、本格的フランス料理を手ごろな値段で食べることができる。ディナーはフルコースで4,500円と格安。」とのこと。レストランは高級ホテルのガーデンレストラン風で雰囲気が素晴らしい。

12：45 入り口では受付の机の前で2人のコーディネーターが並んで出迎えている。その横で数名のスタッフが座席表を何度か確認し、指定した座席まで案内する。そこに介護者と認知症の人の夫婦が入ってきた。認知症と思われる男性は奥さんの少し後ろを歩ききよろきよろしながらついてきており、奥さんは少し疲れたような顔をしている。スタッフに「こんにちは」と元気に声をかけられ座席に案内されている。座席は介護者と当事者が別々になっているためにそれぞれ誘導されていく。「こっちなの？」とすこし不安げではあるが、すぐに座席に座り担当スタッフと楽しそうに会話をしている姿が見えた。参加者には名札が用意されておりそれぞれが胸のあたりにつけている。少しずつ座席が埋まり、15分の間であっという間に満席になっていた。飲み物の注文は、座席でスタッフが行う。

13：00 アロマセラピーとカフェタイム

「今日で12回目のガーデンカフェ、次回が1周年ですね。今日はアロマセラピーです。皆さんのところに順番に回っていきますので楽しみにしてくださいね。」と先生の仕切りでカフェタイムが始まる。

セラピストは女性かなと思っていたが男性2名で、やはり同じ地域の連携している施設の職員だそうで慣れた様子で始まる。

全員にドリンクがいきわたり、それぞれのテーブル毎にカフェタイムがいつの間にか始まっている。

13：10 真ん中の円卓を見ると、認知症のことが心配な女性が作成した自作の新聞を

持ってきて配っている。それには「認知症予防新聞」と書かれている。テレビを見てその情報を書きとめ、写真を張り付けたもの、どうしたら認知症にならないかが書かれている。これは趣味でやっているとのこと。

13：30 一番奥の四角いテーブルに目を移すと、真剣なまなざしで医師の言葉に耳を傾けている。ここは家族のテーブルで、認知症の当事者のテーブルが一番手前なので最も離れたところである。以前、家族が認知症の勉強をしたいというので、半分は講話、当事者はレクリエーションのような形式で行ったこともあるとのこと。しかし、そうすると何のためにここに集まっているのかわからなくなるので、今はこのスタイルになった。

13：50 家族が数名いるグループの担当者に大学の教員の運営者が呼ばれた。「薬の話だが、うちの夫はレビー小体型認知症だと思うの。でも主治医の先生はパーキンソン病だっているのよ。でもある時からメモリー錠が処方されているの。おかしいと思いませんか？」家族は自分で学習し、原因疾患の見立てを行っている。これに対し助言を行っている。家族会に専門職のファシリテーターが入りもっと専門的な話をするスタイルである。参加する地域住民の多くは、認知症が最近心配で来ているという高齢者が多い。

14：20 キッチンではチーズケーキが準備され、各テーブルに配られている。ケーキの準備をしている間、ガーデンに行き散歩をする認知症の人も見えた。

14：50 歌の時間

ファシリテーターの2人が窓際でキーボードの準備をしている。準備が整い、ファシリテーターから「では、最後に皆で歌を歌いましょう。“ふるさと”です。2番まで歌いましょう♪」全員で合唱して終わった。テーブルではそれぞれが握手をしている。「これがこのカフェの決まりで、最後握手をして終わります。そして出口では私たちが全員と握手をして再会を約束しています」あちらこちらで、名残惜しそうに握手をしている姿が見える。

15：00 終了

J. その他

・カフェメニュー

コーヒー（アイス・ホット）紅茶、昆布茶、ハーブティー、ケーキ（これは毎回ではない）

・場所選定の理由と経緯

法人でデイサービスと併設でレストランを経営しており、その場所を活用している。そのために使用料は無料である。レストランは地域住民にも人気であり本格的フランス料理を手ごろな値段で食べることができる。料理長は、食にこだわる医師でもある。

・雰囲気づくりの特徴

レストランを利用しているため、そのまま利用することで良い雰囲気が醸し出される。内装はモダンでシンプル。フレンチだけにフランス雑貨、そしてオルゴール等が並ぶ。

※座席は事前に決められている。申し込み時に詳細をヒアリングしたフェイスシートを元に、家族と当事者はばらばらに座る。家族席は相談コーナーになり、当事者は当事者席に分かれる。専門職は、参加者とマンツーマンの体制になる。

・自己評価および今後の展開

人数的に今の人数が限界。月に1回だが、今後月2回にすることも検討していきたい。しかしスタッフは限界か。地域の人や家族は、認知症の知識や講話を聴きたがっている。しかし当事者がいるために、それは難しいと考えている。

(5) 事例6：「OS カフェ」

- A. 開設時期 2013年3月
- B. 開催頻度 第4日曜日（月1回）
- C. 開催時間 14：00-16：00
- D. 参加費用 500円
（経費の捻出方法） 参加費で飲み物、デザートを購入。
会場費は、自法人で運営するコミュニティカフェのため無料。
- E. 認知症カフェの運営者 法人の園長とデイサービスの所長
- F. 参加者の属性
認知症の人7名、その家族6名、専門職は7名ですべて同法人の職員（地域包括支援センター職員も含む）
- G. ボランティアの属性と育成方法
地域住民等のボランティアは参加しておらず、このカフェを運営する法人の職員が運営を行う。
- H. 地域の人々の参加経緯
地域住民は参加していない。参加者募集については関係機関にチラシの配布し案内をする。
- I. カフェの目的と流れ
目的 家族支援、本人の居場所支援、ピアサポート（本人同士のつながり支援）
流れ

14:00 第1部：カフェタイム

14:00 ピッタリに認知症カフェが始まる。司会者のAさん「今日は久しぶりに司会なので緊張します」と前置きしマイクを持った。訪問当日のテーマは、「転倒予防の重要性について」。講師は、地域包括支援センターの職員が慣れた様子で講義を始めた。パソコンを使用し講義を行う。メモを取る人、真剣になぞく人皆まじめだ。1人だけ全く関心のなさそうな人がある。黄色い服を着た小さな子どもである。「おじいちゃんと一緒に来ているんです。孫がいないとおじいちゃんも来ないと思うんです」あとから教えてくれた。14名ほどでいっぱいになる会場なのでどこに居ても声がよく聞こえているようだ。

14:30 第2部：歌の時間

アコーディオン演奏者はデイサービスの職員とのこと。奏でられている音は、優しくやわらかい空気に代わっていくのを感じる。「マイムマイム」「早春賦」「めだかの学校」と続き、いつの間にか認知症の人やその家族で会場全体が歌声に包まれていく。ひときわ高い声で歌っているのは、小さな黄色い服を着た子どもと一緒に来ていた認知症の男性。その向かいにいたお母さんの横に座る子どもに目をやるとぼかんとしていた。わからないようだ。子どもはお絵かきをしている。何曲か続き終わりを告げると、「アンコール」の声が始まりもう1曲「タンゴ」を披露してくれた。

15:20 第3部：カフェタイム

アコーディオン演奏が終わり、スタッフはキッチンからコーヒーとケーキを持ってきた。認知症カフェのスタッフが今日のデザート「紅茶のシフォンケーキ生クリームと柿添え」の説明をした。前に座る認知症の男性は甘いものが苦手なホットドックが並べられた。カフェタイムでは各テーブルにスタッフが付いて家族や本人から話を引き出そうとしているのがよくわかる。この認知症カフェは、開始当時からのスタイルで行われているらしい。時に、クリスマスパーティ、鍋パーティ、ワイン会等趣向を凝らし飽きさせないための工夫をしている。終わりが近づくと、ミニ講義の資料が配られた。講義の際に配らないのは、たぶん顔を上げさせるための工夫のようだ。

16:00 写真撮影

16時ちょうどになると、参加者は立ち上がりテラスに出始めた。写真撮影を毎回行うことが恒例となっている。これも参加者からの提案だ。

J. その他

・カフェメニュー

シフォンケーキ（その日によって内容は変わる）、コーヒー、紅茶

・ 場所選定の理由と経緯

開催場所の向かいには古い歴史のあるお寺があり、周囲は住宅街で細い路地がある。車どおりも比較的多いが、カフェはこじんまりと落ち着いた雰囲気が目立たない所にある。しかし、参加者の多くは法人のデイサービスや居宅系サービスを利用しているので迷うことはない。また、完全予約制なので送迎もする。認知症カフェの敷地内にはデイサービス「げんさんち」がある。「げんさん」とはこの土地の持ち主であり、ここで長く工場を営んでいた方。デイサービスの建物はそのげんさんの使わなくなった工場を活用したもの。認知症カフェはその駐車場に立てたものである。

3. オランダ、イギリスの認知症カフェの現状

1) 調査目的

オランダ、イギリスの認知症カフェの実態を明らかにし、わが国の認知症カフェの現状と比較検証を行ったうえで、現状の課題ならびに今後の在り方を検討する。

2) 調査方法

オランダアルツハイマー協会 (Alzheimer Netherlands)、スコットランドアルツハイマー協会 (Alzheimer Scotland)、イングランド、ウェールズアルツハイマー協会 (Alzheimer Society) から認知症カフェに関する資料を収集し整理を行った。

(1) 協力機関

①オランダ (Alzheimer Netherlands, アムステルダム自由大学, Japan Culture Exchange)

②イギリス

イングランド (Gloucester Alzheimer Society)

スコットランド (Alzheimer Scotland, Motherwell, Edinburgh, Falkirk, West Lothian)

3) 調査項目

- (1) 認知症カフェの名称と由来
- (2) 開設時期
- (3) 開催期間 (月何回)
- (4) 開催時間
- (5) 参加費用
- (6) 経費のねん出方法
- (7) コーディネーターの属性
- (8) 参加者の属性 (認知症者、家族、専門職の数、年齢、経緯等)
- (9) ボランティアの属性 (人数、コーディネート、交通費、教育方法等)
- (10) 地域の人々の参加 (告知、参加者の属性)
- (11) プログラムの特徴 (内容、特徴、準備など)
- (12) 雰囲気、環境づくり
- (13) 評価 (自己評価、外部評価)
- (14) 資金と運営の課題

4) オランダの認知症カフェ

(1) 経緯

1997年に始まったアルツハイマーカフェは、高齢者の精神疾患研究センターの老年心理学の専門家ベレ・ミーセン博士とアルツハイマー協会が協力しライデン大学で開催したのが始まりである。現在、アルツハイマーカフェは240か所以上で開催されており、宗教上コーヒーが飲めない人向けには、カフェインなしのアルツハイマーティーハウスが用意されている。普及にあたっては当初メディアが大きな役割を担った。

(2) オランダの認知症カフェの現状

名称	アルツハイマーカフェ（ユーロ圏の登録商標） 実施には、Alzheimer Netherlands 地方支部の関与が必要であり、その証としてアルツハイマーカフェの赤い文字のフラッグや看板が掲げられている。
目的	①認知症についての医学的情報や社会心理学的情報の提供 ②抱えている問題についてオープンに話すことの重要性を伝えること ③認知症の人や家族が抱えている問題について地域社会が再認識し受容すること ④認知症の人とその家族に対する社会的孤立の回避 ※ゆるやかな継続的教育と地域への啓発ピアサポートの場ともいえる。専門的な家族支援については、ミーティングセンターが担う。
対象	認知症の本人、家族介護者、家族の仲間（地域住民）、専門職者 ※参加者数の平均は約50名程度（認知症の本人2～3名）
頻度・時間	月に1回、夜19:00頃から2時間が多く、昼間開催のところも多少ある。 月曜日から木曜日までに開催し、金、土、日、祝日は開催しない。
運営者	Alzheimer Netherlands の職員と地域のいくつかの福祉団体やNPOが加わることで中立性を確保する。Alzheimer Netherlands の地方支部の関与がない認知症カフェは、地域の介護、福祉、医療関係法人が職員を派遣し連携して開催する。
会場	中立性が高い場所、公共交通機関が利用可能で地域の人々のなじみの場所を Alzheimer Netherlands が計画的に設置する。優先順位として一般のカフェやレストランが最も高く、施設などでの開催は好ましくないとされている。
進行	カフェコーディネーター、ディスカッションリーダー等の名称の人が、全体の司会進行やディスカッションでのQ&Aの進行を務める。これらの人は Alzheimer Netherlands が準備する研修を受講。
内容	カフェタイム（情報収集と受け入れ）30分→情報提供（教育・ミニ講話）30分→カフェタイム（休憩とコミュニケーション）30分→ディスカッション（Q&A）30分。この進行はどれも変わらない。毎回、認知症に関する情報提供の内容が異なる。
音楽	ほとんどのカフェでカフェタイムにBGMとして音楽を生演奏する。ただし、皆で歌うことなどはなく、あくまで話を促進する雰囲気を作るツールとして

	用いられている。楽器は、ピアノ、アコーディオンが多く主役にはならない。
参加費用	無料
スタッフ教育	カフェコーディネーター研修を Alzheimer Netherlands が実施、ボランティア研修も準備されているが必須ではない。
運営の手引書等	ベレ・ミーセン監修のカフェマニュアル及び、Alzheimer Netherlands の設置基準に基づく。
飲み物・お菓子等	コーヒー、紅茶のみがほとんど。オランダはコーヒー文化がありコーヒーを好む。お菓子は、クッキーやチョコレートが少々。食事としてサンドイッチやパンを用意することがある。ワインやビールも用意しているがこれは有料。
財源	国から交付される自治体予算から自治体が負担。または Alzheimer Netherlands 本部や地域支部が NPO などから助成を受け財源に充てている。多くのカフェで1回につき日本円で約1万円程度の補助。会場内に募金箱も置いてある。

●オランダの認知症カフェの工夫とコンセプト

- ①敷居を下げる時間（開催時間）
- ②無理のない開催頻度と継続性（開催時期と頻度）
- ③会話の敷居を下げる（ネームプレート、音楽、時間管理、司会進行）
- ④参加までの敷居を下げる（会場選定と予約）
- ⑤地域の財産とすることで認知症カフェの存在の敷居を下げる（運営方法）
- ⑥安定したプログラムと仕掛け
- ⑦出会いの場を提供し、出会いを演出する（参加者の枠を取り払う）

(3) 課題

情報提供が中心であることに不満を漏らすスタッフもいた。

5) イギリスの認知症カフェ

(1) 経緯

オランダから3年遅れ2000年からハンプシャー州ファーンボローで開催された。その後2009年の国家戦略によって明記されたことによって、現在国約600か所で展開されている。

イギリスの認知症カフェは、認知症の人と家族、そのケアにかかわる専門職者のみで構成されている。当初はオランダに習い、認知症の人と家族、そのほかに認知症に関心のある人も入っていたが、回数を重ね徐々に同じ経験をする他の仲間から受ける精神的サポートの効果を重視する手法に変化していった。

(2) オランダとイギリスの違い

対象者の違いから、認知症カフェで展開される内容もことなり、オランダのように定型的なプログラムで実施されるのではなく、アクティビティが中心に行われている場合が多い。

イングランドでは、正式なルールや、運営手法というものはない。唯一のルールは、最低 16 名の参加者ということだけである (Alzheimer Society 資料より)。人数以外は、認知症カフェの運営者にその方法が任されているためにカフェによって行われるアクティビティは異なる。イギリスでは、本人の声から政策やサービスが開発することに努める。その結果、認知症の人と家族をパーティションや別部屋にて実施され、家族は介護の悩みについて話し合い、認知症の人は自分の悩みやレクリエーションを行う形式をとるところが多い。

また、カフェのレイアウトは、当初はイギリスでもオランダのようにカフェスタイルで行っていたが現在は、1つの大きなテーブルで実施しているところが多い。

(3) イギリスの認知症カフェの現状

名称	<p>【イングランド】 メモリーカフェ、ディメンシア・カフェ、アルツハイマーカフェ、メモリークラブ、ケアカフェ等 (正式名称は、メモリーカフェである。Alzheimer Society が主催する認知症カフェの 8 割はこの名称を使用している。また、「アルツハイマーカフェ U.K」という組織もあり、これはオランダのベレ・ミーセン博士の考えたカフェモデルを継承した独自の組織である。)</p> <hr/> <p>【スコットランド】 メモリークラブ、ディメンシア・カフェ、D-カフェ、フォゲットミーノットカフェ、オアシスカフェ、パームカフェ、クロケットクラブ、フットボールカフェ、ガーデニングクラブ、ミュージカルクラブなど様々 (正式名称はディメンシア・カフェであるが、ほとんどこの名称は使われず、通称でそれぞれのカフェを用いられている) ※本書では、スコットランドを除く Alzheimer Society 並びに Alzheimer Scotland が実施する認知症カフェを紹介する。</p>
目的	<p>①認知症の人や家族介護者が孤立せず社会と繋がること ②認知症の人や家族介護者相互支援 (ピアサポート) が行われること ③認知症や介護に関する情報提供がなされること ④専門家とつながり、早期支援に結び付くこと ⑤通常のカフェに出かけるようにリラックスすること</p>
対象	認知症の本人、家族介護者が中心

頻度・時間	開催頻度は、その認知症カフェによって異なるが、月に1回、隔週、毎週などさまざまである。時間は、午前中のみ、午後のみ、お昼を挟んで午後まで行うところの3種類が混在し、実施する団体によって異なる。 月曜日から金曜日まで開催されており、土、日、祝日は開催しない。
運営者	Alzheimer Society 並びに Alzheimer Scotland の支部が開催する認知症カフェや、地域の NPO が開催する認知症カフェなどさまざま。スコットランドでは殆ど Alzheimer Scotland 支部が実施している。
会場	地域の協会のコミュニティホール、Alzheimer Society の事務所、レストラン、高齢者住宅の集会所、レストラン（少数）
進行	進行を担当するのはプロジェクトワーカーで、Alzheimer Society、Alzheimer Scotland の職員である。プロジェクトワーカーは Alzheimer Society、Alzheimer Scotland が主催するカフェでは、企画運営を担っている。また、カフェコーディネーター（ファシリテーター）はボランティアの場合もあり、ボランティアのコーディネート、カフェの環境設定、記録などを行う。しかし、カフェの運営団体によって呼び名は異なる。
内容	認知症カフェごとにそれぞれ特徴あるアクティビティを行っている。ゲームや歌、ビンゴ、軽スポーツなど、さまざまなことを行う。また、特にアクティビティを行わずに話だけをするとところもある。スコットランドの場合は、アクティビティや興味に応じたテーマ設定が行われ、サッカーやガーデニング等特徴がある。
音楽	CDなどで音楽を流す設備はあるが、使用しない認知症カフェも多い。
参加費用	無料が基本であるが、食事を提供するところでは3ポンド程度（日本円で400円程度負担がある）
飲み物・お菓子等	コーヒー、紅茶が提供される。インスタントがほとんど。食事を提供する認知症カフェは、キッチンで調理する。
スタッフ教育	スコットランドでは、スタッフのフレームワークが準備されており集合研修を行うが、必須ではない。 イングランドでは、Alzheimer Society 主催で1年に1回カフェマネジャーの全体研修と情報交換が準備されている。
運営の手引書等	アルツハイマーカフェのツールキットが準備されている。オランダタイプで実施している団体は、ベレ・ミーセン監修の資料を基に実施する。
財源	スコットランドでは Alzheimer Scotland、イギリス（イングランド、ウェールズ、北アイルランド）は Alzheimer Society が、それぞれ寄付を募り運営資金を確保する。また、チャリティイベントなども頻繁に実施する。

●イングランドの特徴

- ①認知症の人と家族のみで構成される
- ②プログラム中心
- ③週に何回も開催される（多い方が良いという意識がある）
- ④孤立予防のために開催される

●スコットランドの特徴

- ①認知症の人と家族のみで構成される
- ②地域住民はキッチンボランティアとして参加
- ③趣味に特化した認知症カフェが多数みられる

(4) 課題

- ①デイサービスのように利用されている（家族不在が多い）
- ②地域住民への認知度は低い
- ③運営資金での困難さ
- ④認知症カフェを名乗ることは自由なので内容が統一されていない

4. 家族会等の実施者担当者の認知症カフェ情報共有研修の実施

1) 目的

東北6県の市区町村、宮城県内の地域包括支援センターの家族会、介護者交流会等の実施担当者ならびに関係機関を対象として、認知症カフェの目的ならびに運営方法を検討することを目的に開催した。

2) 開催日

平成28年3月12日(土)

3) 場所

東北福祉大学仙台駅東口キャンパス

4) 参加者数

168名

5) 内容

時間	内容
13:00～ 13:50	「認知症カフェとは何か？」 認知症カフェの発祥の地オランダの認知症カフェ、そしてイギリス（イングランド・スコットランド）の認知症カフェの事例を詳しく紹介する
14:00～ 16:00	シンポジウム：認知症カフェを始めよう続けよう 1部：事例報告 ●『思い出カフェ』岩手県奥州市 築100年を超える自治会館で開催。ボランティアと地域包括支援センターが共同で運営される。 ●『土橋カフェ』神奈川県川崎市 毎回50名を超える参加者。オランダのカフェモデルに近い方法で開催され地域の中で育まれるカフェ。 ●『仙台市の認知症カフェ推進のこれから』仙台市介護予防推進室 仙台市が始めた認知症カフェ一覧化の取り組みの紹介 2部：ディスカッションと質疑

6) 研修内容

(1) 「認知症カフェとは何か？」 認知症介護研究・研修仙台センター 矢吹知之




認知症カフェとは何か？
～目的と方法を考える～

矢吹知之 (認知症介護研究・研修仙台センター, 東北福祉大学)

1. 認知症カフェの今

認知症カフェの現在地



4. 認知症の人の介護者への支援 (新オレンジプラン)
【基本的考え方】

認知症の人の介護者への支援を行うことが認知症の人の生活の質の改善にも繋がるとの観点に立って、特に在宅においては認知症の人のもっとも身近な伴走者である家族など、介護者の精神的身体的負担を軽減する観点からの支援や、介護者の生活と介護の両立を支援する取組を推進する。

(認知症の人の介護者の負担軽減)

●認知症の人の介護者の負担を軽減するため、認知症初期集中支援チーム等による早期診断・早期対応を行うほか、認知症の人やその家族が、地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う認知症カフェ等の設置を推進する。

2018年までにすべての市町村で設置される予定の認知症地域推進員が実施

1. 認知症カフェの今

認知症カフェ数

平成26年度 厚生労働省調べ (2015年10月19日発表)

全国	1,718自治体中	263自治体	15.1%
宮城県	36自治体中	10自治体	28.6%

仙台市の集計	認知症カフェ	18か所
	家族交流会	8+5か所
	本人交流	4か所

(2015年12月時点)

1. 認知症カフェの今


日本におけるカフェの情報

「介護施設や公民館の空き時間を活用して、認知症本人やその家族、地域住民など誰もが和やかに集えるカフェ」

●政府広報オンライン
<http://www.govonline.go.jp/useful/article/201308/1.html>

「認知症の人と家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集う場」


●今後の認知症施策の方向性について
(厚生労働省認知症施策検討プロジェクトチーム)



1. 認知症カフェの今

国の紹介したカフェの事例

- 1～2回/月程度の頻度で開催(2時間程度/回)
- 通所介護施設や公民館の空き時間を活用
- 活動内容は、特別なプログラムは用意されていない、利用者が主体的に活動。
- 効果
 - ・認知症の人 → 自ら活動し、楽しめる場所
 - ・家族 → わかり合える人と出会う場所
 - ・専門職 → 人としてふれあえる場所(認知症の人の体調の把握が可能)
 - ・地域住民 → つながりの再構築の場所(住民同士としての交流の場や、認知症に対する理解を深める場)



2. 各国の今と目的

オランダ・イギリスの認知症カフェの現状



- 目的
認知症カフェの意義、そして運営実態について学ぶ
- 期間
2014年4月20日～5月15日まで
- 場所
イングランド4か所、スコットランド6か所、オランダ 7か所



2. 各国の今と目的

認知症カフェの目的

オランダ

1997年 ベレ・ミーゼン氏の発案でライデン大学で始まる。(現在240か所)
2001年に国家戦略として位置づけ

- ① 認知症についての医学的情報や社会心理学的情報の提供
- ② 抱えている問題についてオープンに話すことの重要性を伝えること
- ③ 認知症の人や家族が抱えている問題について地域社会が再認識し受容すること
- ④ 認知症の人とその家族に対する社会的孤立の回避。



イギリス

2000年 オランダをモデルにハンブシャー州のファーンボローで始まる。2009年に国家戦略に位置付け。(現在600か所)

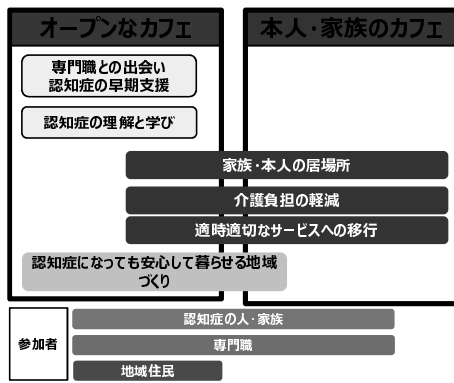
- ① 認知症の人や家族介護者が孤立せず社会との繋がる
- ② 認知症の人や家族介護者相互支援(ピアサポート)が行われること
- ③ 認知症や介護に関する情報提供がなされること
- ④ 専門家とつながり早期支援に結び付くこと
- ⑤ リラックスすること

オランダの標準的なモデル

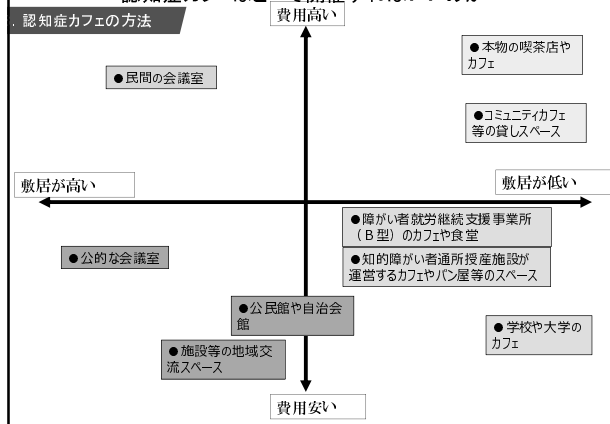
時間	内容
1部 19:00	オープン カフェタイム
2部 19:30	ミニ講話
3部 20:00	カフェタイム
4部 20:30	Q&A
5部 21:00	バータイム 自由に解散
21:30	終了

3. 認知症カフェの方法

認知症カフェの目的をどう定めるか？

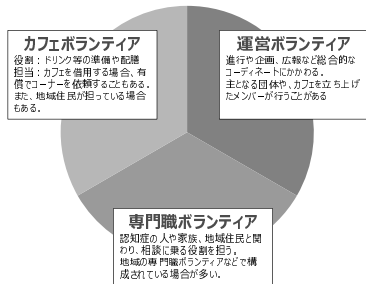


認知症カフェはどこで開催すればいいのか？



3. 認知症カフェの方法

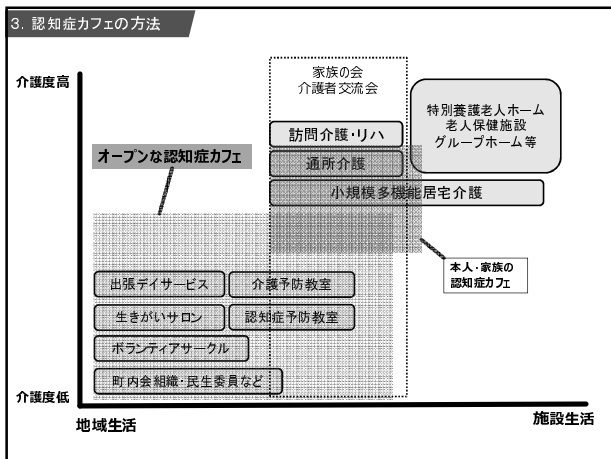
認知症カフェにはどのようなスタッフが必要なのか？



3. 認知症カフェの方法

サロンとの違いをどのように位置づけるか？

	対象者	立地	行うこと	目的
デイサービス	要介護認定者	介護保険事業所	食事、入浴、レクリエーション等	社会的孤立防止 心身機能の維持
家族の会 介護者交流会	家族介護者	会議室など	介護相談、情報交換など	介護負担軽減、ピアカウンセリング
いきいきサロン	一般高齢者が中心	公民館・自治会館など	おしゃべり、体操、講話など	住民交流、地域づくり
認知症カフェ	認知症の人と家族介護者	施設・事業所や公民館など	おしゃべり、レクリエーションやプログラム	認知症の人と家族の居場所づくり
	オープン	可能な限り開かれた場所	講話とそれについての討議や情報交換	認知症を学ぶ、専門職と出会う、認知症の理解



“あらためて”カフェの目的とは

- ①若年性認知症の支援
- ②認知症の早期支援体制の不足
- ③家族支援と認知症カフェ
- ④高齢者虐待の未然防止

もう一つの居場所となる
多様性を認める装置として機能を持つ

新たな地域を拓く
変化への対応の場

認知症カフェの今とこれから

認知症カフェの今	これから
①カフェの目的が明確ではない	明確な2、3の目的を掲げそれを緩やかに行う
②カフェの場所で悩む	場所が・・・であきらめず時間を演出する
③カフェに人が集まらない	あらゆる手段を用いて敷居を下げる
④同じ人ばかりしか参加しない	多職種、他施設、事業所で協働し多様な交流をもたらす
⑤開催が負担になり継続が難しい	地域の既存の団体の協力を得てその人たちの主導にするよう働きかけ、地域の財産に

●認知症介護研究・研修 仙台センター監修のカフェ

昨年11月からスタート

土曜の音楽カフェ♪

今日のテーマ 「知ってほしい!正しい介護サービスの選び方!」

- 1部 13:30 カフェタイム(お茶)
- 2部 14:00 講話
- 3部 14:30 カフェタイム(お茶)
- 4部 14:50 Q&Aとカフェタイム

認知症や高齢化について、ゆるやかに学び、事業を働きながら語り合います。地域の力、専門職の方との出会いの場でもあります。様々な学びの場を創出してまいります。

- 日 時 平成28年2月6日(土) 毎週第一土曜日
- 時 間 13:30~15:15まで
- 場 所 東北福祉大駅前 ステーションカフェ (朝の日の輝です)
- 参加費 無料 (コーヒー、紅茶、お菓子も提供いたします)
- 申し込み、予約は特にいりません。誰でも参加できます。
- 公共交通機関をご利用ください。
- 介護職の方への参加を希望する方は、介護職・ご本人大歓迎!
- 見学も大歓迎です! (多岐の機会はお知らせいたします)

問合せ 認知症介護研究・研修仙台センター 022-268-7506 (平日 9:00~17:00)
 国見地域包括支援センター 022-727-7506 (平日 9:00~17:00)

「土曜の音楽カフェ♪」の概要 ☕

【目的】

- 認知症のことを学ぶ
- 介護者になっても安心して繋がれる場所
- 介護が必要になっても参加できる場所

●時間

13:30~カフェタイム
※ゆったりとはじまります

14:00~ミニ講話
※認知症のこと、介護のこと、健康のこと等

14:30~カフェタイム

14:50~Q&A

15:15頃 おわり

コンセプト ☕

- ゆるやかに始まり、終わりはぴったり終わります。
- 遅刻大歓迎、途中退室大歓迎
- 申し込みはいりません
- 無料です(協力金で運営)
- 飲み物は飲み放題です(淹れたてコーヒー、紅茶、日本茶)
- お菓子は、オランダ、イギリスのお菓子を

地域の財産となることを期待しています。

どんな人が参加しているの

- 地域の方 ……これからの安心、楽しみ
- 認知症の人 ……進行の抑制、症状緩和
- 認知症の不安がある人 ……予防的
- 介護している方 ……友人との会話、きっかけ
- 介護、医療、保健関係者 ……良いサービスの提供、ストレス緩和
- 学生 ……自分の学び、楽しみ

次回 認知症の人の心を知る

認知症について学ぶカフェ 「土曜の音楽カフェ」

毎月第1土曜日

● 次回4月2日(土)

場所 東北福祉大学
ステーションキャンパス
ステーションカフェ



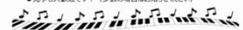
認知症について学ぶカフェ(認知症カフェ) 専門職や地域の人との出会いの場

土曜の音楽カフェ

今回のテーマ 「知っておきたい正しい介護サービスの選び方」
1部 13:30 カタログタイムと音楽
2部 14:00 講話
3部 14:20 カタログタイムと音楽
4部 14:50 Q&Aとカタログタイム

認知症や高齢化について、ゆるやかに学び、音楽を聴きながら語り合います。
地域の方、専門職の方との出会いの場でもあります。
両キャンパス別の認知症カフェを体験していただきます。

- 日 時 平成28年2月6日(土) 毎週第一土曜日
- 時 間 13:30~15:15ごろ
- 場 所 東北福祉大学駅 ステーションカフェ (駅直前の前です)
- 参加費 無料 (コピー、紙類、印刷代等別途お支払い)
- 申し込み 予約は特にいりません。随時でも参加できます。
- 公共交通機関もご利用ください。
- 介護相談コーナーも設けます。(介護費ご本人大歓迎)
- 見学も大歓迎です！(参加の機会はお知らせください)



問合せ 認知症介護研究・研修センター 022-263-7558 (平日9:00~17:00)
認知症包括支援センター 022-727-7558 (平日9:00~17:00)

(2) シンポジウム「認知症カフェを始めよう続けよう」

① 「思い出カフェ」岩手県奥州市 奥州市中央地域包括支援センター 及川明美

認知症カフェセミナー2018(H28.3.12)

奥州市認知症思い出カフェについて

～認知症になっても安心長寿のまちおうしゅうをめざして～



岩手県奥州市健康福祉部
地域包括支援センター
及川 明美


奥州市



平成18年2月 2市2町1村が市町村合併
総面積は、993.30平方キロメートルと廣大。
(東西に約57km、南北に約37km) ※東京23区やシンガポールより広い！

(特産品) 南部鉄器 前沢牛 江刺りんご 胆沢ピーマン はとむぎ茶等
※国際リニアコライダー(ILC)国内候補地

奥州市の概況



	平成27年3月末現在
総人口	121,659人
高齢者人口	37,963人
高齢化率	31.2%
世帯数	44,285世帯
介護認定者数	6,919人
要介護認定者率	18.2%
第6期介護保険料(年額)	60,000円

第6期介護保険事業計画における認知症施策の全体像


<基本理念「安心長寿のまち おうしゅう」>
住み慣れたまちで共に生きるために - 認知症になっても安心長寿のまちおうしゅう -
目的-認知症になっても本人の意思が尊重され、みんなの力で支え合いながら住み慣れた地域で安心して暮らせる地域づくりをめざす。

	事業名	事業名
1 認知症の人を支援する関係者の連携を図る事業	① 奥州市認知症になっても安心まちづくり連絡会	① 物忘れ相談プログラムの活用(早期発見・早期対応のためによる個別相談)
		③ 認知症の容体に依じた適切な対応のための体制整備事業
		② 脳トレ・初トレ教室
		④ 認知症支援者相談会
		⑤ はいやいSOSネットワーク事業
		⑥ 徘徊声かけ練習加練事業
2 認知症への理理解を深めるための普及・啓発推進事業	① キャラバン・メイト自主活動組織育成支援 ② 認知症サポート者養成講座 ③ 認知症研修会 ④ 一般市民向けの情報揭示	① 市町村ランティア「認知症支援ぬくもり隊」養成講座
		② 認知症支援ぬくもり隊自主活動支援
		③ 認知症カフェ事業 思い出カフェ「ぬくっこ」の開催
		④ 認知症介護者家族交流会「ぬくっこ」の開催
		⑤ 若年性認知症の本人・家族が相談できる窓口の開設等

認知症の人とその家族の支援の充実 認知症支援ぬくもり隊養成講座

- 認知症を学び、認知症になっても安心できる地域づくりと一緒に考え行動する市民ボランティア養成
- 各分野の講師による講演とアクション・ミーティングを実施

受講申し込み時の、市民の反応の大きさに驚き！




※講座のみにとどまらず、自主活動に向けて、アクションミーティングを毎回実施した。

認知症介護者家族交流「ぬくっこ」

歌ってリフレッシュ!
学んでリフレッシュ!
話してリフレッシュ!
動いてリフレッシュ!

～参加者の声～

- 自分たち「も」でなく、自分たち「が」元気でないと
- 介護の辛さは「孤独」、近所の人の声かけが有難かった
- プライドを保持しながら子どものように世話をしなければならぬ矛盾に疲れる
- 色々悩んでいましたが、体験された皆様のアドバイスを聞いて本当に楽になりました。



- 家族の声をとらえて、市民・関係者に発信
- 家族の集まりの際に、地域課題の芽を齎める

認知症の人と家族の実態調査結果から

(本人回答者数251人、家族回答者数260人)

- 動ける認知症の大...65%
- 日中本人ひとりで過ごす...約2割
- 老老介護...約3割
- 介護の負担感...約9割
 - ↳ ストレスや精神的な負担が大きい...60%
- (家族)介護の相談できる人...96%がいる
 - ↳ ケアマネジャー...85%
- (本人)今のまま自宅で過ごしたい...86%
- (家族)今のまま自宅で過ごしたい...47%
 - 今より症状が悪化したら施設入所させたい...44%
- 通院できなくなったら、訪問診療をお願いしたい
- 自宅とサービスの他にもうひとつの居場所がほしい



思い出カフェ「昔懐かし語らいの会」

～きっかけ～

- 「認知症の人と家族の実態調査」で、「自宅とデイサービス以外の居場所」を望む本人の声
- 認知症ぬくもり隊養成講座でのアクション・ミーティング

「昔なつかしこたつて話かたりの会」

- 人と人との交流の機会を増やしたい
- 認知症の項目の人が参加できる場だとよい
- 支援者の自分達も楽しめる場なら、なおよい
- 昔なつかしのゲームや茶話会がしたい



今回ご紹介する事業・取組み 思い出カフェ「昔なつかし語らいの会」

開催 月1回(月末の金曜日)
13:30～15:30

会場 大畑集会所「つどいの家」

参加費 300円

スタッフ 包括支援センター職員
奥州市認知症支援「ぬくもり隊」

参加者 認知症の方やそのご家族・
近隣の方・GH利用者・大学生
や在宅介護支援センター職員
など...

下は0歳から上は90歳まで！



▲ 地域の集会所として使われている歴史ある古民家をお借りしています。(市所有)



思い出に過ごしていた(時間)を大切に！



ミニコーナー・物忘れ相談プログラムを体験中

内容 13:30～15:00 フリータイム
※ミニコーナーを毎月設置。
内容は毎回変わる

15:00～15:20 リフレッシュ体操

お茶とお菓子はおかわり自由。
テーブルには駄菓子等の盛り合わせ
や地元産の郷土スイーツなど、季
に合わせたおいしいものが！



後側をお借りして手し椅(椅子)にも挑戦！

思い出カフェ における工夫

1 来る人の目的は様々。
小さくても色々な「良かった」が生まれる空間作りを目指す。

- 「家族同士が話さなくていいから、静かに過ごしたい。」
- 「一人暮らしなので、「こたつ」を借りて、いろいろな人と話したい。」
- 「母が、「話さなくていいから、静かに過ごしたい。」
- 「デイサービスを嫌がっていたので、「こたつ」を借りて、話さなくていいから、静かに過ごしたい。」
- 「生まれて初めて、「こたつ」をしてみました。色々と話さなくていいから、静かに過ごしたい。」
- 「毎回話さなくていいから、静かに過ごしたい。」

2 認知症カフェだけ「認知症」を強調しない。敷居は低く！

認知症思い出カフェのメリット

- 民家を利用した昔ながらの空間で自由に過ごし、リラックスできる場となっている
- 各種認知症対策事業参加の入り口となり、行政サービスにつながる場となっている
- 本人と家族が社会とのつながりをとりもどす場となっている
- 家族同士が語り合うことで、仲間づくりや実体験に沿った介護の工夫を学びとる機会になっている
- 市民ボランティアとスタッフが元気をもらい学びの場となっている



現在の課題

<開設から今までの課題>

- 会場が狭く参加者増に対応できない
- 交通手段がなく参加者が限られる
- 一般市民への周知はまだだと感じる
- 建物が古民家のため、夏は暑く冬は寒い
- まだ話せない、まだ相談できない人は多い
- 本人と家族そして地域の認知症の理解の普及啓発



地域住民との取り組みから学んだこと

住民の認知症への関心は高い！

自分たちの住む地域を自分たちでよくしていこうという意欲を持っている！

その土地で暮らす覚悟がある！



住民と専門職がつながる『協働のまちづくり』

課題を共有できれば、住民は必ず一緒に動いてくれる！

地域に出て、人と会う！

思いを持った人同士を繋いでいく...

今後の取組み(予定)やさらに強化したい点

× 平成28年度から、現在のカフェに加え、新たに各区の在宅介護支援センター(11か所)に委託し、開設場所の拡大をめざす予定。

× カフェの企画の幅を広げる為に、地域の資源(人や店の協力など)を見つけていって行くことを大切に。

× 男性も参加しやすいカフェ作りへ。



ぬくもり隊の協力によるハステルアート体験での作品

全国の推進員さんへ

出会った人のつづきやきや本音が企画の源！



15

認知症カフェのすすめ —認知症を地域で支える—

クリニック医庵 たまプラーザ
高橋正彦

土橋カフェ

土橋町内会

- 神奈川県川崎市宮前区土橋
- 土橋町内会は昭和30年(1955)3月31日に発足し、今年で60年になる。発足当時は尻手黒川道路の両側には水田があり、丘陵地帯は竹林が広がるのどかな田園地帯であったが、その後東急田園都市線の開通を機に土地区画整理が行われ、住環境が整い人口が急増した。現在では世帯数が6,900、町内会会員世帯数が5,400となった。

土橋カフェ by 土橋町内会

- 以前から地域のつながりが濃かった。
- 地域での認知症対策に取り組んでいた。
 - 独居高齢者地域見守り事業
 - 認知症患者徘徊声掛け訓練
- 地域包括支援センターが地域に浸透していた。

土橋カフェの経緯

- 平成24年5月 認知症徘徊声掛け訓練
 - BPSDを予防する対策の必要性を説明。
- 平成25年2月 宮前区認知症サポーター養成講座
 - 4回シリーズとし、最終回で、地域づくりについてグループ討議。その中でカフェを紹介。
- 平成25年7月 カフェ準備会
- 平成25年9月 第1回土橋カフェ開催

土橋カフェ

- 毎月第1水曜 午後1時30分～4時30分
- 場所 土橋会館(町公民館)
- 参加者 毎回 80-100人
 - 地域住民、地域包括支援センター、医師、PSW、区保健師、ケアマネージャー、看護師、家族会代表
- 参加費 100円(お茶代 おかわりOK)

土橋カフェ

- 13時30分 開会
 - 14時 講話・質疑
 - 14時30分 その他(健康体操、音楽など)
 - 16時30分 終了
- 必要に応じ、本人との面談・家族介護相談など。
(会場または別室)

みなさんの集いの場
土橋カフェ
コーヒー、紅茶、抹茶など
など! 何れも100円 **開店!**

特別講話:「レストア川崎のお話」
地域包括支援センターの日常活動からの報告



日時: 10月2日(水) 13時30分~16時30分
場所: 土橋会館
土橋町内会・土橋つくし会・宮前第4号こやか活動
レストア川崎地域包括支援センター
問い合わせ: 855-4301 土橋会館

内容

- 交流(30分)
- 講話、ビデオ上映など(30分)
- 交流(30分)
- 講師への質問
- 終了後講師に個別質問

認知症カフェの役割

認知症カフェの役割

1. 認知症本人
2. 介護家族
3. 地域住民
4. 専門職
5. 地域のシステムづくり



認知症本人支援

1. 早期診断・早期介入のきっかけづくり
2. 社会活動の場づくり(仕事)
3. 本人同士のピアサポート
4. 本人への認知症に関する情報提供

介護家族支援

1. 家族同士の交流(ピアサポート)
2. 介護知識の教育・介護相談
 - 集団療法的介入(家族介護教室)
 - 個別介入(介護相談)
3. 息抜き(respite)、社会活動

地域住民

1. 認知症についての知識の普及啓発
2. 地域での認知症の人についての相談
3. 認知症の人に対する接し方を学ぶ
4. ボランティア活動の場

専門職

1. 事例についての連携・相談(ケース会議)
2. 学びの場



地域づくり

- 「地域包括ケア会議」
その地域における認知症対策を考えていく
支援が必要な人についての情報交換



認知症カフェに必要なのは・・・

- 会話を楽しむ
- 気軽に参加できる雰囲気
 - 予約必要なし、途中参加OK、参加者名簿なし
- 対等の立場(平場の存在)
- 専門家の支援による問題解決の場、情報を得られる場
- 町内の認知症についての相談窓口、問題解決の場。



認知症カフェに必要なのは・・・

- 気軽に参加できる雰囲気(予約必要なし、途中参加OK)
- 「平場の存在」(みんな対等の立場)
- 会話を楽しむ
- 問題解決の場、情報を得られる場(専門職の参加)

③「仙台市の認知症カフェの推進とこれから」 仙台市介護予防推進室 川村郁子

認知症カフェセミナー2016
仙台市の認知症カフェ推進のこれから

仙台市健康福祉局保険高齢部介護予防推進室 川村 郁子

本日お話すること

- 仙台市のご紹介**
松さん 脳血管性認知症
- 認知症カフェ一覧**
梅さん アルツハイマー型認知症
- これからの認知症カフェの取り組み**
竹さん 前頭側頭型認知症

仙台市認知症対策 介護予防キャラクター「オタツジャー」

仙台市の概況

人口	105万人 (H27.3.31)
高齢者人口 (高齢化率)	22万人 (21.5%) (H27.3末)
地域包括支援センター	50ヶ所 (法人等に委託)
認知症地域支援推進員	77名 (本庁・区・包括)
認知症疾患医療センター	2ヶ所 (地域型・診療所型)
認知症サポーター	20名 (H27.12末)

仙台市の概況

①人口と高齢化率

- 仙台市: 総人口 105万人, 65歳以上人口 22万人 (21.5%)
- 宮城県: 総人口 232万人, 65歳以上人口 57万人 (24.8%)
- 全国: 総人口 1億2691万人, 65歳以上人口 3,349万人 (26.4%)

②人口と高齢化率の推移

③認知症高齢者の推計値

	H24	H27	H32	H37
全国	482万人	517万人	602万人	675万人
宮城県	7.7万人	8.6万人	11.3万人	13.9万人
仙台市	3.0万人	3.7万人	4.7万人	5.7万人

注: 認知症高齢者推計は平成27年度推計を基に、高齢化率20%とした場合、57.7万人と推計される。

仙台市が始めた認知症カフェ一覧化 取り組みの紹介 (HP)

認知症カフェ・家族交流会の開催情報

新オンラインプランでは、認知症の人やその家族が、地域の人や専門職と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う認知症カフェ等の設置を推進するとしています。各地で、さまざまな形による取り組みが広がっています。

仙台市内でも、認知症の人やその家族を支援、認知症への理解を深めることなどを目的とする認知症カフェ・家族交流会等が、さまざまな団体によって、さまざまな形態で開催されています。各団体から寄せられた情報を一覧にまとめたので、皆さまにお知らせします。(掲載している情報は、平成27年現在のものであります。)

なお、一覧形にまとめたのは、次のように分類して掲載しています。

- 【認知症カフェタイプ】 認知症の人やその家族と、地域の人、専門職が一層について交流し、認知症やその人の工夫などの情報を得ることで、ともに認知症への理解を深めます。運営スタッフには、認知症の知識を持つ専門職が参加します。
- 【家族交流会タイプ】 「家族交流会タイプ」では、ご家族を中心としたついでです。お互いの思い悩み、経験などを語り合い、認知症やその工夫などの情報を

仙台市が始めた認知症カフェ一覧化 取り組みの紹介 (3タイプ)

平成27年度 仙台市内で開催されている認知症カフェの概要

開催場所	開催日時	開催形態	主催者	参加人数	特徴
仙台市健康福祉局	毎月第1回	座談会	健康福祉局	約50名	認知症の人やその家族と、地域の人、専門職が参加し、認知症やその工夫などの情報を得る。
宮城県認知症対策推進センター	毎月第2回	座談会	認知症対策推進センター	約30名	認知症の人やその家族と、地域の人、専門職が参加し、認知症やその工夫などの情報を得る。
宮城県認知症対策推進センター	毎月第3回	座談会	認知症対策推進センター	約30名	認知症の人やその家族と、地域の人、専門職が参加し、認知症やその工夫などの情報を得る。

仙台市が始めた認知症カフェ一覧 取り組みの紹介(詳細情報)

名称	主催の概要	認知症カフェ一覧
上郷の森カフェ	上郷の森福祉センター(15区) 認知症カフェ	認知症カフェ一覧
東区福祉センター	東区福祉センター(15区) 認知症カフェ	認知症カフェ一覧
宮城野子福祉センター	宮城野子福祉センター(15区) 認知症カフェ	認知症カフェ一覧
...

これまでの認知症介護家族支援

- 認知症介護家族支援**
 - 認知症の人と家族の会へ業務委託
 - 認知症の介護講座と相談会を、区役所で年間10回程度開催
 - チラシを作成し相談窓口・地域包括支援センターで配布
- 認知症の方を介護する家族懇談会**
 - 各区役所で実施
 - 各区役所で年間7~8回開催
- 地域における認知症介護家族交流会**
 - 家族交流会の立上げ支援として、地域包括支援センターに業務委託
 - (H24年11包括、H25年8包括、H26年3包括、H27年2包括に委託)

認知症ご本人や家族の悩み

- どこに相談したら良いかわからない
- どこで家族会が行われているのか・家族会が有るのか無いのかそれすらもわからない
- 住んでいる地域内での相談先は分かるが参加するのがためらわれる。他の地域の情報がわからない
- 月1回だけでなく、もっと頻回に参加してみたい

認知症カフェ情報交換会

- 目的**
 - 認知症カフェ等の開催状況を互いに共有する
 - 認知症の方やその家族が参加しやすくなるための工夫
 - 団体のネットワークづくりの支援
- グループワーク**
 - 参加しやすい工夫について
 - 周知方法・配布先・カフェの目的・対象者・居心地の工夫
 - 参加しやすくなるための工夫・これからの改善策
- 継続性**
 - 名刺交換会
 - 情報交換会を継続するために、参加者から世話人選出

世話人を3人の方が名乗ってくれました

認知症カフェ情報交換会から見たこと

- 運営方法を学びたい
 - 立ち上げのためのノウハウを知りたい
 - 開催まで・開催してからのプロセス、ノウハウ、注意点、工夫点などを知りたい
 - 認知カフェが何かを知りたい
- 既に実施している団体にとっては、実施している内容が「認知症カフェ」であると認識している。

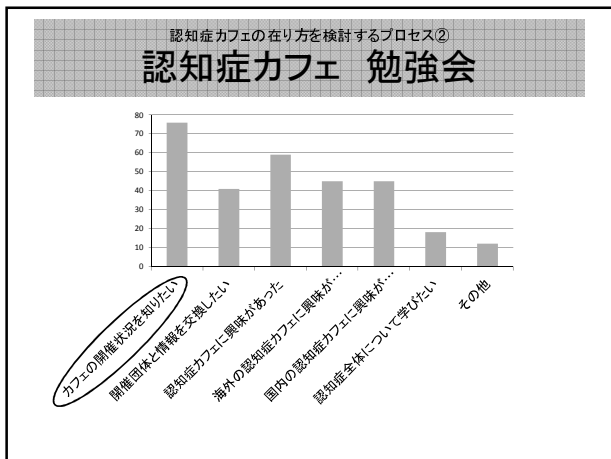


認知症カフェ勉強会

地域包括支援センター、認知症の人と家族の会、介護施設、医療機関、区役所、報道関係者、83名が集合、関心の集まりが伺われる。

実施内容ばらつき ▶ 活動を一貫表に

認知症カフェ目的の明確に



- ### 認知症カフェの在り方を検討するプロセス③ 認知症カフェ 分類を考える
- A 認知症の人と家族が集う場の発展型
 - B 地域住民が集う場の発展型
 - C 認知症または高齢者の専門施設発展型
 - D 既存形態にとられない個人の実践発展型
- 自然発生的に立ち上がっている仙台市の認知症カフェの良さを生かし、「自治体モデル事業」では実施しないこととした
- ↓
- 認知症カフェに必要な要件は何かを決める

認知症カフェの在り方を検討するプロセス③ 認知症カフェ 分類を考える

	認知症カフェ	サロン
参加する人の目的	<ul style="list-style-type: none"> 学習、学びの場、情報交換 交流、出会い ～当事者と地域住民の交流の場 ～専門職との交流の場 相談、ピアカンファレンス 居場所 気分転換、リフレッシュ、ほっとできる、心が軽くなる、なごめる 本人・家族の不安を取り除く 介護負担の軽減 早期対応へむすびつき 孤立を防ぐ 	<ul style="list-style-type: none"> 学びの場 地域住民の交流、出会い お茶のめ 運動、介護予防 趣味活動、余暇活動 交流の場 同じ悩みを持つ 外出機会 地域での孤立を防ぐ 安否確認
場所	<ul style="list-style-type: none"> 市民センター、コミュニティセンター 集会所 福祉施設 レストラン、カフェ 生協の集会所 借入宅 身近なところ、集まりやすいところ 	<ul style="list-style-type: none"> 地域の集会所 市民センター、コミュニティセンター、公共施設 借入宅
参加者	<ul style="list-style-type: none"> 本人 家族 介護経験者 専門職、福祉関係者、車庫家、ケアマネ、ケア担当者 地域の人、地域住民、関心のある方 サポーター 家族の会 民生委員・町内会役員 	<ul style="list-style-type: none"> 地域の人 町内会長、班長 民生委員 老若男女たれども

認知症カフェの在り方を検討するプロセス③ 認知症カフェ 分類を考える

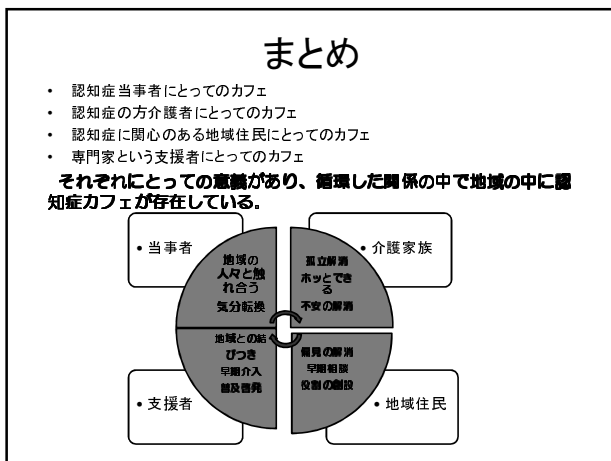
分類① 認知症カフェタイプ
認知症の人やその家族と、地域の人、専門職が一緒についで交流し、認知症や暮らしの工夫などの情報を得ることで、ともに認知症への理解を深めます。運営スタッフには認知症の知識を持つ専門職が入ります。

参加者	認知症の人やその家族、地域住民、専門職など、認知症に関心のある方誰もが参加できること
場所	人々が集うことができる場所であること
内容	<ul style="list-style-type: none"> ①交流ができること ②専門職に相談ができること ③認知症や暮らしの工夫などの情報が得られること ④認知症の人やその家族のこころやからだの負担軽減につながる
運営	このような事業が含まれること
スタッフ	運営スタッフとして認知症の知識を持つ専門職が関わること
その他	例えば... 認知症地域支援推進員 認知症介護実践研修等の修了者 認知症の知識を持つ医療機関の医療専門職 認知症の知識を持つ介護・福祉専門職 月1回程度、おおむね定期的に開催されること

分類② 家族交流会タイプ
主に、ご家族を中心としたついでです。お互いの思いや悩み、経験などを語り合い、認知症や暮らしの工夫などの情報を共有できる取組など、さまざまな取組があります。

参加者	ご家族が中心
内容	語り合い、情報の共有などが行われる（内容は開催者によってさまざま）
その他	例えば... 認知症の人と家族の会 認知症の人やその家族を支援する団体 認知症の人の介護経験者による会 区役所 などで開催されているものなど

分類③ ご本人中心のタイプ
主に、ご本人を中心としたついでや相談窓口です。



平成28年度以降、定期的な情報交換会・勉強会を実施し、地域の立ち上げ支援を行なっていきます。

**まずは、地域の声を
当事者の声を丁寧に聴いて**

Ⅲ. 研究の整理

1. わが国の認知症カフェ実践への示唆

本研究においては、日本における家族支援のもっとも広く浸透している家族会の参与観察、2012年から広がり始めている認知症カフェ、そしてオランダ・イギリスの先進2か国の現状を踏まえ、在宅介護者及び認知症者の早期支援と支援者育成の方向性を検討した。

先進国の現状からも、認知症カフェはイギリス、オランダそれぞれの位置づけは異なるものの、早期診断後または診断前の専門職やサービスとの出会いの場となっている。それによって介護サービスと在宅介護の見えない線を排除することに役立っている。その場を認知症カフェで演出することが求められるが、わが国においては認知症カフェの目的とその形態が明確に示されていないことが課題である。

そこで、以下のように認知症カフェのタイプを現時点で整理し目的を提示する。

2. 認知症カフェのタイプと目的

1) オープンな認知症カフェ（オランダタイプ）

（主な目的）

A 専門職との出会いと早期支援（専門職との出会いと自然な支援関係づくりの場）

B 認知症の理解と学び（ゆるやかな学びの場）

C 認知症になっても安心して暮らせる地域づくり（地域連携・社会受容の場）

●メリット

いくつかの団体、法人での共同運営が可能、地域団体との協同により場所の確保、人材の確保が可能。地域への啓発や家族支援、認知症の社会受容を目指すうえで効果的。

●デメリット

高齢者サロンのようになってしまい、認知症の人が落ち着ける環境を作ることが難しくなる可能性がある。参加者の関心が予防に集まり、当事者が参加しにくくなることも懸念される。

※日本の例：土橋カフェ，土曜の音楽カフェ等

2) 本人家族の認知症カフェ（イギリスタイプ）

（主な目的）

A 家族・本人の居場所

B 介護者の負担軽減

C 適時適切なサービスへの移行

●メリット

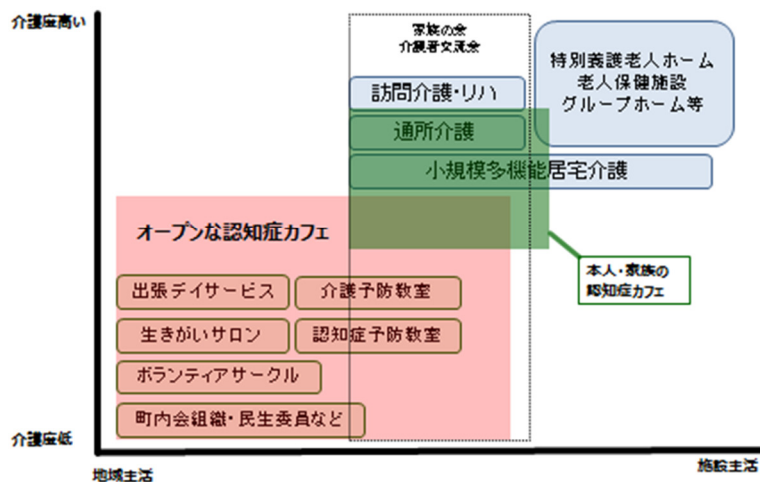
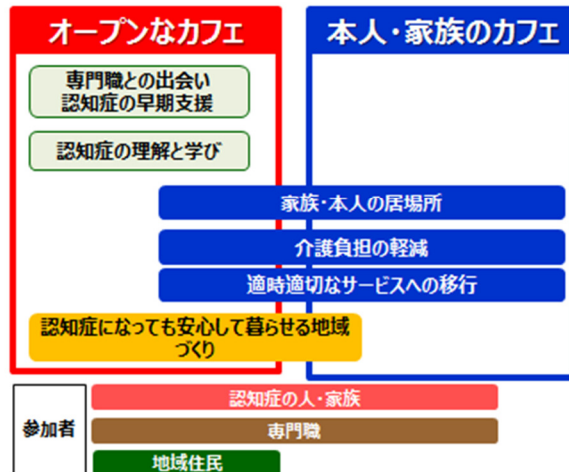
当事者の思いを語りやすい環境が作りやすく、認知症の人が自分を見つめ受け入れていくうえで役立つ。

●デメリット

家族交流会や介護者交流会との違いを見いだせなくなる。一法人や事業所だけで開催すると、専門職が限られてしまう。また、デイサービスの補完的機能としての位置づけになってしまい、その違いが見え難くなる。地域の中で開催されているにもかかわらず、地域の変容を促すことは難しい。

※日本の例：れもんカフェ、カフェ de オレンジ等多数

認知症カフェの現段階の目的別分類



認知症カフェ等の類型の例

	対象者	立地	行うこと	目的
デイサービス	要介護認定者	介護保険事業所	食事、入浴、レクリエーション等	社会的孤立防止 心身機能の維持
家族の会 介護者交流会	家族介護者	会議室など	介護相談、情報交換など	介護負担軽減、ピアカウンセリング
いきいきサロン	一般高齢者が中心	公民館・自治会館など	おしゃべり、体操、講話など	住民交流、地域づくり
認知症カフェ	認知症の人と家族介護者	施設・事業所や公民館など	おしゃべり、レクリエーションやプログラム	認知症の人と家族の居場所づくり
	オープン	可能な限り開かれた場所	講話とそれについての討議や情報交換	認知症を学ぶ、専門職と出会う、認知症の理解

3) その他の認知症カフェ

A 本人の役割型

例) 石倉カフェ等（障害者の作業所や就労支援施設に類似）

B 専門職の有志による認知症カフェ

例) 無認可デイ、宅老所に類似

(1) 準公共財としての認知症カフェ

地域包括支援センター、認知症地域支援推進員の関与の必要性

(2) 敷居を下げる工夫（基準）

これまで、サービスにつながらなかった人に対する新たな文化としての可能性、デイサービス、サロン、家族会との相違を明確化する。

4) 認知症カフェの効果の考え方

①若年性認知症の支援

専門職との出会い、友人作り、情報入手の場として有効

②認知症の早期支援体制の不足（認知症ケアパスへの位置づけ）

これまでサービスにつながらなかった人の早期支援、地域の理解により敷居の低いカフェでの地域包括等職員との出会い

③家族支援と認知症カフェ

介護離職による孤立、介護を理由にした自殺などの防止に役立つ

④高齢者虐待の未然防止と認知症カフェ

介護者の孤立防止、地域の理解者の増加により社会的孤立を防止し虐待の深刻化を防ぐ可能性。

謝辞

本研究事業の実施にあたり、家族会等の参与観察の趣旨にご理解、ご協力を頂きました。仙台市健康福祉局保険高齢部介護予防推進室様、会を主催された各地域包括支援センターの職員の皆様、認知症カフェの運営に携わっている皆様に深く御礼を申し上げます。そして、家族会に参加され、現在も在宅で介護をされておられる多くの家族介護者ならびに関係者の皆様にも重ねて御礼申し上げます。

平成 27 年度 認知症介護研究・研修仙台センター
運営事業費による研究事業報告書

在宅介護者及び認知症者の早期支援と支援者育成に関する研究

2016 年 3 月 31 日

発行所 認知症介護研究・研修仙台センター
〒989-3201
仙台市青葉区国見ヶ丘 6 丁目 149-1
TEL:022-303-7550/FAX:022-303-7570

発行者 社会福祉法人 東北福社会
認知症介護研究・研修仙台センター
センター長 加藤 伸司
