

認知症カフェを活用した高齢者の社会参加 促進に関する調査研究事業

報告書

2019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

はじめに

認知症カフェは、2012年のオレンジプランでわが国に紹介されてから、瞬く間に全国へと広がりました。新オレンジプランでは全市町村にひとつ設置することを目標に掲げられ、2017年時点で1,747市町村自治体中1,265自治体にまで設置が進んでいます。総数では5,863カ所にも上ります。この数字は、世界でも稀にみるものです。ちなみに、認知症カフェのルーツである、1997年から始まったオランダのアルツハイマーカフェは、およそ240カ所なのでその数の多さは圧倒的です。おそらく2020年までには、全市町村設置は達成されるものと思われます。

この勢いは、数値目標が掲げられ政策的な後押しがあったことだけでは説明が付きません。多くの認知症カフェはこの新たな認知症カフェという取り組みに対し、財政的な支援も乏しいなか、専門職などが自身の時間を費やし業務以外の時間に準備し運営に携わっています。そのことから、認知症カフェに何らかの魅力や可能性を各自が感じ行動に移していることがわかります。その背景には、住民との協働の可能性と、新たなインフラとしての認知症カフェへの期待が込められているように思えます。

本研究事業は、このような活動を支えるために行われています。マンパワーが不足するちいさな自治体や、人の顔が見えにくい都市部など、さまざまな課題を抱える地域において、それでも継続している認知症カフェは多くあります。こうした事例を集めた事例集「よくわかる！地域が広がる認知症カフェ」を作成しました。

一方で、認知症の人やその家族への周知浸透が難しいという課題もあります。その要は診断直後の支援になります。今回作成したリーフレット「私たちの認知症カフェ」は、こうした医療機関の方から、認知症の人と家族に直接渡していただくことを想定して作成いたしました。

本研究事業で作成した成果物は、いずれも当センターホームページからダウンロードすることができます。一人でも多くの方に認知症カフェを訪れる機会を作っていただけるよう切に願っております。専門職の方から認知症カフェをどうかお伝えください。それが、認知症の人と家族の診断直後の大きな支援に繋がるものと信じております。

認知症介護研究・研修仙台センター

センター長 **加藤伸司**

目次

はじめに

1. 研究事業の整理(要旨).....	1
2. 研究事業概要.....	4
2.1 研究事業の背景.....	4
2.2 研究事業の目的.....	5
2.3 事業概要.....	6
2.3.1 研究事業委員会の設置	
2.3.2 作業部会の設置	
2.3.3 人口規模別の継続する認知症カフェ事例集の作成と普及	
2.3.4 専門医、専門職向け認知症カフェリーフレットの作成と普及	
2.3.5 報告書の作成と配布	
3. 認知症カフェ先行研究からみた課題抽出.....	11
3.1 先行研究の概要.....	11
3.1.1 調査結果から得た認知症カフェ普及促進課題の整理	
4. 認知症カフェの普及促進に向けた資料作成に関する議論.....	20
4.1 認知症カフェの設置促進と継続のための事例集作成.....	20
4.1.1 事例集における事例抽出基準に関する議論	
4.1.2 事例集の内容に関する議論	
4.1.3 事例集の内容およびデザインの修正に関する議論	
4.1.4 配布先に関する議論	
4.2 早期支援に資する認知症カフェ理解促進リーフレットの作成.....	23
4.2.1 デザインや内容に関する議論	
4.2.2 タイトルに関する議論	

4.2.3 リーフレットの最終案作成に関する議論

4.2.4 リーフレットの普及に向けた議論

5. 認知症カフェ事例集の作成.....29

5.1 事例集の事例抽出.....29

5.2 事例集の事例の内容.....30

1. 研究事業の整理(要旨)

本研究事業は、地域で展開される認知症カフェの活動を継続するとともに、まだ未実施の自治体においても開催を促進することを推進することを目的としている。そのために次の事業を実施した。①これまで行われてきた先行研究の分析を行い②活発に活動している認知症カフェについて、周知方法や活用方法等を含めた自治体規模別に整理した事例集を作成した(H28 年度老人保健事業調査結果を参考)。③診断直後の空白の期間により身近なところで専門職と出会うことを促進するための、認知症カフェを簡単に理解できるリーフレットを作成した。

①先行研究の分析より見えてきた課題

平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェに関する調査研究事業」および本研究事業委員会の議論により、下記の課題が明らかになった。

課題1：人口が少ない自治体は設置率が低い

課題2：高齢化率が高い自治体は設置率が低い

課題3：人口規模別による課題

課題4：継続の課題は認知症の人への周知による継続不安

課題解決のための方策として、認知症カフェの新規設置に関する課題として「方策1：人口規模が小さく高齢化率が高くても実施している事例を紹介」を行うことが求められる。また、継続については認知症の人の参加が少ないという結果より、「方策2：診断直後に認知症カフェが紹介できるようリーフレット作成」への取り組みが必要であることが明らかになった。なお、新オレンジプランにおける2020年までの認知症カフェ全市町村設置数値目標であるが、現在のところ4府県が達成されており3道県においては5割以下であった。

②課題解決に向けた事例集とリーフレットの作成

以上4課題の解決に向けて、住民参画の認知症カフェ設置促進と継続を目指して、以下の方策の基委員会にて成果物を作成することとした。

方策1 人口規模小さく高齢化率が高くても実施している事例紹介

方策2 診断直後に認知症カフェが紹介できるようリーフレット作成

認知症カフェの設置促進及び継続のための事例集	住民参画の認知症カフェの新規設置、継続に役立つ自治体の設置規模別に整理した事例集。 仕様：A4 40 ページ程度（ページは当初予定） 配布先：市町村自治体担当者等
認知症カフェの理解を周知する共通のリーフレット	医療、保健、福祉関係者に認知症カフェの周知を図るための簡易なリーフレット 仕様：A4 4 ページ程度 配布先：認知症に関わる医療機関、行政担当窓口等

③周知方法や活用方法等を含めた自治体規模別に整理した事例集の作成

認知症カフェの設置促進及び継続のための事例集 認知症カフェの新規設置、継続に役立つ自治体の設置規模別に整理した事例集を作成した。

タイトル「よくわかる！地域が広がる認知症カフェ」

（目次）

1. この事例集のつかい方
2. 認知症カフェはなぜ必要なのか
3. 認知症カフェの始め方と運営の流れ
4. これから始める、さらに良くする認知症カフェの企画と運営（19 事例）
 - ①地域住民との協働で継続している認知症カフェ
 - ②アクセスがあまり良くない地域で運営する認知症カフェ
 - ③人口が少なく高齢化率が高い地域で運営する認知症カフェ
 - ④都市部で集合住宅が多くある地域で運営するカフェ
 - ⑤施設でも地域と連携して運営する認知症カフェ
 - ⑥若年性認知症の人のカフェ



（仕様：A4 95 ページ、配布先：都道府県、市町村自治体担当者等）

④早期支援に資する認知症カフェ理解促進リーフレットの作成

診断直後の空白の期間により身近なところで専門職と出会うことを促進するための、認知症カフェを簡単に理解できるリーフレットを作成した。使用方法は、医療機関において診断直後もしくは違和感を覚える本人・家族に、専門職が直接手渡し認知症カフェにつなげることを目指している。

タイトル「私たちの認知症カフェ」

（内容）

Q&A方式で認知症カフェの概要と基本的な情報を解説

仕様：A4 4 ページ

（配布先：認知症に関わる医療機関、行政担当窓口等）



上記 2 つの成果物は、すべて認知症介護研究・研修センター（仙台・東京・大府）の WEB サイト「DC-NET」でダウンロード可能となっている。

●ダウンロードの際には検索サイトにて「DC-NET もしも 認知症」と検索



1. 研究事業の整理（要旨）

2. 研究事業概要

2.1 研究事業の背景

平成 24 年「認知症施策推進 5 か年戦略（オレンジプラン）」で認知症の人やその家族等に対する支援として普及が始まった「認知症カフェ」は、その後「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」の 7 本の柱のうち「4. 認知症の人の介護者への支援」において、次のように示されている。

「4. 認知症の人の介護者への支援」（新オレンジプランより抜粋）

（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。また、認知症の人が集まる場や認知症カフェなど、認知症の人や家族が集う取組を全市町村に普及させ、こうした活動の情報を市町村や地域包括支援センター等から住民に発信する。

【認知症カフェ等の設置・普及】

⇒ 地域の実情に応じて認知症地域支援推進員等が企画するなど、認知症の人が集まる場や認知症カフェなどの認知症の人や家族が集う取組を 2020（平成 32）年度までに全市町村に普及させる。

このように市町村に 1 か所を設置の目標と掲げたことが後押しとなりさらに設置数は増加の一途をたどっているところである。その数は、新オレンジプランが発表された、2015 年末で 2,253 ヶ所、2016 年末で 4,367 ヶ所、2017 年末には 5,863 ヶ所になっている。このように増加する背景は、新オレンジプランの影響だけではなく、その設置の容易さと地域住民の関心の高まりと参画の容易さにあるものと思われる。認知症カフェは、自由に開設することが可能で、認知症の人や家族、地域の人、専門職が集う場であること以外は、設置基準や内容などは設けられていない。それだけではなく、これまで課題であった、認知症の人やその家族の早期支援に結び付くための、切れ目のない支援を実現に向けた新たなインフラとして有用性や必要性が認識されつつあるものと考えられる。

しかし、継続については課題と考えている運営者も多く存在する。認知症介護研究・研修仙台センター（当センター）では、平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」において、全国 1,477 件の認知症カフェを対象にした質問紙調査により、その課題と継続の要因を探り、一定の共通概念を提示した。この調査は現時点では最も包括的な調査と考えられるが、この調査結果より、継続している認知症カフェの特徴として、地域の既存高齢者等団体との連携や協働が重要なポイントであることが明らかになった。また、認知症カフェには、地域の高齢者の社会参加や活動の場と同時に、認知症になっても地域で暮らすために必要なソーシャルサポート機能の強化への可能性も示唆されている。

以上より、認知症カフェは短期間で急激に量が満たされつつあるもの、継続に向けた不安感を払しょくするための指針が必要である。また、早期支援の窓口となる医療機関等への周知を行い、認知症の人や家族が訪れやすい認知症カフェにするための取り組みも必要である。

2.2 研究事業の目的

本研究事業では、地域で展開される認知症カフェの活動を継続するとともに一層の推進を図ることを目的としている。そのために次の事業を実施する。これまで行われてきた先行研究から把握された活発に活動している認知症カフェについて、周知方法や活用方法等を含めた自治体規模別に整理した事例集を作成する（H28 年度老人保健事業調査結果を参考にする）。加えて、診断直後の空白の期間により身近なところで専門職と出会うことを促進するための、認知症カフェを簡単に理解できるリーフレットを作成する。

2.3 事業概要

本研究事業は下記のように実施した（表1）。

表1 研究事業のスケジュール

	研究委員会	ワーキンググループ
9月	リーフレット構成案作成 事例集概要作成	
10月	○第1回委員会 21日 16:30～18:30 東京国際フォーラム ・研究概要確認 ・事例集の内容と事例抽出 ・リーフレット内容	
11月	(意見収集) ★事例執筆依頼	○第1回ワーキンググループ 26日 18:00～20:00 ・リーフレット作成 ・事例集構成検討
12月	○第2回委員会 25日 14:00～16:00 東京八重洲ホール ・事例集の内容の確認 ・リーフレットの確認 ・発送先の決定	
2019年 1月	★事例集締切 ★報告書執筆	
2月	下旬 リーフレット校了 事例集校了 報告書校了	
3月	ガイドライン印刷・配布	報告書執筆・印刷・配布

2.3.1 研究事業委員会の設置

1) 設置目的

本研究事業を推進し、目的を効果的に達成するための委員会を設置する。

2) 内容

- (1) 研究事業全体の方向性の検討
- (2) わが国の認知症カフェのあり方に関する議論

- (3) 過去の研究結果の再分析
- (4) 実態把握調査結果の資料化と報告書のとりまとめ

3) 委員構成

認知症介護研究・研修仙台センターの研究スタッフ（4名）、学識経験者（6名）、ジャーナリスト（1名）、都道府県・市町村認知症施策等の担当者（2名）、関係団体担当者（2名）にて計画し、最終的には下記の委員にて構成された（表2）。

表2 委員構成

氏名	所属
秋山 治彦	横浜市立脳卒中・神経脊椎センター
大塚 真理子	公立大学法人宮城大学
長田 久雄	桜美林大学大学院
荻山 和生	佛教大学
繁田 雅弘	東京慈恵会医科大学
高橋 正彦	たかはしメモリークリニック
武地 一	藤田医科大学 医学部
中司 登志美	福山平成大学 福祉健康学部
奥村 登士美	丸亀市健康福祉部高齢者支援課 地域包括支援センター
鬼頭 史樹	名古屋市社会福祉協議会名古屋市認知症相談支援センター
コスガ 聡一	写真家・ジャーナリスト
加藤 伸司	認知症介護研究・研修仙台センター
阿部 哲也	認知症介護研究・研修仙台センター
矢吹 知之	認知症介護研究・研修仙台センター
吉川 悠貴	認知症介護研究・研修仙台センター

4) 開催地・回数・時期及び各回での検討内容

(1) 第1回委員会

日時：10月21日（日）16：30～18：30

場所：東京国際フォーラム

内容

- ・研究事業全体の概要説明
- ・認知症カフェ普及と継続に関する分析結果の報告
- ・事例集の内容と検討
- ・リーフレットの内容の検討
- ・その他

(2) 第2回委員会

日時：12月25日（月）14：00～16：00

場所：東京八重洲ホール

内容

- ・事例集の内容及びリーフレット内容の検討

2.3.2 作業部会の設置

1) 設置目的

人口規模別事例集、医療機関向けリーフレットの作成のための作業部会を設置した。

2) 内容

- (1) 人口規模別認知症カフェ事例集の作成
- (2) 医療機関向け認知症カフェ活用促進リーフレットの作成

3) 委員構成

認知症介護研究・研修仙台センターの研究スタッフ（1名）、学識経験者（1名）、ジャーナリスト（1名）、医師（1名）で計画し、最終的に下記のメンバーを作業部会委員とした（表3）。

表3 委員構成

氏名	所属
高橋 正彦	たかはしメモリークリニック
武地 一	藤田医科大学 医学部
コスガ 聡一	写真家・ジャーナリスト
矢吹 知之	認知症介護研究・研修仙台センター

4) 開催地・回数・時期及び各回での検討内容

(1) 各回での検討内容

日時：平成30年11月26日（月）18：00～20：00

場所：ステーションコンファレンス東京

開催回数：1回

内容・リーフレットの内容とデザイン作業

- ・事例集内容の検討作業

2.3.3 人口規模別の継続する認知症カフェ事例集の作成と普及

1) 目的と概要

地域住民団体や既存の高齢者団体等との協働、3年以上の継続を一定の成功事例と定め実

践事例を収集し、一層の推進を図るための事例集を作成する。また、平成 28 年度に老人保健事業で実施した認知症カフェに関する質問紙調査の情報整理と再分析を行った。

2)事例集の内容

認知症カフェの共通概念、運営方法、連携団体、周知方法、内容、評価方法、来場者の効果、運営者の効果等。

3)執筆

委員会及び作業部会にて、平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」の調査結果およびその他候補を本研究事業の目的と照らし合わせたうえで、最終的に 19 カ所の認知症カフェの運営者に執筆を依頼した。その条件として以下のテーマに对照して選考を行った。

①高齢化率 40%以上で人口 5,000 人以下の地域②都市部であり集合住宅が多くある地域③アクセスに課題があるがそれを克服し実施している地域④施設等で開催されているが住民と連携して実施する地域⑤その他若年性認知症などある対象に特化した取り組みを行う地域の認知症カフェの事例であった。

4)周知方法

都道府県、全市町村自治体、地域包括支援センター及び関係機関等に配布。また、当センターホームページ（DC-NET）を用いて、WEB上でダウンロード可能とした。

2.3.4 専門医、専門職向け認知症カフェリーフレットの作成と普及

1)目的と概要

認知症カフェは、認知症の早期支援に有効であることから、その入り口となる専門医への啓発は重要である。そのために専門医及び疾患医療センター相談室向けのリーフレットを作成し配布普及を目指す。

2)リーフレットの内容

認知症カフェとは何か、認知症カフェの効果、認知症カフェの紹介のすすめ、認知症カフェはどこにあるか等。

3)周知方法

全認知症疾患医療センター、精神科等を有する医療機関、都道府県、市町村自治体、地域包括支援センター及び関係機関等に配布。また、当センターホームページ（DC-NET）を用いて、WEB上でダウンロード可能とした。

2.3.5 報告書の作成と配布

1) 目的と概要

事業全体内容と議論の結果についてまとめる。

2) 配布と印刷

都道府県、政令指定都市、関係団体・関係者等に配布。また、当センターホームページ（D C-NET）を用いて、WEB上でダウンロード可能とした。

3. 認知症カフェ先行研究からみた課題抽出

3.1 先行研究の概要

本研究事業では、認知症カフェの課題を抽出するために、平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」の調査結果を再分析し、必要な事例集の内容について検討を行った。

分析に用いた、平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」の調査概要は以下の通りであった（下記枠内参照）。

平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」の概要

(1)対象

認知症カフェの実施運営担当者(2,728 か所)

(2)手続き

当センターにおいて、すでに WEB 上で掲載されている国内の認知症カフェの情報をもとに作成した認知症カフェのリストを、市区町村自治体対象調査(一次調査)時に添付し送付した。そのうえで過不足について調整が行われたものをサンプリング台帳とした。一次調査の回収ごとに 3 期に分けて発送し、郵送、メールまたはファックスでの回答を得た。

(3)調査時期

平成 28 年 11 月～12 月

(4)主な調査内容

①回答者の属性②認知症カフェの概要(名称、属性、開始時期、開設経緯)③認知症カフェの詳細な情報(運営者、連携団体数、協力団体数、参加費、開催頻度、参加者数、運営スタッフの数、主なプログラム、目的、主観的達成度、財源、運営費、名札申込方法)④認知症カフェ運営課題(9 項目)⑤認知症カフェの運営の工夫(6 項目)⑥認知症カフェの効果

(5)調査票回収状況

発送数 2,728 件、回収数 1,477 件うち有効回収票 1,477 件で回収率は 54.1%であった。

3.1.1 調査結果から得た認知症カフェ普及促進課題の整理

1) 課題1：人口が少ない自治体は設置率が低い

認知症カフェの設置の有無と、人口規模で比較したところ人口1万人以下の市町村自治体の設置率が低いことが明らかになった。人口が少ない市町村自治体は、認知症カフェを運営するための人材の不足を指摘していることが多い。しかし、その中でも実施しているところもあり、このような成功事例を抽出し紹介することで、企画運営の助けになるものと思われた（図表番号は、平成28年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」報告書のもの）。

表3-7 認知症カフェの有無と自治体人口

	1万人未満	1万～3万人未満	3万～5万人未満	5万～10万人未満	10万～30万人未満	30万～50万人未満	50万～100万人未満	100万人以上
カフェ有り(n=574)	45 21.10%	103 52.30%	100 65.80%	136 78.60%	126 88.10%	38 90.50%	18 100.00%	8 100.00%
カフェ無し(n=372)	168 78.90%	94 47.70%	52 34.20%	37 21.40%	17 11.90%	4 9.50%	0 0.00%	0 0.00%

Mann-Whitney 検定 p<.001

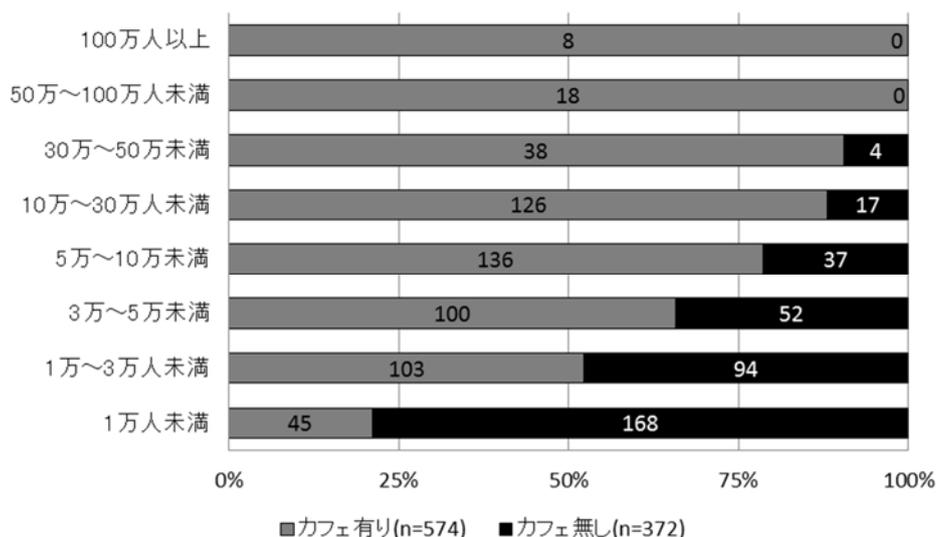
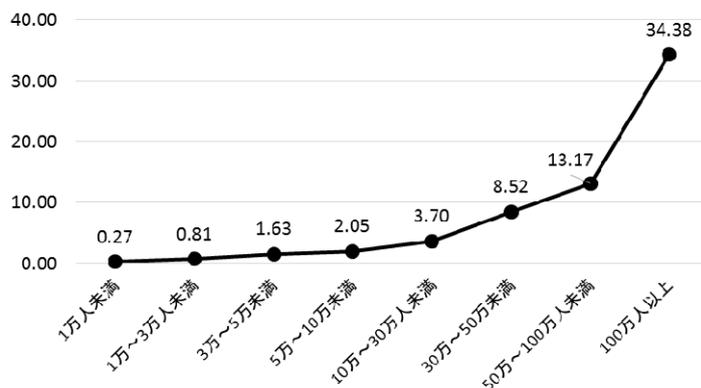


表3-9 都市人口別認知症カフェ数

	平均値	度数	最小値	最大値	標準偏差	合計
1万人未満	0.27	212	0	3	0.560	58
1万～3万人未満	0.81	197	0	8	1.122	159
3万～5万人未満	1.63	152	0	15	2.061	247
5万～10万人未満	2.05	173	0	10	2.035	355
10万～30万人未満	3.70	140	0	26	3.683	518
30万～50万人未満	8.52	42	0	48	8.146	358
50万～100万人未満	13.17	18	1	32	7.831	237
100万人以上	34.38	8	9	95	27.271	275
合計	2.34	942	0	95	5.273	2207



2) 課題2：高齢化率が高い自治体は設置率が低い

高齢化率については、高齢化率 35%以上になると認知症カフェが無い市町村自治体が多いことが明らかになった。高齢化率が高い地域は人口も少なく、認知症カフェではなく、地域において高齢者サロンが広く浸透している地域もある。その地域性を活かした認知症カフェのあり方を事例集に掲載していく必要がある（図表番号は、平成 28 年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」報告書のもの）。

表3-8 自治体の高齢化率と認知症カフェの有無

	15-20%未満	20-25%未満	25-30%未満	30-35%未満	35-40%未満	40-45%未満	45%以上
カフェ有り(n=570)	15 57.70%	110 72.40%	201 74.20%	150 59.10%	65 45.80%	23 34.80%	6 21.40%
カフェ無し(N=369)	11 42.30%	42 27.60%	70 25.80%	104 40.90%	77 54.20%	43 65.20%	22 78.60%

Mann-Whitney 検定 p<.001

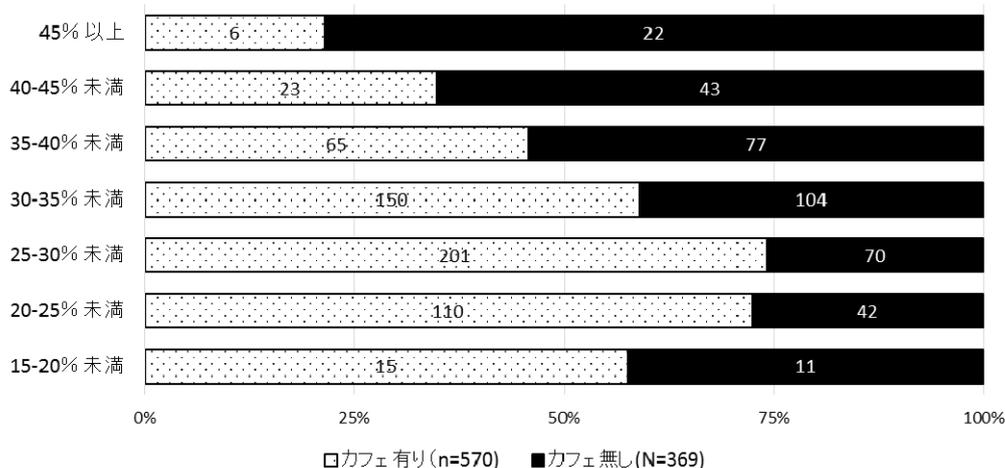
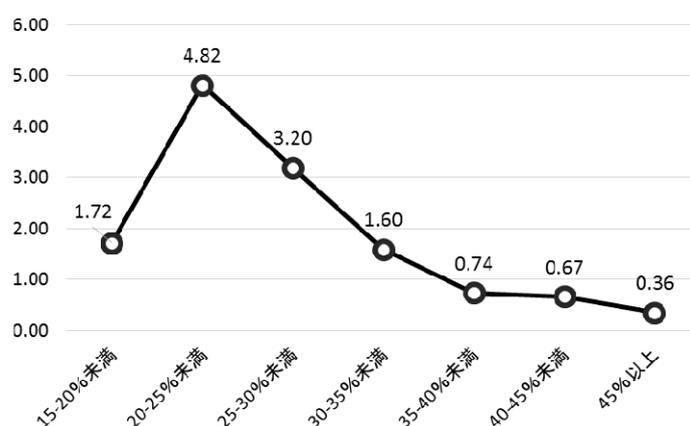


表3-10 高齢化率別認知症カフェ数

	平均値	度数	標準偏差	合計	最小値	最大値
15 - 20%未満	1.72	25	2.979	43	0	14
20 - 25%未満	4.82	150	9.759	723	0	95
25 - 30%未満	3.20	271	5.369	866	0	48
30 - 35%未満	1.60	253	2.628	404	0	26
35 - 40%未満	0.74	142	1.147	105	0	6
40 - 45%未満	0.67	66	1.072	44	0	5
45%以上	0.36	28	0.731	10	0	3
合計	2.35	935	5.289	2195	0	95



3) 課題3：人口規模別による課題

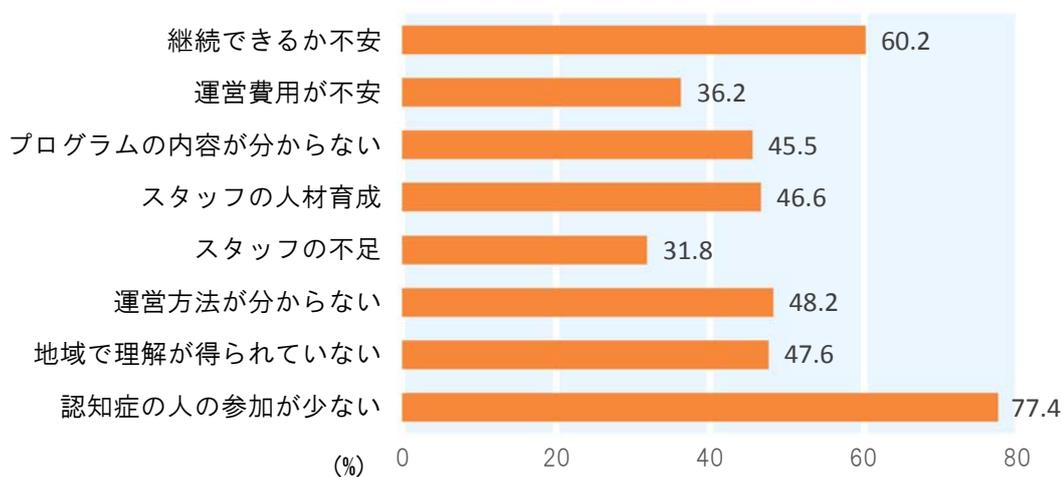
人口が少なく、高齢化率が高い地域、加えて高齢者人口が少ない地域は、認知症カフェの設置率が低い傾向が明らかになった。このことから、高齢者人口に比例しカフェの設置数を高めることが望まれ、これらを複合した事例を区分して掲載していくことが望ましい（図表番号は、平成28年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」報告書のもの）。

表3-11 認知症カフェの有無の特徴

		度数	平均値	標準偏差	t 値	自由度	有意確率
人口	カフェ有り	574	136797.95	264482.424	9.481	633.547	0.000
	カフェ無し	372	29355.85	49413.511			
高齢者人口	カフェ有り	574	35753.67	62907.435	10.170	639.843	0.000
	カフェ無し	373	8266.88	12380.727			
高齢化率	カフェ有り	574	29.50957	5.920659	-7.898	679.080	0.000
	カフェ無し	373	33.06932	7.279687			

4) 課題4：認知症カフェ継続への課題は認知症の人への周知方法と運営方法

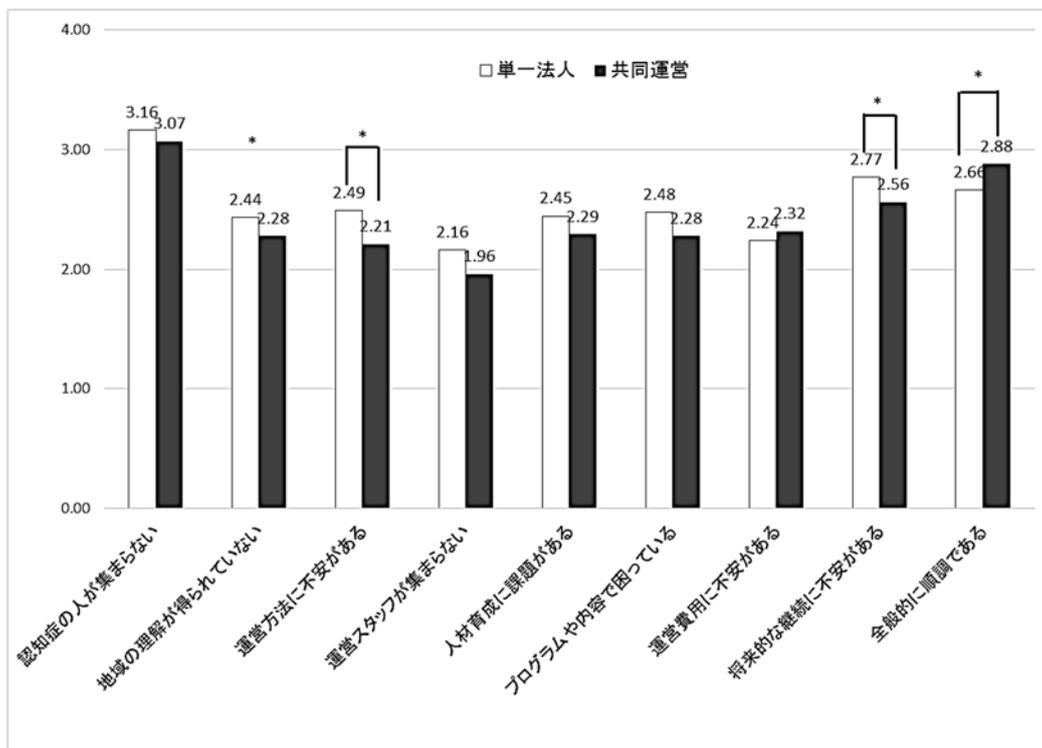
認知症カフェ運営者に運営上の課題を聞いたところ、77.4%の認知症カフェにおいて、認知症の人の参加が少ないことを課題であるとしていた（図1）（平成28年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業」結果より）。その点が継続への不安につながっていることが推測される。これにより、認知症の診断直後の方やその家族への認知症カフェのアプローチが重要であることが示唆された。そのため、本研究事業において認知症疾患医療センターならびに専門医が在籍する精神科病院向けの、認知症カフェ来場に繋がるリーフレットを作成することとした（参考資料参照）。さらに、これら課題について運営方法とクロス集計を行った結果、単一法人で開催するよりも、共同運営で開催した方が運営について安定することが明らかになった。このことから、事例集作成については共同運営で開催している事例を抽出することとした（図2）。



※「そう思う」「ややそう思う」を回答した割合

図1 認知症カフェの運営の課題 (n=1465)

3. 認知症カフェ先行研究からみた課題抽出



※「1 ; 思わない」から「4 ; そう思う」までの4件法にて回答。数値が大きいほど「そう思う」

図2 認知症カフェ運営の課題×運営形態

5) 認知症カフェの都道府県別設置率に関する分析

表4では、都道府県別の設置率について、厚生労働省が集計した資料を基に設置率の低い順に整理した。新オレンジプランにおける2020年までの目標数値である設置率100%を達成していたのは、兵庫県、富山県、京都府、山形県の4府県であった。一方で、5割に満たない道県もある。この結果より継続と設置促進の両面での支援は今後も必要であることがわかる。

表4 都道府県別の設置率

		市町村数 (政令市・東京23区含む)	認知症カフェ 実施市町村数	設置 割合
1	和歌山県	30	12	40.0%
2	北海道	185	82	44.3%
3	沖縄県	41	20	48.8%
4	奈良県	39	20	51.3%
5	青森県	40	22	55.0%
6	佐賀県	20	11	55.0%
7	宮崎県	26	16	61.5%
8	群馬県	35	22	62.9%
9	福島県	59	38	64.4%
10	熊本県	45	29	64.4%
11	高知県	34	22	64.7%
12	鹿児島県	43	28	65.1%
13	岩手県	33	22	66.7%
14	神奈川県	33	22	66.7%
15	徳島県	24	16	66.7%
16	茨城県	44	30	68.2%
17	鳥取県	19	13	68.4%
18	香川県	17	12	70.6%
19	長野県	77	55	71.4%
20	長崎県	21	15	71.4%
21	島根県	19	14	73.7%
22	山梨県	27	20	74.1%
23	愛媛県	20	15	75.0%
24	千葉県	54	41	75.9%
25	栃木県	25	19	76.0%
26	福岡県	60	46	76.7%
27	静岡県	35	27	77.1%
28	岡山県	27	21	77.8%
29	東京都	62	49	79.0%
30	秋田県	25	21	84.0%
31	石川県	19	16	84.2%
32	大阪府	43	37	86.0%
33	三重県	29	25	86.2%
34	新潟県	30	26	86.7%
35	広島県	23	20	87.0%
36	愛知県	54	47	87.0%
37	福井県	17	15	88.2%
38	宮城県	35	31	88.6%
39	大分県	18	16	88.9%
40	山口県	19	17	89.5%

41	岐阜県	42	39	92.9%
42	滋賀県	19	18	94.7%
43	埼玉県	63	61	96.8%
44	山形県	35	35	100.0%
45	富山県	15	15	100.0%
46	京都府	26	26	100.0%
47	兵庫県	41	41	100.0%
	計	1,747	1,265	

※認知症カフェ数は H30.10.1 厚労省資料より

6) 認知症カフェの都道府県別充足率に関する分析

表5は、各都道府県の認知症カフェ設置数、人口、65歳以上人口、高齢化率を示し、高齢者人口割の認知症カフェを行い、ひとつの認知症カフェに何人の高齢者が該当するかを表したものである。これを認知症カフェの充足率とすると、宮城県、石川県、高知県で充足率が高く、栃木県、長崎県、愛媛県などは充足率が低いことがわかる。しかし、実際には、市町村人口別に充足率を算出することが望ましいと思われる。

表5 都道府県別認知症カフェ充足指数

		設置カ フェ数	人口	65歳以上高 齢者人口	高齢 化率	高齢者人口 ／カフェ数
1	栃木県	38	1,985,738	537,502	27.1%	14,145
2	長崎県	37	1,379,003	424,443	30.8%	11,471
3	愛媛県	41	1,394,339	437,454	31.4%	10,670
4	茨城県	77	2,951,087	816,035	27.7%	10,598
5	佐賀県	23	833,272	238,516	28.6%	10,370
6	和歌山県	31	975,074	307,004	31.5%	9,903
7	神奈川県	235	9,171,274	2,252,226	24.6%	9,584
8	青森県	44	1,308,707	408,815	31.2%	9,291
9	千葉県	184	6,298,992	1,655,233	26.3%	8,996
10	静岡県	127	3,743,015	1,067,203	28.5%	8,403
11	香川県	37	993,205	298,393	30.0%	8,065
12	福岡県	174	5,130,773	1,359,688	26.5%	7,814
13	山口県	60	1,396,197	461,935	33.1%	7,699
14	奈良県	53	1,371,700	407,817	29.7%	7,695
15	宮崎県	46	1,112,008	339,711	30.5%	7,385
16	東京都	433	13,637,346	3,080,886	22.6%	7,115
17	島根県	34	691,225	228,232	33.0%	6,713
18	大分県	56	1,169,158	365,917	31.3%	6,534
19	大阪府	362	8,856,444	2,348,417	26.5%	6,487
20	北海道	250	5,339,539	1,618,695	30.3%	6,475
21	沖縄県	50	1,471,536	304,489	20.7%	6,090
22	秋田県	59	1,015,057	354,971	35.0%	6,016
23	岩手県	68	1,264,329	399,210	31.6%	5,871
24	広島県	138	2,848,846	803,704	28.2%	5,824
25	徳島県	42	757,377	239,245	31.6%	5,696
26	滋賀県	63	1,419,635	355,635	25.1%	5,645

3. 認知症カフェ先行研究からみた課題抽出

27	鹿児島県	90	1,655,888	501,604	30.3%	5,573
28	三重県	94	1,834,269	521,164	28.4%	5,544
29	富山県	60	1,069,512	331,297	31.0%	5,522
30	福井県	42	790,758	229,436	29.0%	5,463
31	山梨県	46	838,823	244,277	29.1%	5,310
32	熊本県	101	1,789,184	530,773	29.7%	5,255
33	埼玉県	365	7,363,011	1,877,516	25.5%	5,144
34	群馬県	111	1,990,584	563,819	28.3%	5,079
35	福島県	112	1,919,680	566,218	29.5%	5,056
36	長野県	132	2,114,140	643,988	30.5%	4,879
37	愛知県	377	7,551,840	1,835,121	24.3%	4,868
38	新潟県	148	2,281,291	705,995	30.9%	4,770
39	京都府	156	2,563,152	728,064	28.4%	4,667
40	岡山県	122	1,920,619	559,894	29.2%	4,589
41	鳥取県	41	570,824	173,750	30.4%	4,238
42	岐阜県	151	2,054,349	591,283	28.8%	3,916
43	山形県	96	1,106,984	353,539	31.9%	3,683
44	兵庫県	446	5,589,708	1,536,417	27.5%	3,445
45	宮城県	188	2,312,080	616,101	26.6%	3,277
46	高知県	80	725,289	244,306	33.7%	3,054
47	石川県	143	1,150,398	327,229	28.4%	2,288
	計	5,863	127,707,259			

※認知症カフェ数は H30.10.1 厚労省資料より

※人口および高齢化率は平成 30 年 1 月 1 日住民基本台帳人口、平成 29 年(1 月 1 日から同年 12 月 31 日まで)人口動態(市区町村別)

4. 認知症カフェの普及促進に向けた資料作成に関する議論

4.1 認知症カフェの設置促進と継続のための事例集作成

認知症カフェの普及促進の課題として、次の4点が挙げられた

- 1) 課題1：人口が少ない自治体は設置率が低い
- 2) 課題2：高齢化率が高い自治体は設置率が低い
- 3) 課題3：人口規模別による課題
- 4) 課題4：認知症カフェ運営上の課題は認知症の人への周知方法と運営方法

これらの課題について、本研究委員会ならびに作業部会において議論を重ねた。

その結果について、整理した。

4.1.1 事例集における事例抽出基準に関する議論

- ・事例集も、うまくいっているところではなくて、もう少し小さい規模の町で行われているということが必要ではないか。
- ・非常に質のいいカフェの事例はあまり載せないほうがいいだろう。手を抜いて簡単にやれているカフェを数多く載せたほうが、「敷居が低くてこれならうちでもできる」ということに繋がるのではないか。
- ・認知症カフェというのは非常に多様性があり、ピアサポートが行われることもあれば、専門職からの助言もある。内容は多様で良い。
- ・人口規模の1万人以下のところだけの事例集を作ってしまうと都市部に配ってもということが起こる。都市部の事例も挙げて、ある程度バランスよく、人口規模の少ないところは少し人口規模の少ないところを、高齢化率の高いところについて、少し厚みをもって事例集を作る必要がある。

4.1.2 事例集の内容に関する議論

- ・事例集の解説の部分に、認知症カフェの意味やスピリットなどを盛り込んで書いていただけるとありがたい。
- ・前半と後半に分けて、前半のほうは始めていないところが始められるような、後半のほうは少し下火だったけれども頑張って増えてきました、といった事例にするのはどうか。
- ・やっていないところがこれからやりたいなと思えるようなものにする。それから継続がやういと思っているところは、このようにやればもう少し続けられるか、という内容を。
- ・どこでも介護予防のサロンはあるので、それをいかに認知症カフェに切りかえるかという道筋を示すと、かなりやりやすいのかなという気はする。両者がいかに違うのかということを示す必要がある。
- ・小さな自治体にとって、役割のある、有効なスタイルのカフェというものがあるべきだろ

うと思うが、それがあることによって「地域の認知症対策がここまで進みました」「患者さん・ご家族の支援が飛躍的に伸びました」「地域の認知症の人の掘り起こしができました」「認知症に対する地域の人たちの偏見がなくなってきました」というように、カフェの効果を明確に書いてもらうと良い。

- ・「今やっています」という事例ではなくて、「こうやって作った」という事例集のほうが作るのには役に立ちそうな気がする。
- ・最初の時点でボタンをかけ違えてしまうと、なかなか継続できなくなるので、最初の導入の仕方のようなマニュアル的なものがあるといいのかもしれない。
- ・認知症カフェの作り方と続け方両方必要である。
- ・今は設置されていないところも、地域の方がそこに行ったら専門職がいて、何でも相談ができるというような場だったらいいのではないか。私もそういう地域の中での身近な相談機能となっているカフェのことを知りたい。

4.1.3 事例集の内容およびデザインの修正に関する議論

- ・文字が小さい。当事者の方などもいらっしゃるから、もう少し大きくてもいい。
- ・例えば「専門職は当事者や家族同士の話し合いには直接加わらないけれども、何らかの形でサポートすることがある」というようなことを入れておいてもいいのではないだろうか。「ただ家族だけで運営するのではない」というようなこと。そこは少し考えていただきたい。レイアウトを少し見やすくしてもらったほうがいい。
- ・サロンとの区別について、どこかのページに盛り込むかどうかは今後の検討課題に挙がるのかもしれないが。
- ・リーフレットでも「高齢者サロンと同じですか」というのが出てくるから、これをもう少し膨らませたようなものがないのではないか。
- ・認知症カフェの定義がきちんと決められる必要はないという話だったと思う。スタイルとしてはいろいろなものがあっていいけれども、より効率がよい、効果的なカフェという、「カフェの中核とは」ということは説明してよいのではないだろうか。
- ・「認知症カフェがもたらす新たな地域の協働のかたち」という箇所、サロンやサークルについて少し書いてはいるが、この辺を少し増補し、高齢者サロンやコミュニティカフェとの違いというのは明確に書くようにする。
- ・自助グループとの違いをもう少し明確にしたほうがいいような気がする。
- ・(ピアサポートから自助グループとして成長するもの) そういう事例が一つあるとすごくいい。そういうふうに進んで結局はこうなった、というもの。
- ・イメージを変えとか、疾病観という言葉がどこかに入ってもいいのかなと思う。
- ・認知症という言葉を使っていないカフェもあるので、どこかで触れておいてもいいかと思う。
- ・「認知症カフェと書いても人が集まるところは、認知症に対する偏見がなくて地域づくり

がしっかりできている地域であると判断することができる」ということまで言ってもいいのかもしれない。

- そこまで言うかどうかはわからないが、意識しておいてもらえればありがたい。
- 少し専門家の役割とか、逆に専門家が注意しなければいけないことというようなものが入るといいかと思う。
- 結果的に、結構人口別で分かれていて、本事業の目的にも沿っているようなので、目次のところに、例えば記号か何かで人口別の印も入れておいてもいいのではないか。大きなタイトルで見えていく人と、自分の人口規模に近いところを探して入る人がいるかもしれない。
- 住所や電話番号は入っていないが、意図的に書かないということか。
- 書いていない。概要の一番下あたりに「市町村名」程度は入れてもいいのかもしれない。
- どこ地域包括支援センターに問い合わせればいいのかを調べるきっかけは欲しい。
- 見学を勧める事例集ではないので、それは注意書きとしてきちんと書いておいたほうがいいのではないか。
- 自分のカフェはどんな人たちを対象として想定していて運営しているか、という程度のことを、何か書けないものか。
- 原稿を全部集めてみて、わかりづらい場合は、執筆者にその辺を少し追記していただくような催促をする。

4.1.4 配布先に関する議論

- この配布先について、全国の高齢者人口が少なくて人口の多いところの市町村の自治体、地域包括支援センターにも配るのであれば、別に人口規模が少なくて高齢者率が高いところの事例だけではないほうがいいのではないか。
- 単に事例集を配るわけではなくて、県の担当者や、そこからまた地域支援推進員などがどうやって広げていくのかも大切である。
- 人口規模の少ないところの事例集を作って、人口規模の大きいところにも配るのか。あるいは人口規模の大きいところでもまだまだ継続に困難を感じているようなところもあるだろうし、そういうところも含めて配布する方が良いのではないか。

4.2 早期支援に資する認知症カフェ理解促進リーフレットの作成

4.2.1 デザインや内容に関する議論

- ・MCIの人たちも行きやすいようにするのは不可能か、難しいか。
- ・これの一番の目的は行政にも見てもらって、行政が「作らなければ」と言わなければだめなのだろう。行政がその気になるというような目的でないといけない。
- ・「これはやらないとこれからの地域は大変だ」というような書き方にする。難しいかもしれないが、それを意識していないと、これを見てやりたいと言っても、行政から、ではやりなさいというふうに言ってもらわないとやはり動けないので。
- ・このリーフレット見本のA4の大きさは高齢者の人にとって大きくないか。診療で説明するときA4で資料を作るのだが、やはり大きいようだ。紙が薄くハリもない。
- ・予算的には、メインがあってそのサブセットの2種類作るのは無理か。
- ・多少小さくなるけれども、見えないことはないだろう。こんなにどぎつく大きくなくてもいいような気もする。ざっと拝見していて、これを見た人がどこかの認知症カフェに行った時に、「このQ&Aと（内容が）違う。これは認知症カフェなのだろうか」ということにならないかが一番心配である。「このカフェは金がかかるのか、1,000円なのか、（Q&Aの言っていることと）違うのではないか」と言う人がいないだろうか。
- ・あまり書き過ぎてしまうと、来た人が質問すると逆効果になるかという気がしたが。
- ・やはり、95%ぐらいのカフェはこれで当たるだろうというぐらいの内容でないといけないだろう。
- ・コンセプトとしては、ハードルが低くて、ちょっと足を踏み込んでみたいと思わせるところなので、あまり正確な情報を載せ過ぎないほうがいいのかもしれないと思われる。
- ・いろいろな使い方ができるということが伝わるほうがいいように感じる。いろいろな過ごし方があっていろいろな使い方をしているというのがわかると敷居はちょっと低くなるかなと思う。「ここで交流をすることや利用の仕方はあなたの自由です」というのが伝わるとういのではないだろうか。
- ・そういう意味ではQ&Aにあまりこだわり過ぎなくてもいいかもしれない。全部Q&Aで統一しなくても、「こういうこともできます」というようなことを書く。
- ・「何ををするのですか」という質問に対して、「こんな人もいますし、あんな人もいます」という感じにすると、「何をしてもいいんだな」と思ってもらえる。「行ったら皆で一緒に何かをしなければいけない」と思う方もおられるかもしれない。
- ・カフェというのはやはり多様性があるので、曖昧にしておいたほうがいいところもあるのかなとも思う。
- ・これだけ読んだら一般の方は、サロンやデイサービスとは何なのかとなってしまうから、そこは気をつけないといけない。行政の方たちはこれでいいかもしれないけれども、一般

の方がこれを見たらちょっと違うかなと思う。

- ・デイサービスには行きたくないとおっしゃる方もいるし、まだ必要ないという方も当然いらっしゃる。また、サロンに行っていたのだが認知症が発症したことによってそこにいられなくなってしまったという人もいる。そういう方々の居場所であり行き場所が、実はある、ということをうまく伝えられればとは思っている。
- ・専門職に配って勉強してもらうものと、その専門職がさらに患者さんやご家族に手渡すものと、2つのバージョンがいるのではないだろうか。
- ・戦略としては、まず敷居を低くして作っておいて、次の年ぐらいに「実はもう少し高いレベルを求めています」と言って、やめられない状態でレベルアップしていく。
- ・カフェはたくさんできたけれども、「カフェとは言えないものがたくさんあり過ぎる」「名前はカフェといっているけれども、認知症予防に特化したようなもので全然カフェとは違う」というところもある。地域づくりのためには、認知症予防ばかりやっていて「認知症になったら来なくて結構です」というようなものをカフェに入れられては困るわけだから、そこをもう少し自治体がしっかり考えてもらわなければならないと思う。
- ・委員会として、目標とするべきカフェの姿というのはこういうものということで、「地域対策や、患者さん・ご家族の支援、早期発見・早期治療など、いろいろなことを考えるうえで、カフェのスタイルとしてはこういうものができると地域づくりに役に立ちます」というようなものを掲載する必要があるのではないか。
- ・効率的に、ただカフェを作ればよいというようなものではなくて、本当に地域づくりに役に立たないといけないし、そういう目標になるカフェの姿というものが提示されればよいのではないか。

4.2.2 タイトルに関する議論

- ・「診断直後」だけではなくて「違和感を覚えたとき」ということなので、あまり診断直後というだけを強調しないほうが良いと思う。違和感を覚えたとき、あるいは知りたいとき。
- ・「私たちの認知症カフェ」と「あなた自身の認知症カフェ」のどちらがよいか。
「認知症カフェ」は入れたほうが良いと思う。和らげた部分のパンフレットというのは名前を変えてそこそこで作っているだろう。地域の中でカフェを効果的にやっていくためには、専門職の人が知って、そこからつなげてもらわなければいけない。そういう意味からも、かかりつけ医や病院の看護師、サポート室のソーシャルワーカーに知ってもらうことが大事なので、やはりそここのところは逆にあったほうが良いかと思う。
- ・専門職に周知するのであればはっきり「認知症カフェ」と書いたほうが良い。でも患者さんや家族に渡すのだというともた話が変わってくるので、そこを明確にしていきたい。
- ・例えばMCIの人に、「あなた自身の認知症カフェ」をいきなり渡すと困惑するのではないだろうか。

- ・専門職として、「私たちの」としてもらったほうがいいかと思う。「一緒に作りましょう」というニュアンスがあってよいのではないか。

4.2.3 リーフレットの最終案作成に関する議論

- ・もうちょっと活字も大きいほうがいい。
- ・QRコードを貼るといいのではないか。
- ・認知症カフェにはいろいろな名称があるというのは、これに入ってくるか。
- ・「専門家がいるなし専門相談ができる」と両方入るか。
- ・「認知症カフェは、例えばオレンジカフェなどと、いろいろな名前で展開されています」というような記載も必要だと思う。
- ・「専門家があります」というのは、強調しすぎても不在の所もあるために注意が必要ではないか。
- ・(専門職が)「かかわっています」とか「支援しています」とか、そういう表現に一部は変えたほうがいいように思う。「専門相談ができます」とか「専門相談を受けられます」というのもいいかもしれない。
- ・「看護師など」のように、一言入ってもいいかもしれない。
- ・この中の表現で「話しかけてくれます」「聞いてくれます」というのが嫌。「不安についても話せますか?」「聞いてくれます」「紹介は必要ですか?」「話しかけてくれます」は施しを受ける感じになってしまう。
- ・最後は事務局一任でよろしいか。配布先とつくりと、QRコードは入れる。それから、「専門職」の表現は少し考えることと、「くれる」「あげる」という表現は修正するということ、さらに認知症カフェの名称に少しいろいろなものがあるということもどこかに触れるということを進めることとする。表紙は矢吹委員に一任させていただくということとする。

4.2.4 リーフレットの普及に向けた議論

- ・事例として、今のような話がタイプとして盛り込めるか。第3タイプの事例というのが入られるかどうかは検討事項で、今回は無理でも、今後何か考えなければいけないところかと思う。
- ・(成果物を)送るだけだと一方的なので、(各所に)送られたことを知ることによって、行政と医療機関、地域包括と医療機関が連携できる一つのきっかけになると思う。だから、「医療機関のこういうところにも送っています」というのがわかる方法があるといい。
- ・「ご活用ください。連携もしていただけるとありがたい」というようなメッセージを一言加える。

(参考) リーフレット“私たちの認知症カフェ”表紙素案パターン



認知症カフェはどんな場所

認知症の人やその家族、地域住民、介護や福祉などの専門家など誰でも、気軽に集える場所です。訪れることは自由で、帰ることも自由です。お茶だけでもよいのです。

ここでは、認知症について知る、学ぶ、考えることができます。

また、認知症カフェという名称ではなく、オレンジカフェ等様々な名前前で運営されている場合があります。いずれにせよ、介護保険制度や地域の社会資源をよく知る専門家などがかわわっています。

介護ストレスの軽減の場だけではなく、あたたかな出会い、地域とのつながりの場です。

さあ、気兼ねなく訪れてみましょう。



Q1 認知症の人のためのだけの場所ですか？

A 認知症の人だけでなく、誰でも訪れることができるのが認知症カフェの特徴です。認知症について知りたい、学びたい、考えたい、認知症になっても安心して暮らしたい、そんな地域を作る場所です。

Q2 高齢者の老人クラブやいきいきサロンと同じですか？

A 訪れる方は高齢者だけではなく、子ども、若い方など様々です。認知症について気軽に学び、同じ悩みを持つ方と繋がり、専門的な相談もできます。そのことから高齢者サロンとは異なります。

Q3 何が行われているのですか？

A 喫茶店やカフェのようなつもりで、どのように過ごすのも自由です。レクリエーションや歌が主な目的ではありません。気軽にコーヒーを飲みながら話をし、講話を聴いたり、情報を得ることもできます。

Q4 申し込みは必要ですか？

A 喫茶店やカフェに訪れる感覚で来てください。ほとんどの認知症カフェは申し込みは必要ではありません。

Q5 誰が運営しているのですか？

A 地域の認知症のことを支える専門職やボランティアなど様々な人が運営をしています。国の認知症施策の一環で2012年から推進されており、現在も全国各地で新たに増加しています。

“ちよっと”詳しく



Q6 どのくらいの頻度で行われていますか？

A 概ね月に一回です。場所によっては、毎日開いているところもあります。

Q7 どのくらいの費用は掛かるのですか？

A そのカフェによっても異なりますが、100円～200円くらいがもっとも多いようです。

Q8 そこにはだれがいますか？

A 認知症の本人、家族、地域の人（大人も子どもも）、そして認知症の専門職がいます。

Q9 介護保険サービスですか？

A 年齢を問わず誰でも気軽に訪れることができます。介護保険サービスではありません。

Q10 紹介は必要ですか？

A 気にしないでください。「初めてです」と入口で一声かけてください。そこに行けば必ず誰かと話をすることが出来ます。



Q11 認知症と診断されましたが大丈夫ですか？

A 気兼ねなく訪れてください。認知症の本人が行きたがらない場合は、ご家族だけ来ていただくこともできます。日常生活で不安なこと、気がかりなことがあれば専門職がいますから相談も対応もできます。

Q12 今の介護サービスや治療方針の不安についても話せますか？

A もちろん大丈夫です。ここでは、どのような話でも、専門家とリラックスした雰囲気でも語り合えます。そして、人に話さないことは秘密も守ります。

Q13 私の地域ではどこにあるのでしょうか？

A 全国で6000カ所近くあります。概ねどの地域にもあります。まだ設置されていないところもあります。詳しくは、お住まいの役所高齢者担当課、地域包括支援センターなどで「認知症カフェはどこにありますか？」と聞いてください。



5. 認知症カフェ事例集の作成

5.1 事例集の事例抽出

過去の調査の分析と委員会における議論に基づき、事例執筆者の抽出を行った。抽出にはまず、第一段階として、平成 28 年度老人保健事業で実施した調査結果より、4 条件に当てはまる事例を機械的に抽出した。次に、さらに 5 条件を加え、抽出したところ 66 事例が抽出された。そして、事例内容について委員会にて精査し、最終的に 19 事例に絞り込んだ。

(第 1 条件)

- ①2016 年以前に設置されている
- ②月に 1 回程度定期的に開催されている
- ③他団体等と連携して開催されている
- ④一定の参加者がある

人口規模	(総数)	第 1 条件
①30 万人以上 100 万人未満	65	85
②10 万人以上 30 万人未満	201	82
③5 万人以上 10 万人未満	259	63
④1 万人以上 5 万人未満	687	58
⑤5 千人以上 1 万人未満	245	12
⑥5 千人未満	264	1
⑦政令指定都市	20	59

(追加条件)

- ⑤プログラムの内容がレクリエーションを含まない
- ⑥目的が予防としていない
- ⑦継続のアイデアの記載がある
- ⑧町内会等複数の団体が実行委員形式で協力団体になっている
- ⑨参加者のバランスがよい

人口規模	追加条件による抽出数
①30 万人以上 100 万人未満	19
②10 万人以上 30 万人未満	13
③5 万人以上 10 万人未満	9
④1 万人以上 5 万人未満	11
⑤5 千人以上 1 万人未満	3
⑥5 千人未満	1
⑦政令指定都市	10
合計	66

5.2 事例集の事例の内容

19 事例の執筆内容を、項目を設定して執筆を依頼した。なお、本報告書の記載内容は初校段階のために、成果物内容とは一部異なる場合がある。

事例 1 永山南きづなカフェ(北海道旭川市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2016 年
- ②運営団体 永山南きづなカフェ実行委員会
- ③開催場所 永山住民センター
- ④開催日時 毎月第 4 水曜日 13:30～15:30
- ⑤参加費用 100 円 (子供は無料)
- ⑥来場者数 毎回約 30～35 人
(地域の方 25 人、認知症の方 2～3 人、介護者 1～2 人、専門職 1～2 人、ボランティアの方 7～8 人)
- ⑦運営者数 毎回 10 人程度 (地域住民 4 人、多職種・多法人専門職 5～6 人)
- ⑧プログラム
 - カフェタイム (ケアラーや認知症に関する無料相談・プレイコーナー設置) 45 分
 - ミニレクチャー (介護予防体操、脳トレ、保育園等交流、ふまねっと、サークル活動団体) 30 分
 - カフェタイム (ケアラーや認知症に関する無料相談・ボランティアの方と一緒に過ごす) 45 分

1.1 地域の概要 (人口高齢化率、地域特性等)

旭川市人口 338,000 人 高齢化率 32.9%

永山南地区人口 19,000 人弱 高齢化率 31.0%

旭川市内で唯一、地区社会福祉協議会・民生児童委員・市民委員会の各団体が協力し、連携強化を図るため「永山南きづな連絡協議会」を設立。この地区では、地域活動 (サロン活動 3 ヶ所、運動リハビリと認知症予防の自主サークル等が 9 ヶ所) がとても活発で、2019 年 4 月からは、認知症等による行方不明者への捜索システム (ネットワーク) の準備を行っている。必要に応じ新旭川・永山南地域包括支援センターが後方支援を行い、地域のつながりを強化している。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

当初、福祉関係機関（施設交流スペース）も検討したが、施設の広さや場所代、駐車場の問題など総合的に考えた結果、誰もが名称だけで分かる場所が一番良いのではないかという意見が多く、住民センターを活用することが効果的であるとした。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

国道や環状線沿いのため、交通量が多いことや住民センター前にバス停があるためアクセスしやすい立地となっている。徒歩で来場される方がほとんどだが、駐車場も広いので自家用車や施設福祉車両で来られる方も多い傾向にある。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

2014年に永山南地区社会福祉協議会が主体となり、永山南地域すべての住民に対して「生活での困りごと等についてアンケート」を実施したところ、抽出された地域課題に対して当地域包括支援センターも協力し、地域ケア会議を行いながら「永山南地区社会福祉協議会地域福祉実践3ヶ年計画」を策定した。計画の具体策の中に認知症カフェを盛り込み、高齢者だけでなく障がい者や子供も含めた共生型で検討する方針になった。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

地域住民（地区社協、民生委員、市民委員会）と福祉関係機関と協力し、準備委員会を設立。準備委員会の中で認知症カフェの目的やメリットに関して合同勉強会を行いつつ、「人・場所・お金」と大きな検討内容の枠組みを作成して、4月～6月計3回のプレオープンを行った。その際、アンケート調査を実施し、来場者の率直な気持ちや本当に認知症カフェが居場所として必要かどうかを評価した。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

準備委員会の中で開催時間帯や参加費、場所と場所代、お菓子類や飲み物、コーヒーメーカー、カップ、案内文の作成、参加された方が少しでも身になるミニレクチャー等を役割分担して準備を行った。開催する事が目的にならないように、認知症カフェ機能とボランティア活動のマッチングも考慮し、準備委員会には、社会福祉法人の特養やグループホームの協力もあったため、チラシの紙を500枚程持ち寄り、地区社協で案内文の印刷を安く行うことができた。この結果、プレオープンとして永山南地域に全戸配布することができたといえる。

2.4 開設資金の捻出方法

2014年度から「永山南きづな連絡協議会」が発足し、「地域住民が安心して暮らせる

街づくり」を掲げているため、地域地縁組織からのバックアップがあった。準備委員会になっている福祉関係機関や地域包括支援センターから最低限の必要物品を持ち寄り、住民センターの物品を無料で貸し出してもらいながら運営を行っている。

2.5 運営費について

参加費として100円を集めている。「永山南地域福祉実践3ヶ年計画」に基づき準備したため、市社会福祉協議会から地域特性を活かした事業として補助金が出ている。旭川市には、まちづくり推進協議会が市内を15圏域に分けて設置され、地域住民の主体的取組と自主運営化に向けて後方支援を行う社会福祉協議会が設立された。そこでは、当圏域の永山まちづくり推進協議会に問題提起し、地域に根付くまで運営費や広報含め事業計画を立案し、5万円バックアップしてもらうことができた。

2.6 地域課題の克服の方法

地域の担い手側も高齢化が進み、役員を重複して担っている方々も増えている現状である。「地域は地域で守りましょう」「我が事丸ごとの共生型」と伝えたとしても、地域住民の方は理解できず「これ以上忙しくなったら・・・」と精神面含め負担が強くなる一方だと推測される。勿論、地域の意識醸成は必要なアクションではあるものの、あくまでも地域が主体的に取り組んでもらう為の仕掛け作りが一番大切なことである。「急がず、2～3年かかっても時間を費やし、地域を広げ過ぎず小規模単位」で、地域を巻き込みながら、しっかり懇談会が行えることこそが重要だと考えている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

来場者が「座っているだけ」で過ごさないよう、専門職は各テーブルに1人が座ることで配慮を行っているほか、家族介護者からの個別相談対応も行っている。ボランティアは入口や受付、配膳を行い、来場者がまた行きたいと思ってくれるように、実行委員やボランティア全員が楽しく過ごせる雰囲気作りを大切にしている。最近では、地域役員の方々も認知症カフェに来て地域情報の交換などを行う場面が増えているように感じる。

3.2 人を集めるための広報の方法

半年間の開催日が記載されたパンフレットを全世帯へ配布していることが一番の強みだと考える。地区社会福祉協議会や町内会福祉部会だよりへの掲載など地域も協力してくれて、銭湯や薬局、スーパー、病院など、地域企業の協力も得て案内が掲載されている現状にある。毎月の認知症カフェ開催日は、市民委員会（町内会長）30ヶ所以上の協力で、永山南きづなカフェ開催中の「のぼり旗」が立てられている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域包括支援センター総合相談対応や認知症を支える家族の会を毎月 1 回開催している。また、介護支援専門員向け研修会開催時など様々な場面やグループホーム等の施設入所者の方々にもインフォーマルサービスの社会資源として情報提供を行っていて、民生児童委員や地区社協、市民委員会の各団体も協力して随時紹介してもらっている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

永山南きづなカフェ開催日終了後に、必ず実行委員会で振り返りなどの話し合いの会議を行い、本日の参加人数や反省点、準備不足な点、専門職への相談件数、ボランティアからの意見、次回の課題やミニレクチャーなど可能な限り、その時点で役割分担を決めている。実行委員長や収入等の経理は地域の方々が担うことになっている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

「気軽に集まれて不安や困りごとを相談できて、参加費 100 円で自由参加です」とお伝えするうえで、敷居や縛りが一切ないことが一番の魅力である。認知症になっても安心して過ごせる居場所（地域づくり）の一つであると紹介をし、高齢者だけでなく全世代対応型であることを色々な場面で案内を行っている。

3.6 運営上の工夫

毎月第 4 水曜日で年間 12 回開催している。カフェ実施後に実行委員会で検討会議をするため、何度も準備等で集まるような拘束時間は最小限にとどめている。専門職も各自の業務優先で必ず参加しなければならないということもなく、運営スタッフの負担も考えながら行っている。

3.7 運営費で困ること

現時点では、地域地縁組織の協力もあり困ることはないが、永山南地区社協地域福祉実践計画を見直し、来年 4 月からは永山南きづな推進事業として「永山南きづなカフェ」と「認知症等による行方不明者検索ネットワーク」の 2 本柱で準備を考えている。開催日が記載されているパンフレットを掲示している地域の企業と連携を深め、協賛金を募り完全自主運営の予定で進めている。

3.8 継続の秘訣

地域の方が実行委員長や経理等を行い、圏域内の福祉関係機関による実行運営体制は、各自の明確な役割分担により業務負担軽減になっている。地域の方は専門職よりも地元の企業と顔見知りで協力体制構築にも繋がり、民生委員や市民委員会など地域役員の集まりでも随時開催案内が行える。地域の力と専門職の力をうまく融合すること

が秘訣である。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

茶話会やサロンにならないようにすること、開催することが目的にならないようにすることを大切に運営している。ミニレクチャーは必ず行うが、それだけが目的ではないことなど認知症カフェ本来の目的を実行委員会で振り返ることも大切にしている。また、地域の踊りや民謡、お茶の会、詩吟など色々なサークル団体に認知症カフェで披露してもらったり、保育園児の作品を展示したり、共生型認知症カフェに向けて理解してもらえるような活動も大切にしている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

地域には、地域特性に合わせた課題ニーズがあるため認知症カフェは様々な地域課題に応じて多機能を備えた社会資源だと考えている。要支援の方や障がい者の方もボランティアとして参加され、自分達の介護予防と社会参加になっている場であり、ボランティア活動を経て、民生委員の欠員地域への着任や後期高齢者の方が施設職員として就労することにも繋がっている。施設入所者の方々にも、施設内での生活や外出レク以外に「ユニットケアは入口が地域で出口も地域」として、日頃から地域と接点を持てる居場所として活用して頂き、認知症の方が安心して過ごせる為の地域づくり一つの手段として考えている。

事例 2 オレンジカフェ上京(京都京都市上京区)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2014 年
- ②運営団体 オレンジカフェ上京実行委員会
(主催) 上京区通所介護・小規模多機能事業所等連絡会「ささえ愛の会」
「NPO オレンジコモンズ」・上京社会福祉協議会・オレンジカフェ上京ボランティア養成講座修了した市民・民生児童委員協議会(協力)
京都府訪問看護ステーション協議会 B 地区(上京区)・上京区地域包括支援センター(乾隆・小川・仁和・成逸)・上京区地域介護予防推進センター
- ③開催場所 社会福祉法人市原寮 花友じゅらくだいデイサービス 4 階
- ④開催日時 毎月第 4 日曜日 14:00~16:00 (8・12 月を除く)
- ⑤参加費用 200 円
- ⑥来場者数 毎回 30 人(地域の方 10 人、認知症の方 5~6 人、介護者 5~6 人、専門職 0 人)
- ⑦運営者数 毎回 15~17 人程度(地域住民 7~8 人、多職種・多法人専門職 8~9 人)
- ⑧プログラム ミニレクチャー 30 分
 ミニコンサート 30 分
 カフェタイム 60 分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

上京区人口 85,034 人 高齢化率 27.4% (2015 年 9 月現在)

上京区は、京都市のほぼ中央部に位置する。上京区では、明治期の番組小学校設立の際からの学区自治が連綿と継承されており、住民福祉協議会などを中心に各種団体が連携して様々な活動を展開している。また、学区毎に環境整備や福祉のまちづくり、自主防災、地域振興、生涯学習、都市農村交流など、他にはない個性的な取組を打ち出しており、ボランティアの参加や行政の支援を得た活動が活発である。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

2014 年 4 月の開店当初は、上京区で地域住民が来店しやすい場所として地域の民生委員協議会の協力のもと、京都市上京区元待賢小学校の空き教室を借りて開店していた。しかし、同年 10 月から社会福祉法人市原寮花友じゅらくだい 4 階ホールを借りている。社会福祉法人の地域貢献の一環としてご協力いただき継続している。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

京都市営バス 50 号乗車智恵光院中立売を下車してすぐに位置する。送迎はない。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

2012 年 9 月から専門職と市民ボランティアが協力してオレンジカフェを運営し、それを通じて認知症の方とその家族にとって認知症カフェの必要性を確信した。活動を通じて深まった地域の人々や専門機関との関係を活かして、2014 年 4 月に NPO 法人オレンジコモンズを設立。主な事業として、認知症カフェを地域に広めることを念頭にそれぞれの団体に対して、オレンジカフェ上京を開店するために協力を仰ぎ、オレンジカフェ上京実行委員会を立ち上げて運営の準備を始めた。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

当初に NPO 法人オレンジコモンズ理事長から、オランダのアルツハイマーカフェ、イギリスのメモリーカフェの紹介を受け、ほぼ近い形で開催している。ミニレクチャーでは、「認知症予防に関する事」は話題に乗せない事を重要ポイントとしており、ミニレクチャーの内容やコンサート内容はだまかに年度ごとにスケジュールを決めている。また、オレンジカフェ上京の開店当日に事前ミーティングがあり、振り返りを行い次回に生かしている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

コーヒーカップ 30 客、スプーン 30 本、グラス 50 客、トレイ 4 個を購入。カップやトレイ、グラスは寄付。開店当初は、民生児童委員会長の尽力で京都新聞の折り込み広告にチラシを封入してもらった。社会福祉協議会の広報、区民新聞の記事、地域包括支援センターや実行委員会の団体へ配布依頼をした。

2.4 開設資金の捻出方法

初期費用は、NPO オレンジコモンズから借り入れた。

2.5 運営費について

当初は 100 円の参加費だったが、昨年度で、「上京区民まちづくり活動支援事業補助金」(3 年) が終了し、今年度から 200 円に変更し運営費にしている。スタッフも飲み物代をお心持として支払うようになった。

2.6 地域課題の克服の方法

地域の認知症への認識を変えることが課題である。「地域の認知症の疾病観をかえる」

ことを理念とし、京都市上京区の4か所の認知症カフェの情報共有をすることで「認知症になってもよりよく生きること」ができると考えている。オレンジカフェ上京主催の区民公開講座や、他にもオレンジカフェ上京スタッフ養成講座を上京区民対象に開催している。今後も継続し、スタッフのフォローアップ研修も併せて開催したいと考えている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

「オレンジカフェ上京ハンドブック」を作成し、各担当の役割をマニュアル化。それぞれ専門職と市民ボランティアが協働。

①会場設営②受付：飲み物の注文、受付表に、お名前を記入してもらう③案内：受付表をもとに来店の理由をお聞きする（訪問看護ステーション担当）④キッチン：物品の保管場所から設営する⑤コンサート：主演依頼とご案内⑥ミニレクチャー：講演依頼とご案内⑦カフェタイム：地域包括支援センタースタッフがテーブルに座るスタッフを決めている。

3.2 人を集めるための広報の方法

オレンジカフェ上京実行委員会のチラシ配布や地域の総合病院や医院にチラシを設置しており、医師からの紹介で来店される。スタッフが勤務している薬局に来られた方にもチラシを配布している。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域の総合病院や医師の紹介や地域の民生委員、地域包括支援センターからの紹介もある。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

年度毎に大まかなプログラムを運営委員会で決定し、年2回の全体会議で周知している。ミニレクチャーでは、「認知症予防」に関する内容は行わない。レクリエーション的な内容は行わないことで統一している。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

開店日には看板を設置し、「まちなかもの忘れ相談室」と書かれている。予約制ではないので、通りがかった人も気軽に来店できる。

3.6 運営上の工夫

8月は地藏盆と重複、12月は年の瀬で寒いので休業である。配布するチラシに次回の

開店日を記載している。運営費に余裕があった時には休業の知らせとチラシに飲み物無料券を付けて9月、1月の開店日に持参してもらうようにしたが現在は行っていない。

3.7 運営費で困ること

上京区から「上京区民まちづくり活動支援事業補助金」がなくなったので、参加費のみで運営している。コンサートボランティアに交通費を渡す事もできなくなり、心苦しい限りである。

3.8 継続の秘訣

オレンジカフェ上京実行委員会の皆さんの力、オレンジカフェ上京スタッフ養成講座修了の市民ボランティアの力が大きい。地域の専門職と養成講座修了の市民ボランティアが協働し、振り返りの会など、忌憚のない意見を交わしながら徹底した振り返りを行う事で次の開店日に備えられているのが継続の秘訣である。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

「地域の認知症の疾病観を変える」ことに重きを置いており、オレンジカフェ上京実行委員会のメンバーが同じ考え方をもち協働することを大切にしている。同じ方向を理解していることは重要である。地域の専門職と養成講座修了の市民ボランティアが協働して開店している事に意義がある。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

開店当初から来店されている方が認知症を発症したとカミングアウトされた。「ここがあるから不安はないよ」と伝えてくださり、オレンジカフェ上京を継続していて良かったと思った。

事例 3 西門ちゅうちゅー喫茶 ノスタルジー(神奈川県相模原市中区)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2016年
- ②運営団体 ボランティア団体
- ③開催場所 喫茶室ノスタルジー
- ④開催日時 毎月第1金曜日 13:30~15:30
- ⑤参加費用 お茶代200円
- ⑥来場者数 毎回10~15人(地域の方5~8人、認知症の方2~4人、介護者1~2人、専門職3人)
- ⑦運営者数 毎回3~7人程度(地域住民1~4人、多職種・多法人専門職2~3人)
- ⑧プログラム 講話・ミニコンサート
カフェタイム 30分
Q&Aとお知らせ 15分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

相模原市人 723,101人 高齢化率 25.0%

地区内人口 35,514人 高齢化率 23.3%

開催地域の相模原市中央地区は市街地にあり、駅から近いためマンションや集合住宅、一軒家が混在しているのが特徴である。その中でも、マンションが多いため自治会に加入する方も減少傾向にあり、自治会自体が消滅するなど地域住民同士の関わりが希薄になりつつある。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

地域の方が誰でも立ち寄れる場所、そして美味しいコーヒーを飲んでほっとできる場所作りを目指し開催に至った。人が多く立ち寄れる商店街の一角にある喫茶室を開催場所にすることで、バス通りに面しているため、少し離れた地域の人でも立ち寄れる利点がある。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

駐車場がないため、徒歩で来場する方がほとんどである。その他、バス停が近くにあるためバスで来場する方も多し。近くに有料老人ホームやグループホームがあることで入居者も施設職員とともに車いすで来場するというような姿も見受けられる。

2. 開設準備

2.1 準備①(発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法)

地域包括支援センターからの声掛けで認知症カフェの開催の検討が始まった。すでに別の地区に認知症カフェを1年前に発足させ、軌道に乗っていたこともあり、この地域で新たに認知症カフェを立ち上げようという構想に至った。会場は喫茶室が場所を提供、運営スタッフとして民生委員や介護予防サポーターの方などを含めボランティアで運営に携わってくれる方を募集した。それに加え、地域への理解を促す目的も含め、まずは喫茶室で認知症サポーター養成講座を開催して準備を始めた。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

ボランティアで携わってくれる地域住民、地域包括支援センター、喫茶室の運営母体でコアメンバーを作った。その運営スタッフで話し合いを行い、開催前には認知症カフェの開催日、開催後は、次回に向けた打ち合わせを行い、前回の振り返りをしつつ今後の方法について計画を立てている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

喫茶室での開催のため、必要物品はすべて喫茶室のものを利用させてもらっている。地域の方に知らせる方法として、看板やチラシの作成は地域包括支援センターが準備を行い、地域に属している施設の運営推進会議等で合意の上で、地域情報誌に掲載してもらうなど積極的な周知活動を行っている。

2.4 開設資金の捻出方法

カップ等はすべて喫茶室から協力してもらって借用している。開設にあたって、チラシの作成やコピー代は、地域包括支援センターの予算で賄われている。

2.5 運営費について

来場者からお茶代として200円を頂き、イベントを開催する際はボランティアとして講師を呼び、紙やペンなどの諸物品もボランティアの協力等で賄っている。

2.6 地域課題の克服の方法

自治会が消滅しているため、地域住民への周知方法が限られている現状である。また、マンション等の集合住宅が多いため、自治会があっても加入されない地域住民も多くみられるといった課題を民生委員や自治会、老人会の協力を得て、対象者へ積極的なアプローチを図っていきたいと考えている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

現在明確な役割分担はないが、運営スタッフ全員で来場された方とコミュニケーション

ョンをとるように心がけている。介護や認知症の相談がある方は運営スタッフが相談を受け、必要があれば地域包括支援センター職員につなぐなど円滑な対応に励んでいる。気軽にみんなと会話を楽しめる雰囲気づくりを運営スタッフ全員で意識して運営している。

3.2 人を集めるための広報の方法

地域情報誌に掲載したのは初回とその後数回である。それ以降現在まで口コミや地域の方に案内を依頼する形を採っている。グループホーム等の高齢者施設に入居している方も参加できるように、施設の運営推進会議等でも周知するよう取り組んでいる。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域包括支援センターや居宅介護支援事業所の協力を得て、対象となる方に案内をすると同時に、民生委員の方からの紹介を行っている。地域のグループホームにも声かけするなど認知症カフェに来場してもらえるよう取り組んでいる。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

次回の開催についてコアメンバーで話し合いを行ううえで、大きなイベントは行わず、ゆったりとした雰囲気でお茶と会話を楽しむことをコンセプトにしているため、講師はコアメンバー自身が行ったり、近隣住民やボランティアセンターに紹介をしてもらっている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

認知症カフェを開催する前に地域の方を対象に認知症サポーター養成講座を開催しているほか、喫茶室では認知症カフェに関するパンフレット等も配布しているため気軽に手に取って見ることが出来るなどの工夫をしている。加えて、「認知症カフェは誰でも参加でき、必要があれば専門職が相談に応じます」と説明を行っている。

3.6 運営上の工夫

運営スタッフに負担がかかりすぎないように、地域包括支援センターは後方支援を行う等の工夫をしている。

3.7 運営費で困ること

会場となる喫茶室の協力、地域包括支援センターとの協働でもあるため、困ることなく運営できている。

3.8 継続の秘訣

一人の人に負担をかけすぎないように注意を払っている。また、来場者含め運営者側同士もコミュニケーションを取り、協働意識をもって運営を行っていることが継続の秘訣だと考える。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

大きなイベントにこだわりすぎず、来場者同士や来場者と運営スタッフが会話を楽しみ、来てよかったと思える関係を築いている。それを築くには、お茶を飲みながら楽しいひと時、穏やかな時間が過ごせることこそが大切であり、介護を必要としている方なども自分の思いを誰かと共有できる空間づくりをすることも大切だと考える。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

この地区は閉じこもる方が多いため、そうした閉じこもりがちな方も参加しやすい環境であること、地域の人とのかかわりが持てる場であることの2点だと考える。運営スタッフも地域の人を中心となり、地域で活動している喫茶室の場を借りて運営していることで、地域の情報も発信でき、人と人とのつながりも持てる場になっていると推測される。

事例 4 ほっこりかふえ(山形県鶴岡市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2015 年
- ②運営団体 鶴岡市
- ③開催場所 鶴岡市総合保健福祉センター ここ♡ふる 3階
- ④開催日時 毎月第1または第2木曜日 10時～11時30分
- ⑤参加費用 100円
- ⑥来場者数 毎回10～30人（地域の方5人、認知症の方5～10人、介護者5～10人、専門職1～4人）
- ⑦運営者数 毎回7人程度（行政：1人、地域住民：5～10人、多職種・多法人専門職：2～4人）
- ⑧プログラム カフェタイムプロローグ 10分（簡単な体操を行うこともある）
ミニ講話 30分
カフェタイム&お知らせ&質問タイム 50分（個別対応もする）

1.1 地域の概要（人口高齢化率、地域特性等）

鶴岡市人口：127,736人 高齢化率：33.6%（2018年4月現在）

1市4町1村が合併し、東北一面積が広い市となっている。そのため、中心市街地、中山間部、海岸部、農村部など地域の特性も多様である。毎年1,000人超ずつ人口減少し、高齢化率は年々上昇している。認知症疾患医療センターは、隣の市である酒田市にあるため、市内にある中核病院の荘内病院の神経内科医師（認知症サポート医）や認知症看護認定看護師、精神科単科病院の山形県立こころの医療センター、認知症初期集中支援チーム、行政がコアメンバーになり、地域包括支援センター、かかりつけ医からなる物忘れ相談医と共に、認知症当事者とその家族介護者への支援に取り組んでいる。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯とその理由

新オレンジプランも認知症カフェ開催の後押しとなり、鶴岡市運営の認知症カフェを開催した。行政が主催している認知症教室の来場者から認知症当事者や家族介護者が集う場所が欲しいという声上がり、2017年から「ほっこりかふえ」と統合し開催している。認知症当事者も家族介護者も地域の方もほっこりと安心できる居心地の良さを意識している。鶴岡市の商店街の一角で最初は行なっていたが、同年から鶴岡市の中心部である鶴岡市総合保健福祉センターにここ♡ふるに場所を変え、参加しやすくなった。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

会場付近にバス停があるが、バスで訪れる方はごくわずかで、ほとんどが自家用車で来場している。家族介護者が送迎できない時は、認知症カフェの運営スタッフが送迎をすることもある。

2. 開催準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

当初鶴岡市の運営だったが、地域の認知症キャラバンメイトで作る「つるおかオレンジサポートの会」からも協力を得ている。行政や荘内病院の認知症サポート医、認知症看護認定看護師と月に一度開催する鶴岡市認知症対策推進に係る打ち合わせを重ねながら、現在のスタイルになった。地域への周知は行政から進め、広報誌、チラシも活用しており、SNSでの発信を活用する事もある。専門職が「ほっこりかふえ」の存在を知ること、医療・介護が連携して地域とも協力し、サロンにならない本来の目的ある認知症カフェの継続モデルが大切だと感じている。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

時間をかけて現在の運営方法やプログラムになっているが、コアメンバーのスタッフで会議を重ね、正しい知識を得ようと、参考になる認知症カフェに足を運び、認知症カフェモデレーター研修受講など運営側も常に学びを深めている。また、運営スタッフをはじめ、認知症の本人や家族介護者からも意見を聞き考えている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

認知症は、様々なメディアでも取り上げられ、知らない人は少ない時代になったが、まだまだ偏見も少なくない。この理由から、一から認知症について知る場、一人で悩まず必要なサービスを専門職と気軽に話せる場になって、お互い笑顔になれる時間を共有してほしいという思いで、認知症カフェの開催に至り、私たちの認知症カフェの名前にはあえて認知症を出さず、「ほっこりかふえ」としている。地域へは、市の広報誌やSNS、包括や病院などチラシの配布を行い、広報活動をしながら理解を得るようにしている。

2.4 開設資金の捻出方法

開設資金は、チラシに使用する紙や印刷代、紙皿・紙コップなどの消耗品費で1万円程度。その他ボランティアによる持ち寄りや寄付でまかかった。

2.5 運営費について

市の予算から、年間2万円運営資金があるが、毎回、来場者から1人100円の参加費をいただいている。その参加費でお茶やお菓子、コーヒーなどの飲み物を購入する。こ

れら全ての費用は、2,000～3,000 円程度で、会場使用料は鶴岡市の建物を無料で借りている。講師謝金は、1回8,000円、鶴岡市の職員であれば発生せず、講師謝金として年間8,000円の予算は組んでいる。

2.6 地域課題の克服の方法

東北一広い市である事、参加したくても車の運転の問題などもあり、交通手段が課題になっている。ボランティアスタッフが、近所の方を迎えに行く事もあるが、地域の公民館など集しやすい場所に「ほっこりかふえ」が移動して出前カフェの開催も検討している。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

コアメンバーである行政や荘内病院の認知症サポート医、認知症看護認定看護師等がミニ講話の内容と講師の調整を行う。認知症キャラバンメイトで作る「つるおかオレンジサポートの会」のボランティアメンバーに情報提供を行い当日の役割を決め、運営スタッフ全員で認知症カフェ開催前に話し合いの場を設け役割の確認をする。

3.2 人を集めるための広報の方法

一つ目は鶴岡市の広報誌やSNSを活用し広報を行っている。二つ目に、チラシを市役所の窓口や心療内科及び神経内科、精神科がある病院、認知症教室に配布している。三つ目は、専門職からの紹介として、地域包括支援センターやケアマネジャーからの口コミ、四つ目に、一度訪れた方が友人やご家族を招いて、一緒に来場するケースもある。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

一番多く紹介する場面は、認知症看護認定看護師の病院での家族相談時で、認知症の相談を受けた際に、認知症当事者・家族介護者に直接情報提供している。他にも、ボランティアが地域の方に声かけを行うことで、認知症カフェに訪れるきっかけに繋がっている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

鶴岡市の担当者、市立病院神経内科医師、認知症看護認定看護師との会議や認知症当事者とその家族介護者、ボランティアの意見を基にして、ミニ講話の内容を含めた一年間の計画を立てている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

病院を受診された時は認知症看護認定看護師が、地域ではボランティアや地域包括

支援センター職員が、相談を受けた際や地域の様々な会合等で認知症カフェについて説明をしている。単なるお茶のみサロンではなく、認知症に関することや薬のこと、認知症予防について学べる時間や場所があること、介護の相談等も専門職がいるので気兼ねなく相談できる場所になっていることをお伝えしている。居宅介護サービスのイメージをもつ方がいて、歌や踊りなどはないことを伝えることもある。

3.6 運営上の工夫

認知症当事者も運営スタッフになることもあり、ボランティア等の運営側と来場者を区別しないようにしている。運営スタッフも参加者と同じネームプレートを首から下げているため、一見誰が認知症の人なのか分からないような、垣根のない関係で楽しく過ごしている。また企画するその他の教室や事業とも情報を密にしていることも工夫の一つとなっている。

3.7 運営費で困ること

現時点で困っていない。来場者全員から100円をいただいているが、その範囲内で準備できるお菓子類と、コーヒーや紅茶、緑茶、麦茶を提供。

3.8 継続の秘訣

鶴岡市単独ではなく、キャラバンメイトで構成されているボランティア団体、神経内科医師、認知症看護認定看護師、地域包括支援センターとの連携、協働しており、それぞれが気になる方に声をかけ、認知症カフェを訪れるきっかけになることができている。また、民生児童委員や居宅介護支援センター等にも情報提供を行い、地域への周知にも努めている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

単なるお茶のみサロンにならないようにすることと、体操や歌等に特化しないことを大切にしている。来場者が必ず「これが勉強になった」「今日から取り組んでみよう」「認知症になってもこんなふうにしていけばよいのか」と前向きに学べる場にすることや専門職が介入することで認知症当事者と家族介護者の精神的負担を軽減できるよう、常に周囲に気を配り、話したいことが話せるような雰囲気を作ることを大切にしている。運営スタッフ間の情報共有を密にして同じ思いで認知症カフェを開催している。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

私達の認知症カフェは、認知症モデレーター研修を修了した運営スタッフやキャラバンメイトで構成されているボランティア団体が鶴岡市と協働で開催している。認知症や認知症カフェに対する正しい知識を持つ仲間と常に情報交換を行い、訪れる方へ

の対応方法等を検討しており、コアメンバーが、専門職と常に相談できる環境があることも特徴と考えている。また、認知症カフェでミニ講話を行うことで、普段質問しづらいことでも質問できること、疑問に思っていた話が聞けることでそれぞれの感想をもち、それらが来場者の口伝えにより地域住民に広がっていく流れこそが、来場者の増加に繋がっているのではないかと思う。

事例 5 美里カフェ(福島県会津美里町)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2016年
- ②運営団体 会津美里町認知症対策サポート会議（会津美里町、会津美里町地域包括支援センター、各医療福祉事業所、認知症サポーター養成講座ステップアップ研修修了者など）
- ③開催場所 町内（公民館、老人福祉センター、教会、お寺など）
- ④開催日時 不定期（1～2か月に1回）
- ⑤参加費用 来場者からの協力金（募金）
- ⑥来場者数 毎回20～40人（地域の方10～30人、認知症の方1人～4人、介護者10人、専門職10人）
- ⑦運営者数 毎回10人程度（地域住民5人、多職種・多法人専門職5人）
- ⑧プログラム
 - カフェタイム 30分
 - ミニ講話（認知症や介護保険、高齢化などに関する講話） 30分
 - カフェタイム 30分
 - お知らせ 30分

1.1 地域の概要（人口高齢化率、地域特性等）

会津美里町人口 20,588人 高齢化率 36.5%（平成30年10月現在）

会津美里町は、会津若松市の隣にある町で旧新鶴村、高田町、本郷町の三町村が平成17年に合併して会津美里町となり、三町村それぞれの特徴は今でも残っていて、会津盆地内山間部や農村部、商店街などから構成されている。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

公共施設や教会、お寺など様々な場所で開催していて、地域に昔からある場所を利用することで、より密着した認知症カフェを開催している。三町村それぞれの特徴を考え、地元の方や参加者が気軽に足を運べる、行きたい場所が選べるといった利点がこの認知症カフェの魅力でもある。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

公共交通機関があまりないので、車や徒歩で来場する方や集落ごとに集まって、乗り合わせで来場する方が比較的多い傾向にある。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

最初は、認知症カフェを知っていても具体的に何をすればいいのか分からなかったため、仙台で行っている【土曜の音楽カフェ♪】を訪問したが、具体的なイメージを掴むことができたのはそのときである。会津美里町では、認知症施策を多職種で検討する【会津美里町認知症対策サポート会議】が平成24年8月に発足していて、その場で皆と共有し話し合いを行った。そして、大まかなイメージを掴むために認知症カフェセミナーを開催した。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

サポート会議のメンバーに語りながら、認知症地域推進員と町の認知症施策担当者が中心となり企画運営を行っている。当日は、認知症サポーターステップアップ講座を修了された方の協力もあり、ミニ講話は楽しく学べるよう、手淹れのコーヒーとお菓子、会話を促進する生演奏での雰囲気づくりで工夫している。認知症カフェはお茶飲みやサロン等とは異なるため、プログラム化したレクリエーションや歌などをしていないことも工夫の一つで、認知症カフェ終了後には必ず振り返りを行い次回に向けた取り組みを考案している。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

カフェの雰囲気を出すためにテーブルクロスを知り合いの方から寄付してもらい、手淹れのコーヒーで使用する備品やその他備品は法人内の喫茶で使用しているもの、会場にあるものをその都度借りている。また、コーヒーカップのみ購入し、参加者にお渡ししているシフォンケーキは地域のNPOから無料でもらっていて、備品による運営費は軽減されている。広報は、町の広報誌や見守りメール（防災メール）、お店へのチラシ掲示、各サロン、集会所等での手渡しで周知活動を展開している。

2.4 開設資金の捻出方法

必要物品購入については法人の許可をもらい、必要経費については年度末に認知症地域支援推進員事業費ですべて精算するため、実際の法人負担なく開設した。

2.5 運営費について

会場費はかからないが、コーヒー、菓子代は一回当たり10,000円程度である。ミニ講話のゲストへの謝礼は花束のプレゼントを、生演奏をする演者には3,000円の謝礼を渡している。来場者からの協力金を募っており10,000円を超える時もあれば1,000円に達しないときもあるが、不足分は認知症地域支援推進員事業費で賄っている。

2.6 地域課題の克服の方法

地域住民の理解が薄いことが課題として挙げられ、この認知症カフェでは、顔の見える関係づくりを意識している。一度カフェに足を運んでもらえば認知症カフェの雰囲気や趣旨を理解してもらえると考え、地域住民にできるだけカフェの趣旨説明の機会を多くもてるよう私たちは足を運んでいる。この結果、知り合いや家族を紹介することもできるようになると考えている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

推進員が認知症カフェの趣旨やアナウンス、モデレーターの役割を担っていて、玄関でお迎えすることで臆せず参加できるように必要に応じて席のご案内も行っている。手淹れのコーヒーは喫茶経験のある運営スタッフが中心に行い、地域の方にもお手伝いしていただくという役割分担をしている。加えて、認知症サポーター養成ステップアップ研修修了者が主におもてなしの役割を担うことや専門職やスタッフ同士が声を掛け合いながら、参加者がどのような目的で来場されたか聞くなどの情報共有を行っている。

3.2 人を集めるための広報の方法

当初は足を運び広報活動を行っていた。そこで、土地柄や天候により影響を受けやすいことにより、来場者が多いときもあれば少ないときもあること、来場者の口コミもあり最近では自然と人が集まっていると感じている。必要な人が必要な時に気軽に集まれるような認知症カフェに展開していく。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

主に地域包括支援センターや病院、各居宅のケアマネジャーに声かけを行い、民生委員やステップアップ研修修了者の方からの紹介もあるなどの案内方法を実施している。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

ミニ講話については、町の認知症対策サポート会議スタッフを中心に声をかけ、それぞれの専門分野を講話で話している。プログラムについては、事前に打ち合わせを行い、必ず対話形式にすることで聞いている方が気軽に話しを聞き、参加できるような体制を採っている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

認知症カフェ開催時、必ず趣旨を説明している。認知症や高齢化について緩く学びあう場所であることや専門職との出会いの場であること、個別の相談を受けること、情報コーナーの周知活動も展開している。

3.6 運営上の工夫

運営する側も決め事を必要最低限にして緩くやれるよう心がけている。子供から高齢者まで、気軽に参加できる認知症カフェでありたいと考えている。そこで、認知症カフェの趣旨から逸れないように気をつけながら歌を歌いたい、踊りを披露したい、体操をやってほしいなどの要望はあっても、認知症カフェでは行わないことを伝え、別の事業で行える機会の提供まで行っている。

3.7 運営費で困ること

今のところは推進員委託費で十分賄えている。(1回のカフェで3万円程度)

3.8 継続の秘訣

運営スタッフ自身が楽しむことや参加人数などを気にせず、良いと思うことを続けることこそが継続の秘訣であると思われる。認知症カフェを通して見える景色があることが自分自身の楽しみにもなっている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

来場者全てが認知症当事者であるという意識を持つこと、認知症当事者と私たち家族の枠組みを外すことを大切にしている。それらを実施できるよう来場者同士が会話できることも大切にし、地域の財産、社会資源として美里カフェが進化できるよう現状に満足せず、続けていくことが必要であると考えている。そのためには一人で創るのではなく、協働で運営・参加している“感”を出すことが最も意識できる環境づくりの展開を行っている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

認知症カフェが、様々な町の認知症施策を繋げる役割と考えている。具体的には見守りサポート訓練や認知症セミナーなど年1回程度の行事や町の事業の広報等、初期集中支援チームなどの情報発信を行うことで地域の繋がりが見えてくるであろう。納豆に例えると、町の施策の一つ一つが納豆の粒だとするとかき混ぜることが認知症カフェであり、美味しい納豆つまり、福島県自体が認知症にやさしい町づくりの大きな役割を担ってきていると感じている。

事例 6 Mカフェ(山形県天童市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2016年
- ②運営団体 社会福祉法人
- ③開催場所 特別養護老人ホーム 明幸園 地域交流スペース
- ④開催日時 毎月第1土曜日 13:00～15:00
- ⑤参加費用 来場者の協力金(募金)
- ⑥来場者数 毎回30～50人(地域の方30人～40人、認知症の方3人～4人、介護者5人、専門職5～6人)
- ⑦運営者数 毎回10人程度(地域住民4人、多職種・多法人専門職6人)
- ⑧プログラム
 - カフェタイム 30分
 - ミニ講話(認知症に関する講話、情報提供) 30分
 - カフェタイム 30分
 - Q&A次回のお知らせ等 30分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

天童市人口62,098人 高齢化率29.2%(Mカフェがある生活圏域の高齢化率36.6%)

天童市は、県内で5番目の人口規模。世帯数は22,137世帯で高齢化率は県内13市中2番目に低い地域である。Mカフェのある矢野目地区は、住宅地の周辺には田園地帯が広がり、一軒家を中心。また、三世帯同居率が高くなっている。中心市街地から15分程の位置に近年造成された郊外商業地や住宅エリアがあり、Mカフェはそこから10分程の距離に位置している。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

Mカフェは特養内の地域交流スペースで開催している。このスペースは施設的设计段階から、アプローチや大型窓による開放感、低い天井高(ヒューマンスケール)がもたらす安心感、市松模様のカーペット、モダンな障子戸などおしゃれな空間演出に徹底的にこだわっている。市内でも歴史のある社会福祉法人であり、地域の方々も見知った場所(市立病院の跡地)である公民館とも隣接していることが大きな利点である。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

公共交通機関として路線バスはあるが、訪れるためのアクセスとしては実用的ではない。近隣の方々は、徒歩や自転車で来場する方もいるが駐車場があるため、車で来

場する方も多い。また、希望者（3人～4人）には施設の車両で、運営スタッフが送迎を行っている。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

施設長からコミュニティカフェ・認知症カフェを始めたいとの話があり、認知症カフェの運営や認知症初期のケアの空白期間のサポートに強い関心を持つスタッフ有志が中心となり話し合い準備を始めた。地域自治会の代表や民生委員に協力を求め、認知症の人と家族の会や地元医師会、歯科医師会に後援を依頼している。認知症カフェの案内文書を関係者には直接郵送、地域住民には回覧板を回して、開設前には「認知症カフェを考えるセミナー」を開催し、参加者に対して広報を行った。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

まずは、企画運営委員会を立ち上げ、先行する認知症カフェの事例や実際にその認知症カフェを訪問、参考にしながら運営方法やプログラムを決めた。アルツハイマーカフェの標準的なプログラムであるカフェタイム、ミニ講話を中心とする定型化したオープンな認知症カフェである。ミニ講話のテーマや依頼する講師は企画運営会議の話し合いで6ヶ月先の予定まで決まっている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

先行して開催しているコミュニティカフェで使用しているカップ等を共用することになったが追加でカップとソーサーを30セット購入した。コーヒー豆卸業者の協力で業務用コーヒーメーカーや保温ポットの借用、オリジナルブレンドの調製も依頼しており施設内で試飲会も行っている。広報はチラシやポスター作成し、地域住民に回覧板を利用し配布することに加えて、ホームページには開催情報を、市報やコミュニティ新聞には掲載依頼を、認知症カフェ開催前にはPRとしてセミナーやサポーター養成講座を開講した。

2.4 開設資金の捻出方法

法人の持ち出しで、認知症カフェの開設運営は、社会福祉法人の公益的取組と捉えている。

2.5 運営費について

参加費は無料だが、募金箱を置いて運営協力金を募っており、当施設の交流スペースを使用しているため、光熱水費や会場使用料はかかっていない。お菓子やコーヒー豆等が約2,000～3,000円のため、ほぼ運営協力金で賄うことができている。ただ講

師にお礼（菓子折り）を用意するときや、イレギュラーでチラシやリーフレット等を大量コピーする際は協力金だけでは足りず法人の持ち出しとなっている。

2.6 地域課題の克服の方法

◆アクセスが悪い（冬期間の降雪時はさらに悪化）

近隣の来場者以外はほとんどが車での来場となっている。車の際、知り合いの方に声をかけて一緒に来場してもらえるようになればと思っており、認知症カフェでそのようなアナウンス（乗り合わせてというより「お友達と一緒にいらしてください」と）をしている。当施設はデイサービスセンターも経営しているので、各種送迎用の車両が用意できるため希望や相談があれば応じている。またスタッフの多くが利用者の送迎に従事した経験があるので、安全への配慮に関して不安を感じていない。

◆認知症予防に関する情報を得る場、認知症にならないための交流会と感じている方が多い

地域課題というより、認知症カフェ自体の課題なのかもしれないが、60歳代以上の来訪者が比較的多く、予防への関心がとても高いと感じている。もちろん認知症に関する情報提供は大切だが、決して予防に関する情報提供に偏ることなく、予防の取組や活動するためのカフェではないこと伝え続けている。ときに認知予防カフェではないことをミニ講話のテーマとしてお話しさせていただくこともある。認知症本人も気楽に訪れてもらえる（認知症というスティグマから解放される）カフェとして、認知症の誤ったイメージや疾病観を変えるためにも学びの場として地域コミュニティに浸透できたらと感じている。世の中は回復の物語で溢れている。私たちのカフェは、そんな回復の語りで満ちた場所ではなくて、ポリフォニックなナラティブに溢れる場所になればよいと考えている。ミニ講話はブックレビューを行うこともあり、『旅のことば』という本を選んだ。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

10名の施設職員で運営している。企画・運営者を中心に企画や広報、会場準備などを分担しており、地域の方はボランティアスタッフ（当施設で開講した認知症サポーター・フォローアップ研修受講者）として登録され、当日はカフェコーナーの担当をしている。スタッフは来場者と会話を通じてカフェタイムの時間を共有している。

3.2 人を集めるための広報の方法

希望する方には案内を毎月郵送し、以前セミナー等に参加し登録している方には半年ごとの案内を郵送している。事業所や近隣の病院に施設職員が分担して案内を手渡

し、市報に認知症カフェ開催予告を掲載してもらっている。来場者の口コミや近隣住民の誘いで来る方もいる。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

当施設のデイサービスやショートステイの利用者・家族介護者に毎月案内をし、地域包括支援センターの職員も運営スタッフとなっているので訪問時にも案内を行っている。さらに、認知症の人と家族の会の世話人の方にも広報の協力をお願いしている。市内の精神科クリニックには、Mカフェのリーフレットを置かせてもらっており、リーフレットは定期的に補充している。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

企画・運営者（モデレーター）を中心に半年ごとに決めている。講話内容は予防的内容ではなく、難しすぎずゆったりした雰囲気の中で学べる内容になっている。講師は施設の専門職や外部の方に依頼し、事前に打ち合わせを行い内容の調整をする。レクリエーション、アクティビティは行っていない。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

定期的に認知症サポーター養成講座やフォローアップ講座を開催し、認知症カフェの役割を確認する。Mカフェ開催時には、各テーブルに認知症カフェについて説明したリーフレットを配布し、認知症カフェについて話をしている。地域の各種会合や専門職の研修会から依頼を受けて、認知症カフェをテーマに話をする機会が増えているのが現状である。

3.6 運営上の工夫

生演奏ではないが、カフェタイムはBGM（ECMレーベルのジャズピアノ曲が好評）を流し落ち着いた雰囲気の中で会話できるよう音楽と雰囲気を大切にしている。加えて、交通アクセスが悪いので独居高齢者には希望に応じて送迎を行うことにしている。

3.7 運営費で困ること

特になし。社会福祉法人が運営しており、当施設を会場としていることもあり恵まれている。

3.8 継続の秘訣

企画・運営委員の認知症カフェに対するブレない思いと地域ボランティアや施設職員の協力のもと続けられている。特に企画・運営委員以外の当施設の職員のサポート

が大きな力となっている。私たちのカフェは認知症の社会的包摂を目的の一つとしているので、認知症カフェを継続すること自体が大きな目標となっており、短時間で行う事後ミーティングでの振り返りを大切にしている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

アルツハイマーカフェの哲学であるミニ講話を通じて認知症の理解を深め、カフェタイムを通して専門職と来訪者が同じ目線で対話をするを大切にしている。レクリエーションなどは行わずに毎回カフェタイムとミニ講話を行う定型プログラムにしておき、初期のケアの空白の期間を満たされた時間にするためにも出会いと情報提供の場所でありたいと思っている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

私たちの認知症カフェは、地域の方が多く参加していることが特徴で、より認知症に対しての理解を深め、偏見と誤解をなくし、空白の期間をどう生きるかを皆で共有したいと思っている。そして、認知症の人やご家族に出会い地域全体で理解し合いながら暮らしていけるのではないかと考える。Mカフェはこの地域コミュニティに初めてできた認知症カフェであり、そのカフェがオープンスタイルのアルツハイマーカフェをモデルとした認知症カフェだということ、そして月に一回必ず開催されることこそが私たちのカフェの意義だと思っている。地域の皆さんに公共財と思ってもらえるようにこれからも続けたいと思っている。

事例 7 ひだまりカフェ ロックガーデン(埼玉県飯能市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2015 年
- ②運営団体 埼玉県飯能市地域包括支援センターはちまん町
- ③開催場所 ロックガーデンカフェ
- ④開催日時 毎月第1・3水曜日(8月は休み)
- ⑤参加費用 無料(飲食のみ実費)
- ⑥来場者数 毎回10～15人(地域の方10人、認知症の方1～2人、介護者1人、専門職2人)
- ⑦運営者数 毎回6人程度(地域住民4人、多職種・多法人専門職2人)
- ⑧プログラム フリータイムのみ4時間から5時間

※11時から15時半の時間で自由参加。もともとあるカフェの定休日を利用して開催しているため飛び込みの訪問あり。年に2～3回ほど催しを実施

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

飯能市人口 79,800人 高齢化率 30.27% (平成30年10月現在)

カフェを開催している地域は特別養護老人ホームもあり高齢化率は40%を越えている。埼玉県の中でも市の面積としては広いが、そのほとんどが山林で、カフェを開催している地域はそのなかでも特に山間地域に位置している。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

市街地から車で40分ほどのカフェを地域訪問の際に昼食やトイレ休憩で利用していた。その際、カフェの店主から相談を受け、以前から地域住民にも「何か催しがあるのはすべて市街地で、ここからでは参加ができない」との声があり、地域で集える場を作りたいとの思いがあったので、店主に認知症カフェの提案をしたところ快諾してくれた。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

車で市内から40分ほどで、電車で飯能駅から西吾野駅まで20分、そこから徒歩で10分ほどの位置にある。

2. 開設準備

2.1 準備①(発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法)

市役所職員と共に店主に趣旨説明を行い、協力員には認知症サポーター養成講座を受講してもらい、どのように開催していくのかを店主と検討し開催に至った。チラシを作成・配布するほか、市報にも掲載していただき周知を行った。地域で開催されているサロンの集まりにも出向いて内容説明を行った。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

既に、市内で一カ所認知症カフェを開催しており、その内容に沿って必要な話し合いや企画書作成・経費についての申し入れを行い、会場費設定と当日の負担金について決めた。開催のプログラムについては毎回の開催終了後に反省会を行い、協力員の方からの意見を抽出して皆様の総意のもとで決定した。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

開催日より3ヶ月前から準備を開始し、会場費の費用や当日のメニュー、金額設定をした。協力員の方には、認知症サポーター養成講座を受講していただき認知症への理解を深めた。広報は、地域の集まりに参加するほか、チラシ配布と市報での呼びかけも行った。

2.4 開設資金の捻出方法

市役所の担当課と協議を行い、会場費の支払い等ができるように必要な書類を整え市役所に申請をした。

2.5 運営費について

会場費として支払いをしており、初年度は1万円だったが徐々に金額を減額して、現在は5,000円となっている。もともとカフェで提供しているメニューに加えて、店主の考案で当日限定メニューも加えた。さらに、飲み物については通常の100円引きで提供してもらい、来場者の注文だけで運営が成り立ってきているので、会場費については今後も減額できればと考えている。

2.6 地域課題の克服の方法

山間部でのカフェを開催するにあたり、会場に来るための公共交通手段がなく、徒歩または車でないと来場することができないため、現在は、スタッフが希望された方の送迎を行うことで参加につなげている。社会福祉協議会で地域のサロン開催時に利用している送迎車を利用できないか検討している。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

食事の提供をしているので保健所への届け出の関係でキッチンスタッフは2名、残りはフロアを担当し注文や配膳、片付け、洗い物を担当している。専門職は来場者に認知症カフェの趣旨説明と相談を受けている。

3.2 人を集めるための広報の方法

地域で開催されているサロンや民生委員の定例会に出席して趣旨説明を行い、体験型での参加をお願いした。チラシを作成して、他の集まりで配布や市報等で案内を行った。協力員の方から紹介で相談に来られることもある。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域で相談を受けたご家族に、自宅では話せないことをご家族の目を気にすることなく相談できることを伝えて参加を促している。当事者の方についてはご家族と共に参加していただくか地域の方に声かけしている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

基本的に全て半年毎にスタッフミーティングの話し合いで決定する。時々ボランティアをしたいとの話もあるので、それも話し合いで決定することになっている。あくまでスタッフの総意のもとである。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

地域包括支援センターとして常日頃から地域の方々との密な関係性を築くように努力しており、地域で開催されているサロンへの参加はもちろん、地域行事や体操教室へ定期的に参加して地域住民と顔の見える関係を大切にし、理解してもらうこと。

3.6 運営上の工夫

参加者が固定化していることもあるので時々イベントを企画し、そのためのチラシ作成と周知活動を行っている。普段の営業日でも店主が来場者に案内してくれている。

3.7 運営費で困ること

今のところ会場費については市の予算から補助があるが、来場者の注文だけで一日の運営ができるようになればと考えている。

3.8 継続の秘訣

スタッフとの密な関係性と毎回実施している反省会で必要な修正を行うことで、一方的な運営になっていないことが継続の秘訣と考えている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

誰でも気軽に参加できる環境づくりと必要な人に必要な情報提供を行うことを大切にしている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

カフェの形や大きさ、人数にこだわることなく必要な方が利用できる場の提供を行っていくことが最も重要だと思う。また、提供する側が一方向的に情報発信するのではなく、利用される方々の気持ちに寄り添っていくことが必要なことではないか。

事例 8 げらげらカフェ(高知県梶原町)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2017年
- ②運営団体 げらげら家族会
- ③会催場所 梶原町(6地域)
- ④会催日時 6か所で開催し、移動式のために開催日時は異なる(要望によって何度も訪問する)
- ⑤運営費用 100円
- ⑥来場者数 平均20~30人(認知症の人や家族も参加しているが把握はしていない)
- ⑦運営者数 毎回2~7人程度(地域住民0人、多職種・多法人専門職1人)
- ⑧プログラム
 - メンバー紹介 10分
 - げらげら家族会代表挨拶 10分
 - げらげら家族会について 20分
 - 介護経験者のお話 30分
 - コーヒータイム、お笑いショータイム 60分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

梶原町人口3,539人 高齢化率44.1%(平成30年11月現在)

梶原町は高知県の北西部、愛媛県との県境に位置する。町面積の91%を森林が占め、標高1,455mにもなる四国カルストに抱かれた自然豊かな山間の町であり、面積は236.45km²、町中心部の標高は410mとなっている。6地区(越知面区、四万川区、東区、西区、初瀬区、松原区)56集落からなり、町中心地である東区から一番遠い松原地区までは25km(車で約1時間)ある。バスが運行しているが主な交通手段は車である。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

多くの方に参加して欲しい、その中でも認知症本人が参加できればいいなという思いがあった。片道1時間程度かかるところからの参加は困難と考え、それぞれの区で月1回行っている「いきいきふれあい広場(集いの場)」の日に合わせて6区に赴くことを考えた。誰もが入りやすく、経費のいらない場所として、各区にある集会所で出前カフェを開催することにし、要望があれば何回でも行うことにした。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

町中心の東区については、介護タクシーや徒歩で来場。その他の区では、集いの場に合わせて行くため、送迎を利用して来場している。近所の方の車に乗り合わせたり、来場者が運転したりして来場することやこちらが迎えに行くこともある。バスの利用は、時間が合わないため利用する方はあまりいない。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

6区に赴き出前カフェをやりたいとの考えを高知市内で行われた研修会で話したところ、その場に県の行政の職員が参加しており、今なら予算があるのでぜひ開催して欲しいとの話だった。家族会で検討し、家族会として行うことに決定した。6区の各区分長に訪問して認知症カフェの目的・内容などを説明し、協力をお願いした。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

家族会の定例会を月1回行う。そこで内容や地域への働きかけ、準備する物、役割等について話し合いをし、終わった区があれば反省会もする。各区の参加者は違うので、一年間同じ内容で行っているが反省と参加人数を把握したうえで、内容を検討し、共に考え・笑い・体を動かすことを取り入れるように考えている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

当初、県より14万6千円いただき、コーヒーマーカー・コーヒークップ・ポット・パンフレット用の用紙など、カフェを行うために必要な物を揃えた。一回目の東区の認知症カフェでは、講師料も予算の中に入れることができたので、プロのお笑いヨガの先生をお呼びした。各区の方へのお知らせは、町内の回覧板や各区の代表者や協力者の方に直接話をしている。

2.4 開設資金の捻出方法

県よりいただいた予算で当初30名のコーヒークップを揃えたが、参加者が多く不足したため、赤い羽根共同募金を利用して、20名のコーヒークップを追加した。看板は会員の手作りとなっている。

2.5 運営費について

会場使用料や送迎費はかかっておらず、参加者からコーヒー代として100円をいただき運営している。

2.6 地域課題の克服の方法

バスの便が少なく、バスなどの自費で参加することになると、参加者が減ることが予想されるので、送迎がある集いの場にあわせて開催している。集いの場にあわせると長時間になり、高齢者の方の中には疲れて眠っている方もいるので、内容に工夫をして、参加した方が勉強になった、楽しかったと思う内容にしなければいけないと考えている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

主に会員で行うため、内容に合わせて役割を決めている。当日の参加者の把握は、参加者と顔見知りである集いの場の責任者の方が行き、参加者の体調面については、保健師が行っている。司会やカフェの目的、家族会の説明、介護経験の話、お笑い、コーヒーの用意などは、主に会員が行っている。

3.2 人が集まるための広報の方法

町広報へ掲載したり、回覧板にパンフレットを入れて回したり、各区の代表に話をして協力をお願いしている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

保健師や社会福祉協議会の方や各区の代表に声かけをしてもらっている。他にも回覧板にパンフレットを入れている。声をかけても構わないという家庭には、会員から直接声かけをしている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

6区をまわるため、ミニ講話は同じ内容で一年間の役割だけ決めている。当日都合の悪いときは交代も可能である。予定をしていた日以外で認知症カフェを行う場合は、参加人数を考慮して内容を検討している。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

高齢者の方にも分かりやすく、体験を踏まえた話をするように心がけている。「来て良かった」「また来よう」と思ってもらえるように内容面の工夫をしており、専門的なことは医師をお願いをして講話をしていただくこともある。

3.6 運営上の工夫

運営スタッフに苦手な役割もあるので、無理はしないように考えている。他にも来場者に配慮し、1、2月は積雪の心配があるため、12月で終わるようにしていることやコーヒーを飲めない方に対して飲み物の工夫をしている。

3.7 運営費で困ること

会場費はかかっておらず、コーヒーとお菓子は参加費で賄うことができている。

3.8 継続の秘訣

認知症カフェを送迎のある集いの場（サロン）と合わせて行っているため、送迎の面で助かっており参加にも繋がっている。加えて、6区に赴くことで、参加者の方が「地元で開催されるから参加しよう」という気持ちになることが継続の秘訣であると考えている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

認知症を正しく理解することや介護された方の経験談を聞くことで、介護者の思いや介護の方法を知り地域で支えていくことの大切さを知って欲しい。また、認知症の方が参加しやすいようにと考えている。さらに、認知症の方とその家族が笑顔で過ごしている姿は、参加された地域の方々の心を動かすとも考えている。家庭での介護は話すことができないほどの苦労があると思うが、笑顔を見ると認知症カフェが地域へつなげていく大切な役割となっていると実感し、一人一人が参加することで声を出して楽しめる場所となることを大切にしている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

私たちの認知症カフェは、6区に赴く出前カフェであることが特徴である。各区の代表や協力者の方に理解を求める説明をし、それぞれの区から町全体へつながっていると実感している。梶原町の一部ではなく、町全体で取り組んでいきたいと思っており、今後の課題は若い人の参加を増やすことである。

事例 9 白樺カフェ、レインボーカフェ、カフェ・table、オーシャンカフェ (岩手県田野畑村)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2017年
- ②運営団体 社会福祉法人寿生会、社会福祉法人山栄会リアス倶楽部、中城興産株式会社グループホームつくえ、特定非営利活動法人たのはた生活・福祉支援、田野畑村 の5団体共催
- ③開催場所 1) 前期：特別養護老人ホームリアス倶楽部、後期：沼袋地区公民館(青雲館)
2) 前期：特別養護老人ホーム寿生苑、後期：田野畑村地域交流スペース(旧保健センター)
3) 前期：グループホームつくえ、後期：机地区開発センター拓心館
4) 前期・後期：羅賀地区コミュニティセンター
- ④開催日時 1) ～3) 毎月第4金曜日 13:30～15:00 4) 6月、9月、11月、2月の第3金曜日※他事業や会場の都合、内容により開催日変動あり
- ⑤参加費用 特定非営利活動法人たのはた生活・福祉支援の補助金及び参加料
- ⑥来場者数 毎回10～40人(地域の方1～14人、認知症の方1～20人、介護者0～2人、専門職6～14人)
- ⑦運営者数 毎回2～10人程度(地域住民0人、多職種・多法人専門職2～10人)
- ⑧プログラム 認知症に関するミニ講話30分
お茶タイム、相談(ときに体操など)60分
※主担当の団体により内容が異なる。

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

田野畑村人口3,437人 高齢化率38.9% (2018年12月1日現在)

太平洋に面しており、東西約17km、南北約14kmで、村のほぼ中央を南北に走る国道45号線を境に西側は内陸型、東側は沿岸型の気候に分かれている。平地は約16%で他は山林で、標高差が大きいうえ、地区の散在、住宅の点在等により昔は陸の孤島とも呼ばれていた。地域住民同士の結びつきが強いのが特徴で移動は車が主となっている。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

元々さまざまな事業を旧学区で分かれて開催していたので、旧学区毎での開催を検討。村内各施設から地区住民との交流や施設自体を知って欲しい、地域に貢献したいという思いがあり、施設内での開催と住民が行きやすい場として地区集会場で開催した。2017年度は各施設が所在する3地区から開始し、2018年度に新たに1地区増やし、NPO法人が主担当として開催した。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

開催地区すべてに駐車場がある。開催地区により異なるが、徒歩で来られる人、自動車に乗り合わせて来られる人様々である。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

地域包括支援センターから認知症カフェの開催について各地域の団体に相談を持ち掛けた。まずは村内の介護施設やNPO法人の担当者と話し合いを行い、施設管理職へ説明し了解を得て、自治会等へは地域包括支援センターから自治会長等へ説明し、会場借用について了承してもらった。住民には介護予防教室等で説明をした。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

各団体の主担当が集まり、打ち合わせ会を開催した。1年間を4つに分け、1~4クールとし、クール毎に講話の内容を決めている。その後は3か月に1回、次クール前に開催し、前クールの振り返りや日程、講話の内容について話し合いを行い、サロン化しないように講話以外の内容には注意するよう再確認している。また、参加団体相互の他団体への協力を打ち合わせ会や後日電話で依頼することで、話しやすく頼みやすい関係ができています。

2.3 開始期（準備・広報の方法）

NPO法人から必要物品を購入してもらった。案内チラシ作成は地域包括支援センターで行うが、用紙等の印刷代はNPO法人から出してもらっている。チラシは区長を通じて、対象地区へ班回覧での周知や村広報誌へ依頼し、記事を掲載している。毎月、案内チラシの作成や準備、広報への依頼は地域包括支援センターで行っている。

2.4 開設資金の捻出方法

NPO法人がいわて保健福祉基金助成事業「ご近所支え合い助成金」から補助金を受け、ポットやコーヒークップ等の備品、全体的に必要な物品の購入はNPO法人が準備した。

2.5 運営費について

NPO 法人がいわて保健福祉基金助成事業「ご近所支え合い助成金」から補助金を受けており、全体的に必要な物品の購入はNPO 法人が行った。また、施設利用者以外の一般の参加者や運営スタッフは参加費を納めており、各団体独自に必要な物品については各団体に納めた参加費から賄っている。ミニ講話の講師は各団体の職員が行っているため、講師謝金はかかっていない。

2.6 地域課題の克服の方法

高齢化率が行政区毎にみると80%を超える地区もある。村の面積が広く、家も点在しているため車が主な移動手段だが、高齢化に伴い移動手段の確保が難しく現在の課題である。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

各団体で決める。各団体の主担当が進行し、講話担当と他の運営スタッフが認知症の本人や家族の方への対応を行い、その場で相談もしている。地域包括支援センター職員は、受付や全体を見て調整を行っている。認知症サポーターには役割分担をあえてせず、自主的に地区住民への声かけや会場で認知症の方への対応、運営スタッフの手伝いをしている。

3.2 人を集めるための広報の方法

案内チラシを地域包括支援センターで作成している。区長を通じ、対象地区に班回覧でのチラシ配布や村広報誌に依頼をして記事を掲載してもらっている。他にも、参加者へ次回のお知らせや介護予防教室等でも周知している。認知症サポーターの声かけや一般の参加者同士のお誘いが一番効果的であると考えます。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

チラシは各団体へも配付する。施設内の設置や居宅ケアマネジャーから当事者とその家族に配布している。施設の職員が施設入居者や利用者に声かけを行い、希望の方に参加してもらっている。実施する地区の出身者がよく参加してくれ、「久しぶりに会った」と地区の方や兄弟姉妹、親族、同級生、元同僚等、様々な人との交流の場にもなっている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

年度初めに全体の打ち合わせを5団体が集まり、年間で4期に分け、それぞれ1~4クールとしており、4クールの大まかなミニ講話の内容を話し合う。クール毎に5団

体で集まり、打合せを開催しており、開催運営にあたって気づいた点や次クールの日程や内容について話し合っている。ミニ講話以外のプログラムは各会場で主となる団体に任せており、独自の特色を出している。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための方法

まずは区長や自治会長に開催前に説明し理解してもらい、会場借用の件について了承していただいた。また、公民館単位で行っている介護予防教室等の様々な事業の際に、認知症カフェについてお知らせをしている。参加した方の話が一番説得力があるので、参加者から友人や知人等に紹介してもらい、誘い合っ来てもらうのが効果的だと思った。認知症カフェの最後には次回のお知らせのほかに、「周りの皆さんにもお声がけくださいね」とお願いし、この声かけで参加者が増えている。

3.6 運営上の工夫

5団体共催である。それぞれに特色があるため、認知症カフェに参加して、内容が同じであっても新たな学びや楽しみがあり、飽きのないカフェになっている。1団体では対応しきれないマンパワー不足を他団体でカバーできるだけでなく、自分では考えつかないような様々なアイデアが生まれることで打ち合わせから楽しんで行えている。

3.7 運営費で困ること

現在はNPO法人で得ている補助金と参加費で賄っており、特に困っている事はない。

3.8 継続の秘訣

5団体で協力していることである。マンパワー不足を他の団体でカバーすることができ、様々なアイデアも出るので楽しんで行えている。各団体の中でも役割分担や担当をローテーションしており、1人で全部抱え込まないような工夫を施し、まずは「やっている本人が楽しむ」ということも大事だと思っている。各団体の理解や協力、スタッフも楽しむ事が継続の秘訣である。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

必ずミニ講話は実施している。講話担当者には、分かりやすいように頑張ってもらっている。同じ内容でも切り口を変えたり、時事ネタをいれたり楽しく分かりやすく学んでもらえるように工夫をしている。また、プログラムによってサロン化しないように、認知症カフェがどういうものかと振り返りながら考えている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

施設と地区両方で開催していることや5団体で協力し合い、運営を手伝っている事が特徴である。施設利用者が施設だけでなく地区の会場にも参加しており、専門職が認知症の方にどのように接しているのか直接見てもらい、実際の対応を学ぶ事が出来ること。認知症カフェを通して、認知症についての理解が深まる事が地域全体に広がっていくことに繋がるのではないかと考えている。

事例 10 カフェまちなか(北海道上砂川町)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2017 年
- ②運営団体 上砂川町地域支援推進室地域包括支援係（地域包括支援センター）
- ③開催場所 上砂川町多世代交流拠点施設「まちなかの駅 ふらっと」
- ④開催日時 毎月第3月曜日 10:00～12:00（祝祭日実施）
- ⑤参加費用 無料（飲食のみ実費）
- ⑥来場者数 毎回20人（地域の方14～15人、認知症の方3～5人（MC I 含む）、介護者1～2人、専門職1～2人）
- ⑦運営者数 毎回6人程度（地域住民5人、多職種・多法人専門職1人）
- ⑧プログラム 特にプログラムはない。各々が自由な空間で過ごす一般的なカフェスタイルで、囲碁、麻雀、編み物やトランプ、おはじき等、好きなことをしながら参加者は会話を楽しんでいる。

1.1 地域の概要（人口高齢化率、地域特性等）

上砂川町人口3,084人、高齢化率49,6%（2018年10月1日現在）

かつて炭鉱町として栄え、全盛期の頃は32,000人程の人口であった。炭鉱閉山から31年、高齢者には炭鉱関係に携わってきた方も多く、人口の減少と共に、閉店する商店が増加したため、商店街は閑散としている。認知症カフェ（名称：カフェまちなか）は商店街のほぼ中央にあり、役場やコンビニ、銀行が並びにあり、日常的に人が集まりやすい場所に位置している。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

当初、多世代交流拠点施設「まちなかの駅ふらっと」という名称で、カフェとして軽食の提供のほか、健康に関する講座を含め、幅広い世代が交流できる場として2017年11月に設立。誰でも気軽に立ち寄れる空間という機能を活用できると考え、この場所に認知症カフェを開催することとなった。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

歩いて1分程度の場所にバス停があり、1時間に1便あるバスを利用して来場される方や、友人の自家用車で来場の方が比較的多い傾向にあるといえる。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

地域包括支援センターで認知症カフェの実施をもちかけ、認知症サポーター・ステップアップ養成講座の受講者やボランティア意識の高い地域住民に、認知症カフェの目的や上砂川町での開催の必要性について説明を行った。また、自分のできる範囲で無理なく行え、得意分野が活かせる楽しいボランティア活動をイメージしてもらうための説明も丁寧に行うなど、運営者の招集に向けた取り組みを行った。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

運営のために運営企画スタッフ（コアメンバー）を作り、月1回の打ち合わせや、イメージ作りを膨らませるために、近隣で開催している認知症カフェの視察や体験、勉強会等を行った。そこで、一般的なカフェのように、プログラムを持たず各々が自由な空間で過ごせる認知症カフェを、月1回開催することを目標に話し合いを進めた。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

はじめに、運営スタッフが身に着けるエプロンや外看板、文房具などの消耗品の準備を行った。地域の方への告知方法として、町広報への掲載やボランティアによるチラシの手渡し、地域包括支援センターは居宅介護支援事業所のケアマネジャーや関わっている認知症の方、家族に声かけを実施し、周知活動の取り組みを実施している。

2.4 開設資金の捻出方法

認知症地域支援・ケア向上推進事業の交付金で必要物品を準備してトランプや麻雀、囲碁等は住民やボランティアの方から寄付してもらい、利用している。

2.5 運営費について

多世代交流拠点施設で運営している施設カフェを活用しているため、飲み物等は施設カフェの収入となっている。また、限定おやつも外部店舗に提供してもらっていることから、運営費や金銭の管理もなく運営している。

2.6 地域課題の克服の方法

上砂川町は高齢化が進み2人に1人が65歳以上で、認知症の方は把握しているだけでも6人に1人という現状にある。この認知症カフェまで交通の便が悪いため、町の中心部にある認知症カフェまで来ることができない高齢者が徒歩圏内で行ける認知症カフェの開催を考え、そのモデル地区として町内で最も高齢化率の高い地区に、認知症カフェの2号店の開催を目指している。集客と周知を目的に地区で行われている百歳体操（介護予防）と合わせて実施し、同地区内にあるグループホームの職員と共同で地域の実情に応じたカフェの運営を行っている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

ボランティアは開催準備（飾り付けや必要物品の配置）と開催中の対応を行い、当日割り当てのないボランティアは、認知症の方や閉じこもり傾向の高齢者と一緒に参加し、得意分野を活かしながら交流を図っている。地域包括支援センター職員は、ボランティアが活動しやすいように後方支援も行っている。

3.2 人を集めるための広報の方法

町広報の「今月のカレンダー（行事予定一覧）」に記載しているほか、年4回発行している「まちなか通信」を公共施設や温泉、多世代交流拠点施設等に配置し、現在ではボランティアや地域の口コミで認知症カフェに訪れる方が多い傾向にある。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域包括支援センターとボランティアで協力して、ボランティアは認知症の方やその家族、閉じこもりの方等の気になる方に直接声をかけている。また、地域包括支援センターは居宅介護支援事業所やグループホーム等に案内を行い、地区組織の役員からの紹介などの周知活動も行っている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

講話やプログラムは特別設けない代わりに、認知症カフェの開催日前後でボランティアとミーティングを行っている。開催前は当日の来場者情報の共有と四季を感じる飾り付けを準備し、終了後は当日の振り返りと次回開店の打ち合わせを行い、次回に向けた取り組みを明確にしている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

今年から社会福祉協議会が主催する社会福祉大会で、ボランティアの活動実践発表を住民参加型のシンポジウム形式で開催するにあたり、当日の楽しい様子を記載した通信（年に4回発行）や認知症カフェに気軽に来てもらえるためのチラシを温泉や公共施設、医療機関等に配置している。また、地域包括支援センター職員（専門職）が常駐しているので、誰もが相談できるように工夫を心がけている。

3.6 運営上の工夫

開催日を毎月第3月曜日の10時からと固定し、来場者が覚えやすいように設定している。また平日に来ることができない住民や家族が来場できるように、祝祭日と重なっても実施し、世代を超えた交流の機会を設けるためのキッズサポーター養成講座

を終えた子供たちが認知症カフェ体験を通じて一緒にできる遊びやアイスクリーム作りなどを開催している。

3.7 運営費で困ること

今は交付金で賄えているが、現在、運営費の使用目的とボランティア活動資金に制限が生じているので、不自由さを感じている。今後は自主運営という形で活動ができるよう体制整備に向けて検討している。

3.8 継続の秘訣

個々のボランティアは、得意分野を活かせるので自分の役割として自覚することができ、活動を重ねていくうちに、楽しさから自信につながっていると推測される。このことが継続の秘訣になっていると感じている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

今後は世代を超えた人との繋がりや誰でも気軽に立ち寄れる心地良いカフェとしての雰囲気づくりを大切にしていきたいと考えている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

私たちの認知症カフェは、地域活動に参加していなかった方、できなかった方に対してボランティアの声かけによって来場している方が多くみられることが特徴である。このことから、炭鉱時代に築かれていた下町情緒のある人間関係が、認知症カフェを通して再び甦り、つながりの輪が広がっていると推測される。認知症カフェが外出のきっかけとなり、認知症カフェの日以外でも、気軽に来店してくださる方が増え、一般の利用者と認知症の人が自然と交流できることで認知症への理解や普及啓発ができていると考えている。

事例 11 かようカフェ(秋田県小坂町)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2017年
- ②運営団体 小坂町
- ③開催場所 特別養護老人ホームあかしの郷 地域交流スペース「はいから倶楽部」
- ④開催日時 毎月第3火曜日 10:00～11:30
- ⑤参加費用 100円
- ⑥来場者数 毎回20～25人(地域の方15人、認知症の方2～3人、介護者2～3人、専門職1～2人)
- ⑦運営者数 毎回7人程度(地域住民2人、多職種・多法人専門職5人)
- ⑧プログラム カフェタイム 30分
ミニ講話(認知症や健康に関する講話等) 30分
カフェタイムやお知らせ 30分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

小坂町人口 5,132人 高齢化率 43.2%

秋田県の北東端にある小坂町は、「鉱山の町」として発展してきた。1990年の鉱山閉山後は、最先端のリサイクル産業や鉱山の歴史に彩られた近代化産業遺産等の観光分野が大きな柱となっている。この認知症カフェが開催されている会場は、町の中心部にあり、銀行やスーパーマーケット、町で1つしかない診療所が隣接しており、普段から住民の往来が多い場所に位置している。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

約15年前に施設が開設されてから地域交流スペースの存在をあまり地域の人に知られていなかった事もあり、認知症カフェの開設をきっかけに、ぜひ周知したいという小坂ふくし会の考えと一致した経緯があり、決定した。誰でも足を運びやすく、気軽に訪れることができる場所を意識し、町で唯一のスーパーマーケットに隣接している社会福祉法人小坂ふくし会の地域交流スペースで簡単な調理スペースもあり、雰囲気もカフェに近いことが特徴である。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

徒歩で来場する方がほとんどだが、バス停もあるためバスを利用して来場する方も多い。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

2015年度に町で認知症地域支援推進員2名を配置し、認知症の普及啓発と家族介護支援を目的に認知症カフェの開催について町の福祉担当や地域包括支援センターで話し合いを行った。また、社会福祉協議会も交えて先進地等を視察し、推進員は地域包括支援センター1名、町社会福祉協議会1名の配置とした。開催場所は小坂ふくし会の施設のため、三者で協力して開催することとし、地域住民への啓発は、民生委員を中心に行った。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

地域包括支援センター主催でプログラム内容等は認知症地域支援推進員が中心となり、その他に町・社会福祉協議会・小坂ふくし会の三者とボランティア（家族介護者・ケアマネOB）の意見を踏まえ計画している。また次回の確認と翌々月の予定（テーマの決定等）を決めることやその日の来場者で気になったこと等についての話合いも設けている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

まずは社会福祉協議会の絵を得意とするスタッフに認知症カフェの顔となる看板を作成してもらうため、その用紙を入れる看板用パネルとイーゼルを購入した。コーヒーカップ等の食器類は、会場にある物を利用し運営している。町民への周知は、広報への掲載や民生委員、各介護保険事業所、介護予防事業の参加者にチラシの配布する取り組みを行っている。

2.4 開設資金の捻出方法

町の地域支援事業の認知症施策の予算から捻出していたが、ほとんどが消耗品で、大きい物は看板用パネルやコーヒーメーカーにお金をかけた。食器類は会場にあるものを無償で借りている。

2.5 運営費について

毎回、来場者の方から参加費として100円をいただき、そのお金をお菓子やコーヒー豆等の購入にあてている。会場使用料は無料で講師謝金等もかかっていないため、ほぼ参加費のみで賄うことができている。

2.6 地域課題の克服の方法

人口が少なく、町だけですべてを担うのは長続きしないということが課題と考えられるため、社会福祉協議会や小坂ふくし会、ボランティアスタッフのサポートが大きい。

いと感じている。いまよりさらに口コミ等で認知症カフェの存在を広め、人を増やせるよう努めていきたい。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

認知症地域支援推進員が認知症当事者とその家族介護者の話し相手を担当したり、気軽に足を踏み入れてもらえるように入り口付近でテーブルの案内や新しい来場者への声かけをしている。コーヒーサービス等は主にボランティアスタッフや施設スタッフが担当、スタッフ全員が全体の雰囲気づくりや地域の方々が気軽に立ち寄れるよう配慮を行っている。

3.2 人を集めるための広報の方法

民生委員の方が地域の一人暮らしの方や気になる方を連れてきたり、地区の仲間同士で足を運んでくれたりしている姿がある。また、ケアマネジャーが声かけをした家族の来場や、他会場近くに住む地区の方々が買い物ついでに立ち寄ってくれる姿が多くなっているのが現状である。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

民生委員の方や居宅介護支援事業所、サービス事業所、地域包括支援センターの職員が直接対象者へ声かけを行っている。例として、運営スタッフの声かけで認知症当事者とそのご家族介護者が一緒に参加されたこともあり、地域にとって重要な役割を担っているといえる。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

ミニ講話等のプログラムは、認知症カフェ終了後のスタッフの打合せで翌々月の分まで計画している。講話は運営スタッフが行ったり、知り合いの方へ依頼したり、地域のつながりを目指して行っている。来場者自身が持ち込みでやりたい事を提案しレクリエーションを行う事もあるが、その場合は認知症に関わる企画を考えている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

まずは気軽に立ち寄ってもらい、専門職に認知症について相談ができる場所だという事をPRしている。それに加え、認知症について学んだり、認知症が身近であることを知ってもらったりする機会だということも伝えている。民生委員の方などが地域住民を誘って5~6人で参加し、その後1人で来場してくれるリピーターになった方もいる。

3.6 運営上の工夫

名称にある「かよう」は、隣接するスーパーの特売日にも重ねて、「ついでに～」と気軽に参加してもらえるように火曜日に決めている。運営スタッフも参加者も楽しく参加できる事をモットーに取り組んでいるため運営上の工夫として、複数の機関の専門職が携わる事で互いの立場で様々な企画や情報を出し合える貴重な情報交換の場となっていることが挙げられる。

3.7 運営費で困ること

今のところはないが、来場者の参加費が主な運営費となっている。そのほか、地域支援事業の予算も活用している。

3.8 継続の秘訣

町だけが主となるわけではなく、町の認知症に関わる専門職が連携して認知症カフェに楽しく携わるといことが継続の秘訣である。また、来場者に支えてもらっていることも多いため、来場者に「また来月も来たい」と思ってもらえるようなプログラムや雰囲気づくりを展開していることも秘訣の1つである。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

認知症に関するミニ講話やレクリエーションを取り入れ、フリータイム（カフェタイム）の時間を当事者も必ず入れることで、専門職と参加者（地域の方）との信頼関係を築けるようにしている。認知症で介護サービス等を利用している方もまだ利用されていない方も専門職につながっているという安心感をもっていただけるよう心がけている。また、カフェタイムには必ずBGMがあり、リラックスできる雰囲気づくりを展開している。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

特徴として、「地域リハビリテーション活動支援事業」の一環で社会福祉協議会の理学療法士がスタッフとして来場し、認知症カフェでのつながりから地域の活動にも関わられるようになっている。また、特別養護老人ホームと有料老人ホームが併設しているため、入居者や職員と地域住民とのつながりも生まれている。このことから私たちの認知症カフェは認知症当事者とその家族介護者が日常生活の中で気軽に立ち寄ることができる場所を目指し、介護専門職や友人、地域の人、地域包括支援センターを始めとした様々な人たちと相互に情報共有を行いながらお互いを理解し合えるきっかけをつくる場所だと考えている。

事例 12 認知症カフェゆいの広場ら・らら(神奈川県横須賀市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2016年
- ②運営団体 (主催) グリーンハイツゆいの広場 (後援) 北下浦地域包括支援センター (協力) 認知症フレンドリーよこすか
- ③開催場所 グリーンハイツ第二集会所 (自治会館)
- ④開催日時 毎月第3土曜日 13:30～15:00
- ⑤参加費用 100円
- ⑥来場者数 毎回30～40人 (地域の方20人、認知症の方3～5人、介護者1～2人、専門職2～3人)
- ⑦運営者数 毎回13人程度 (地域住民10人、多職種・多法人専門職3人)
- ⑧プログラム
 - アイスブレイク (楽器演奏、コグニサイズ、レクリエーション等) 10～15分
 - ミニ講話 (認知症、健康、介護保険制度に関する講話) 30分
 - カフェタイム 30～40分

1.1 地域の概要 (人口高齢化率、地域特性等)

横須賀市人口 406,000人 高齢化率 31.0% (2018年10月現在)

認知症カフェのあるグリーンハイツ 人口 2,685人 高齢化率 43.4% (2018年10月1日現在)

横須賀市グリーンハイツは、京浜急行の京急長沢駅から徒歩10分圏内にあるマンション群に位置している。分譲後、40年以上が経つが、地域住民の仲が良く繋がりが強い点もとても住みやすい地域となっていることも特徴の1つである。この団地内にはボランティアグループが2つあり、2年程前までは横須賀市内で高齢化率が最も高い割合だったが、最近になり若い世代の方の入居により高齢化率が下がっている。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

面積や水回り、集会所の予約の取りやすさなどから第二集会所を開催場所とした。また、室内に段差がないので、車椅子の方でも来場できることや建物自体は事務的で素っ気ないものだが、パッチワークのタペストリーなどを壁に飾る対策をすることで暖かい雰囲気を出せる環境だと考えた。この開催場所は駅から離れているが、集会所の隣に駐車場があるため車で来場することができることからこの場に決定した。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

駅から徒歩 10 分程度と来場しやすい立地にあり、駐車場は、事前にご連絡いただければ、6 台まで用意できるアクセス環境のいい場になっている。主にグリーンハイツ団地内の方は徒歩で訪れることが多く、遠方から来場する方はご家族が送迎して訪れるといった姿も見受けられる。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

地域包括支援センターの方から認知症カフェの開催を持ちかけられたことをきっかけに、カフェに「認知症」と名付けることで「人が集まらないのではないか?」「地域の方がどう思うか?」と不安もあるなかで「認知症カフェ」という言葉を入れたチラシと入れないチラシの 2 通りを作り、配布を行った。はじめは、言葉をいれないチラシを配り、後に言葉をいれたチラシのみを配るなどの工夫をし、今では、認知症カフェだからこそ相談できる、認知症カフェを知りたいという人が集まり始めている。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

ボランティアグループ「グリーンハイツゆいの広場」が主催、地域包括支援センターが後援、認知症フレンドリーよこすか（認知症にやさしい街をつくろうとしている医師、専門職、一般の有志の集まり）が協力のもと運営している。地域包括支援センターは毎回来場し、地域の方の相談対応、情報提供を行うほか、講話のプログラムは、「ゆいの広場」と地域包括支援センターで話し合いをして決めている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

はじめに、認知症カフェに必要な物品（食器、コーヒーメーカー、ランチョンマット、看板など）を買い揃え準備を行った。広報については、チラシを作成して市役所、行政センター、薬局、銀行、郵便局、パン屋等に配架してもらい、地域内には全戸配布した。

2.4 開設資金の捻出方法

地域包括支援センターの予算で捻出し、食器、コーヒーメーカー、ランチョンマット、看板など認知症カフェに必要な物品の準備を行った。

2.5 運営費について

来場者から参加費として 100 円を集め、地域包括支援センターから会場費、講師の謝礼、チラシの印刷費を出してもらっている。2019 年 10 月には、運営費の援助が無くなり自立して運営しなくてはならないため、現在は自治会に働きかけている。

2.6 地域課題の克服の方法

初めは、認知症カフェを理解してもらうことが課題であったが、運営スタッフが顔見知りの人と出会ったときや週一回のラジオ体操の後に、お話しをすることでこの認知症カフェの存在が周知されてきている。そこから課題解決ネットワークを作りたいと考え、そのためには人が集まる場所をたくさん作ることが今後の課題となっている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

地域包括支援センターの職員は、認知症の方や地域の方の相談対応を、ボランティアのグリーンハイツゆいの広場のスタッフは、受付・司会・カフェのサービスを中心に行っている。それと同時にテーブルで地域の方と一緒に話し、必要に応じて地域包括支援センターの職員につなぐ役割も担っている。

3.2 人を集めるための広報の方法

地域住民へは、マンションにある掲示板にチラシを貼りお知らせしている。また、直接お声をかけることや地域の薬局などにもチラシを置き、周知活動に取り組んでいる。このほかにも、市内の認知症フェスタ等で話をする機会を設けている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

チラシを見て、認知症について相談したいと認知症カフェに来る方が多く、認知症カフェを開催していることを知った地域の方が、「ゆいの広場」に直接相談を受けに来ることもあり、着実にチラシが周知につながっていると感じている。主な相談対応は地域包括支援センターで取り扱っている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

ミニ講話は、神奈川県立保健福祉大学の先生や在宅医療の先生の協力のもと年間計画をたてている。それ以外にも地域の認知症デイサービスや認知症グループホームの職員が講師になることもあるなど多くの方に協力依頼をしている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

最初は、「認知症カフェ」ということで人が来ないのではないかと考えたが、今はむしろ認知症カフェだからこそ人が来てくれると考えている。この結果、認知症について相談をしたい方は地域に沢山いることもわかった。

3.6 運営上の工夫

運営スタッフや地域の方が楽しい時間になるよう心がけている。「ゆいの広場」のスタッフの意見を反映し、運営スタッフ以外から「認知症カフェに携わりたい」と積極的に認知症サポーター養成講座を受けている姿が見受けられた。このように現在では、認知症カフェの運営スタッフも開設当初に比べ倍に増えている。

3.7 運営費で困ること

現在は黒字で運営している。1年後に地域包括支援センターからの支援が無くなるため、負担してもらっていた会場費やチラシの印刷費が自己負担となる。今後は自治会や社会福祉協議会などに協力依頼する予定である。

3.8 継続の秘訣

開設当初は、地域包括支援センターの方と「音楽などのアクティビティをプログラムに入れることでサロンと区別がつかない」という意見で食い違ったが、今では、音楽があるからこそ地域住民が講話を最後まで集中して聞けるのだと実感している。また、地域包括支援センターの方と協働をすることで充実した企画を立案することができ、来場者の満足そうな表情に運営者も幸福感を得られている。このことが継続できる秘訣になっているといえる。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

相談したい人が安心して話せるような配慮を心がけ、どの来場者に対しても分け隔てなく接することを大切にしている。また、来場された方が参加して良かったと思える雰囲気を作るために、暖かなおもてなしも大切にしている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

認知症カフェ自体特別なものではなく、日常的なものとして開催されることに意義があると考える。

事例 13 カフェイースト(東京都板橋区)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2015 年
- ②運営団体 運営委員会方式（家族会、民生委員、地域住民有志、地域包括支援センター職員など）
- ③開催場所 UR 高島平団地内集会室（板橋区高島平 2-29-1）
- ④開催日時 毎月第 4 金曜日 14：00～16：00
- ⑤参加費用 100 円（飲み物、資料代）
- ⑥来場者数 毎回 10 人（地域の方 3 人、認知症の方 2 人、介護者 3 人、専門職 2 人）
- ⑦運営者数 毎回 4 人程度（地域住民 3 人、多職種・多法人専門職 1 人）
- ⑧プログラム 本日の予定などの確認・参加者の自己紹介 30 分
ミニ講話 30 分
懇談（講師への質問や意見交換など含む）50 分
次回開催についてのお知らせ・連絡事項など 10 分

1.1 地域の概要（人口高齢化率、地域特性等）

地域包括支援センターが担当する生活圏域の高齢化率は約 39%と日本でも有数の大規模団地、高島平団地で開催されている。地域内の人口の約半数は賃貸物件の団地住まいの住民で、昭和 40 年代に子育て世代が団地に入居し年を重ねてきた人、高齢になって他の地域から移住してきた人などが共に暮らしているのが特徴である。このことにより、子世代が独立したため、独居高齢者または高齢者のみの世帯が多く、町会や自治会、地域の民生委員主催のサロン活動がいくつもあり、地域活動が盛んな地域である。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

生活圏域内の来場を想定し徒歩圏内の会場を探していたところ、NPO 法人から会場提供の申し出があり、家族会のメンバーと見学して同法人の運営する団地の一角の時間貸しスペースを賃借している。これは、元々コミュニティカフェとして飲食を提供していた場所で、厨房設備があるため認知症カフェを運営するためのカップ等も使用させていただいている。立ち上げから 3 年間は、東京都の補助事業として助成金の交付があったが、平成 29 年度から交付がなくなり会場費の支払いが難しくなった。さらに、運営に協力していただいた NPO 法人の事業の中で、こども支援の比率が大きくなったため新たな会場を交渉し団地自治会の支援で UR の管理する団地内の集会室を利用できるようになっている。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

最寄り駅の都営三田線高島平駅を下車して徒歩6分程度の場所に位置している。高島平団地内の集会所のため、徒歩で訪れる方が比較的多い傾向にある。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

地域の家族会発足から数年が経過し、介護者への支援（悩みや相談を受ける）や本人への支援（デイサービス等を利用していない人も気軽に来られる場）、地域の人に認知症を理解してもらう場が必要ではないかという考えから、家族会とは少し性質の違う、よりオープンな場として認知症カフェを目指して開設を検討することとなった。この結果、「ケアラズカフェ」に特化しないものにしたという考えからスタートし、運営スタッフは家族会メンバーや民生委員、認知症サポーター、介護サービス事業経験者などに声かけを行った。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

認知症カフェの運営については、コアとなる運営スタッフ5名を決定し、東京都の事業助成や社会福祉協議会のサロン活動への助成を受けられるように医療機関との連携も視野に入れ、第1回の認知症カフェでは認知症サポート医によるオープニングイベント「頑張らない認知症」の講演を行った。運営スタッフはそれぞれ家族の介護や就労、地域活動をしていることや会場確保の都合上により、月1度の開催になりプログラムについては随時運営会議で話し合いを行っていた。認知症カフェで提供する飲み物のメニューは、会場を主催するNPO法人に依頼し運営を行った。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

2014年12月に家族会で認知症カフェについての学習会をボランティア等交えて実施した。また、翌年1～3月に認知症カフェを立ち上げるために打ち合わせを3回行い、最初に会場であるNPOが主催するコミュニティスペースを視察し、運営の方向性の話し合いのもと、NPO法人のホームページや地元紙、地域包括支援センターから地域関係者への発信などで認知症カフェ開催について周知活動を展開した。

2.4 開設資金の捻出方法

会場は貸しスペースとしてカップ等を備えていたため初期費用を掛けずにスタートすることができ、チラシ作成などは立ち上げの後方支援として地域包括支援センターが負担し開設することができた。

2.5 運営費について

当初の会場費と講師謝金は助成金を利用。来場者の飲食については参加費1人200円徴収しながら運営を行っていて、助成金は年度途中交付なので期限までは建て替えるようにしている。

2.6 地域課題の克服の方法

開催地である高島平団地は、独居高齢者が多く「認知症になることへの不安」を認知症カフェで表明される方や「認知症かもしれない」など隣人についてのご相談を受けることがある。身近なところで認知症にまつわる話があるのに認知症カフェの常連は何故かあまり増えないのが課題といえる。月一の開催では周知が図れないことや常設のスペースが欲しいというのが運営委員の意見であり、想いはさまざまだが協力を増やしていくことが存続や今後の発展の要と考えている。その方法については、今後の大きな課題ともなっている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

立ち上げ当初の運営スタッフとは多少異なるが、基本的な方針や開催予定、プログラムなどは運営会議で決定している。自治体の所管窓口との連絡や会計は代表者である家族会スタッフが担っていて、勉強会などには運営スタッフ全員ができるだけ参加できるよう心がけている。当日の進行は地域包括支援センターの職員や代表者が中心に行い、カフェコーナーは主に地域住民、他スタッフは補助的な役割を担っている。

3.2 人を集めるための広報の方法

地域内のコミュニティ紙（高島平新聞）に、他のサロン（社会福祉協議会の開催支援のある団体）と開催予定を掲載してもらっている。他にも、団地内の居住棟エレベーターホール掲示板に開催予定の掲示や自治体の認知症ケアパスにも載せてもらうなど、家族会や地域の懇談会などでのアナウンス、口コミに取り組んでいる。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

立ち上げ前に家族会で認知症カフェの勉強会を行ったところ、認知症カフェの代表者が家族会の運営スタッフであり、毎月の家族会を通じて情報提供ができています。そのほか、認知症当事者や新たな来場者には地域包括支援センターや民生委員の相談活動からのご案内が多いと推測される。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

ミニ講話では、来場者や家族会での話題や運営スタッフが見聞きしたことで気になることを挙げ、地域の医療・研究機関、介護サービス事業所等の方々にミニ講座の講師を依頼している。プログラムは運営会議で半期ごとに決定している。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

運営スタッフが認知症カフェを周知するために、地域の方に直接説明したり、サロンの交流まつり（年1回、秋開催）にポスターを掲示したりと、認知症カフェを知ってもらえるよう取り組んでいる。

3.6 運営上の工夫

矢吹先生の板橋区でのご講演を拝聴し、自分達の認知症カフェのスタイルをある程度定番化していくことが良いのではないかと運営スタッフ間で話し合いを行った。以前は毎回悩み、一から考えていたが、今年度は開催の流れを定番化していくことで、運営がスムーズになったと感じている。

3.7 運営費で困ること

東京都の事業助成がなくなり区独自の制度もないことから運営の財源は社会福祉協議会のサロン活動への助成金のみとなっている。現在はURの集会室を無料でお借りしているため会場の賃借料は発生していないが、講師料の支払いが難しく、ボランティアな活動として依頼できる方にミニ講座の講師をお願いしている。

3.8 継続の秘訣

運営スタッフ自身が楽しむこと、興味をもってできることを取り上げていくことが継続の秘訣となっている。大都市において高齢化が進行している地域ということから、見学者や取材に来る方が多く、運営スタッフも刺激を受け、認知症カフェをよりよいものにしようと年に2、3回の運営会議で計画を立てている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

認知症カフェの開催案内のチラシにも掲載している「認知症を知ろう！認知症を語ろう！認知症になってもならなくても泣いたり笑ったりしながら、地域で生活していきたいとの思いを共有している。知識とつながりで支え合いの手をつないでいきましょう！」という文章から認知症について知りたい、理解したい、認知症カフェに興味があるという方であれば、どなたでも来場し共に語り合う流れを作ることを大切に運営している。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

細々とでも継続していくことで、地域にいる認知症当事者を理解すること、認知症について知りたい方が増えることであると考えている。加えて、他の職種や関係の方と地域がつながるための拠点につながることを認知症カフェの意義だと思っている。

事例 14 たんぽぽカフェ(東京都渋谷区)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2014年
- ②運営団体 個人
- ③開催場所 はつらつセンター富ヶ谷 2F「多目的室」
- ④開催日時 毎月第2土曜日 13:30～15:30
- ⑤参加費用 100円
- ⑥来場者数 毎回10～35人(地域の方25人、認知症の方2～3人、介護者2人、
専門職2～3人)
- ⑦運営者数 毎回7人程度(地域住民5人 多職種・多法人専門職2人)
- ⑧プログラム カフェタイム 30分
ミニ講話、年2回音楽イベント 30～60分
カフェタイム、Q&Aやお知らせ 30分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

渋谷区人口 22.68万人 高齢化率 19.38%

たんぽぽカフェがある渋谷区富ヶ谷2丁目は渋谷区の中西部に位置し、繁華街から20分ほど離れた住宅地に位置している。通勤に便利な場所でもあるため、住宅地でありながら近年はビルやマンション、集合住宅が増えているため40代のファミリー層も多く、高齢化率は渋谷区内でも低い傾向にある。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

当初は地域の仲間作りを目的に、自宅リビングでサロンのようなお茶会を開催。そのうちに、居場所のない高齢者や認知症の方がいることを耳にし、2014年4月渋谷区の協力を得て、誰でも利用できる公的な場所である「はつらつセンター富ヶ谷」を借りた。同建物内にある地域包括支援センターに認知症や介護保険についてのミニ講話を依頼するほか、必要な方には地域包括支援センターの職員につなぐなど、協力を得て実施している。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

駐車場がないことから、徒歩で来場する方が多い傾向にある。また、シルバーカーを利用する方や家族介護者と一緒に来場する方もいて様々な手段で当認知症カフェを訪れている。公共交通機関であれば、地域バスを利用すると「はつらつセンター富ヶ谷」下車2分の場所に位置しているため気軽に足を運ぶことが利点である。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

自宅でのサロンのような集いから、公的な場所での認知症カフェに移行したのは、より多くの地域の方に認知症カフェの存在を知ってもらい、認知症への理解を深めてほしいと思ったからである。富ヶ谷・上原地域包括支援センターや上原地区民生児童委員の協力を得て、地域住民に広報をし、高齢者を中心に告知を行った。初めは、地域の友人4人で運営していたが、次第に協力者が増え、現在は常時7人程で運営している。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

運営方法やプログラムは毎回修正を行いながら現在の形に至った。認知症カフェ終了後に1時間のミーティングを行い、気付きや今後の予定について振り返りを行うと同時に、渋谷区の認知症地域支援推進員の協力の下、認知症専門医の講話や相談会の計画も行っている。来場者から認知症や介護保険についての質問があれば、併設する地域包括支援センターの職員がそれらについて講話する機会も設けられている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

最初に必要物品を書き出し、認知症カフェの看板の準備を行った。その後は、運営スタッフの負担を軽減するため、カップは使い捨てタイプのものであり、コーヒーカップはホルダーのみを再利用する形をとっている。マシンについても、コーヒーメーカーの無料レンタルシステムを利用し、できる限り負担を軽減させている。運営スタッフが作成したチラシにおいても、その日の来場者に必ず次回のチラシを配布し、来場できなかった方向けに地域包括支援センターの窓口にもチラシを置くなど体制を整えている。現在は渋谷区の認知症フォーラムでも、チラシを配布し、認知症カフェの理解を促しているところである。

2.4 開設資金の捻出方法

コーヒーメーカーは自宅サロンで使用していた無料レンタルシステムを利用している。その他のコーヒーカップ、カップホルダー、看板は協力者の寄付で揃え、ポット等は会場の備品を借りて運営を行っている。

2.5 運営費について

毎回、来場者から参加費用100円を徴収している。時に、来場者からの寄付金もあり、お菓子やコーヒー、お茶、お花代に掛かる費用は、月平均2,500円～3,500円程度になっている。また会場費、講師謝礼が必要な時には渋谷区に協力を依頼するなど

の対策を図っている。運営スタッフの中でテーブル上に季節の花を飾りたいという思いがあり、花代のみ個人負担（運営者）となっている。

2.6 地域課題の克服の方法

オレンジカフェ（認知症カフェ）の1つとして渋谷区に認定されているものの、サロン化に向っていると感じる場面があるため、運営に関わる人たちと定期的にミーティングを行い本来の目的を持つ認知症カフェの在り方について学ぶ時間を作りたいと考えている。また、来場者の多くは高齢者に偏っていることから、土曜開催や音楽イベントなどを通して若い世代も来場しやすいきっかけ作りを行っている。認知症の偏見についてはまだまだ根深く、今後さらに、ミニ講話などを取り入れながら地域住民への周知を進めていきたい。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

専門職は、認知症当事者や初めて訪れた方への情報提供、また人と人をつなげることの2つ役割を担っていて、ミニ講話や認知症専門医の講話の対応等も行う場合がある。一方で、地域の協力者はカフェコーナーを担い、挨拶や何気ない会話でも傾聴し、親しみやすい雰囲気を作り上げている。

3.2 人を集めるための広報の方法

来場者には、次回開催のチラシをお渡しすることや地域包括支援センター、開催場所にもチラシを置き、地域包括支援センター職員にも協力を求めながら周知活動を行っている。地域商店の店先にも、チラシを貼っていただくなど、運営スタッフの描く看板にも、道ゆく人を惹きつける工夫をしている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

区内の地域包括支援センターに協力の依頼をしている。区の認知症地域支援推進員や民生委員、地域見守りからの紹介もあるなど地域の方がご近所の認知症当事者をお誘いして訪れる姿も見受けられる。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

認知症カフェ終了後にミーティングを行い、その中でミニ講話のアイデアが出ることもあれば、運営スタッフや地域包括支援センター、認知症地域支援推進員、行政から紹介のあった講師にテーマを決めていただくこともある。そして、年2回の音楽イベントでは地域住民の要望から毎年行うことになっている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

住宅地である富ヶ谷には認知症カフェが殆どないため、「おいしいお茶とお菓子で、お喋りしませんか?」「認知症についてのお話や情報も得られますよ」とお誘いをしている。加えて、赤ちゃんからお年寄りまで誰でも予約なくふらっと立ち寄れる場所です、と声掛けも行っている。

3.6 運営上の工夫

年2回の音楽イベントは、認知症カフェの存在を多世代に周知する意味でも、続けて行きたいと考えている。会話のきっかけになるよう、テーブルには季節の花を置くなど季節を感じていただくことを目的として取り組んでいる。この認知症カフェは土曜日開催のため、認知症当事者と家族介護者が一緒に来場する姿がよく見受けられる。

3.7 運営費で困ること

特にないが、来場者から参加費100円を徴収することや協力者の寄付金を徴収することで運営が成り立っている。飲み物はコーヒー、紅茶、日本茶を提供し、お菓子は紙コップに一人分ずつを詰めて提供を行って、それらが残った場合には来場者が持ち帰る方式を採っている。

3.8 継続の秘訣

専門職や民生委員、地域見守り、地域包括支援センター職員など、多職種の協働で行うことが重要であると考えている。つまり、地域の運営スタッフを増やすことが必要になってくる。多くの方が役割を分担して行うことで、負担軽減にもつながり働きやすい場になっていくに違いない。また、認知症サポーター養成講座受講者の活躍の場所としても、認知症カフェを提案していくことで継続できると考えている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

定期的にミニ講話を取り入れるところが大切だと考える。認知症当事者には情報提供や仲間作りの支援も行いながら、地域の方々の認知症に対する理解や偏見をなくし、誰もが暮らしやすい町の一助になればと思っている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

私たちの地域はマンションや集合住宅が多く、地域交流は希薄になっているのが現状である。認知症カフェに来て初めて地域交流が始まった方も多い傾向にあり、家族と共に来場される方も増えている。この認知症カフェは今年で5年目を迎え、しっか

りと地域に根付いて来たと感じるようになり、認知症の理解を通して、地域のつながりも徐々に広がっているように感じている。

事例 15 のぞみカフェ(広島県廿日市市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2017年
- ②運営団体 介護付有料老人ホーム 望海の里
- ③開催場所 介護付有料老人ホーム 望海の里または地域の集会所
- ④開催日時 毎月第4日曜日 14:00～16:00 (12月は休み)
- ⑤参加費用 地域の方100円 入居者様とその家族・子どもは無料
- ⑥来場者数 毎回28人 (地域の方10人、認知症の方13人、介護者3人、専門職2人)
- ⑦運営者数 毎回10人程度 (地域住民3人、多職種・多法人専門職7人)
- ⑧プログラム
 - カフェタイム 15分
 - 講話や体操(認知症や健康に関する講話や体操) 40分
 - 今日から役立つ認知症ミニ勉強会 20分
 - 季節の歌を毎回ご家族がグランドピアノを演奏し4曲程度参加者で歌う 15分
 - カフェタイム・個別での相談を受ける 30分

1.1 地域の概要 (人口高齢化率、地域特性等)

廿日市市人口 117,431人 高齢化率 29.3%

のぞみカフェは、廿日市大野地区でも一番東側に位置し、宮島口周辺から青葉台団地まで高低差がとても大きい地域である。宮島口周辺には昔からの住民が多く、宮島を見下ろせる山を切り開いた団地には新たに移住してきた世帯に分かれている。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

認知症カフェにこだわりすぎず、特化しすぎない、入居者を主体とし大野1区を中心とする地域住民や専門職との交流の場として認知症カフェを施設内に開設した。

「施設があるのは知っているが、敷居が高くて入りにくい」と地域住民の方から声があり、当施設で暮らす入居者が多世代の地域の方と交流をして頂くことも目的のひとつとなっている。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

最寄りのJR駅と市内電車駅からは遠くに位置している。ご近所の方は徒歩で来場するが、駐車場があるため車で来場する方も多く見られる。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

認知症カフェの存在を知ったのは、自身が受講した認知症介護研究・研修仙台センターでの認知症介護指導者養成研修の際である。「望海の里に認知症の人や家族の居場所となり、入居者と地域の方が交流できる認知症カフェを立ち上げたい」と決意した。廿日市市にはまだ認知症カフェがなかったため、廿日市市のモデルケースにもなるように社会福祉協議会大野・社会福祉協議会廿日市・地域包括支援センターおのの・認知症地域支援推進員・認知症の人と家族の会大野と協働で立ち上げた。その後、認知症カフェについての説明会を1回行い、運営半年を目安に自主事業にすることになった。地域住民への説明は、区長をお招きしてオープニングセレモニーを開き、認知症カフェの意義についてプレゼンテーションを行った。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

各団体の方をコアメンバーとして半年の準備期間中に毎月2回の企画会議を実施し、そこで前回の振り返りと次回の確認を行って半年先までのプログラムの計画を立てる。これは敷居を低くすることが目的である。地域では馴染みのない認知症カフェの雰囲気を知ってもらうために、1年目はプログラムの半分を創作活動（おやつ作り）、その他を講話にしたところ、半年が経過した頃に来場者から「認知症の勉強ができると思って来たのに」という声があり、2年目は緩やかに認知症について勉強できるプログラムにしている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

初期費用として望海の里から約6万円出してもらい、必要物品であるコップ30個、のぼり5本、テーブルクロス10枚分の生地（クロスは手作り）、カフェ看板2つを購入した。コーヒーマーカーは施設のものを使用している。コアメンバーは、先行事例見学として3ヶ所の認知症カフェを訪問してノウハウを学んだ。広報は、地域での認知症勉強会に自身が講師として呼ばれた際に説明したことや社会福祉協議会、同法人グループ、近隣の病院、公民館、他施設、近隣のスーパーマーケット、回覧板でチラシを配っている。

2.4 開設資金の捻出方法

望海の里から6万円程度補助してもらい、のぼり5本、テーブルクロス10枚分生地（クロスは手作り）、カフェ看板2つを準備した。コーヒークップは認知症サポーター養成講座講師の謝金で購入したが、地域の方のご厚意により寄付して頂いたコップもある。

2.5 運営費について

来場者から運営協力金として100円募っているが、望海の里から認知症カフェ1回の運営費として5,000円の予算を準備してもらっている。毎回のお菓子やコーヒー豆等は、約1,500円～2,500円で、会場使用料は施設で行っているためかからない。講師はボランティアでお願いしている。

2.6 地域課題の克服の方法

地域にはサロンが多く勉強会も熱心に行われており、認知症カフェの意義や必要性がまだ地域で理解されていないのかもしれない。そのため、地域交流を目的に施設入居者と一緒に地域のサロンに出向き、認知症カフェの紹介をしている。施設内で開催しているため、初めての方は特に入りづらいようなので、人通りの多い施設の玄関前に毎日カフェ看板を出して、認知症カフェのチラシを設置した。しかし、認知症カフェの存在を知っていても車の運転をやめた高齢者は、アクセスが悪いため来場しなくてもできない。そのため、アクセスの悪さが大きな課題となっている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

地域の方はカフェコーナーや講師、専門職は訪問してくれた地域住民・入居者との架け橋となる。また認知症の人と家族からの相談を受け、情報提供をしている。

3.2 人を集めるための広報の方法

講師をしてくれる地域住民の方で、地域住民を誘い一緒に来場してくれている。他にも、自身が地域住民向けの認知症サポーター養成講座を行う際に、認知症カフェの紹介や地域包括支援センターからの紹介、近隣のスーパーにもチラシを置かせてもらっている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

同法人グループからの紹介や地域包括支援センターに相談に来る方に情報提供をしている。玄関前の看板を見て知ったと訪問してくれた方もいた。また認知症サポーター養成講座で講師の際に、認知症カフェの意義や必要性を説明している。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

講話のプログラムは1年分の内容を決めている。これまではコアメンバーのみで決めていたが、2019年度からはアンケート方式にして地域住民と施設職員からの意見を盛り込み、ニーズに沿った内容を計画する予定である。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

「まずは、美味しいコーヒーを飲みにいらしてください。そこで、ゆるやかに認知症についての勉強会をしています」と説明している。

3.6 運営上の工夫

認知症カフェを主に担当している職員は、当日は勤務扱いで、認知症カフェに従事できるように通常業務には入らないように配慮している。また、年間11回の開催としており、師走で忙しい12月のカフェのみ休みとしている。

3.7 運営費で困ること

当日の協力金で運営費の半分は賄えているため、今のところはない。

3.8 継続の秘訣

地域住民や家族介護者、ボランティアで講師をしてくれる方との繋がりを大事にしている。そして社会福祉協議会や地域包括支援センター、認知症の人と家族の会の方との繋がりは、認知症カフェ継続にとってとても重要である。また、訪問してくれる方々と丁寧に向き合う時間も大事にしている。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

施設というハード面を変える事はできないため、認知症の人や認知症でない方にも居心地が良いと思っていただけるよう、グランドピアノの音色を流し、環境づくりを心掛けている。また認知症になっても安心して暮らせる地域づくりが必要と考え、認知症の理解や情報提供を行うことで不安を安心に繋げる役割がある。そのため、地域の方々からの声や職員からのアドバイスも取り入れ、継続していくことを目標にしているが、認知症カフェが地域に認知されるまでは、まだまだ時間がかかると実感している。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

認知症カフェにこだわりすぎないこと、認知症カフェに特化しすぎないこと。入居者を主体とし大野1区を中心とする地域住民や専門職との交流の場で、子供を連れた夫婦や子育て世代の母親も来場してくれるため多世代交流できる認知症カフェとなっている。

事例 16 すみれカフェつどい(東京都多摩市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2015年
- ②運営団体 社会福祉法人東京すみれ会
- ③開催場所 訪問看護ステーションすみれ1階
- ④開催日時 毎月第1日曜日 14:00~16:00
- ⑤参加費用 100円
- ⑥来場者数 毎回20人(地域の方12人、認知症の方2人、介護者3人、専門職3人)
- ⑦運営者数 毎回4人程度(地域住民0人、多職種・多法人専門職4人)
- ⑧プログラム カフェタイム30分
認知症についての談話30分
質問・お知らせ30分
参加者様のギター演奏や体操レク30分
※毎年1月は新年会、4月は花見。

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

多摩市人口148,838人 高齢化率27.0%

多摩市は都心から特急電車で30分程の郊外に位置している。高齢化率は、2017年に27%で、2025年には32.6%と予想されているが、2016年4月1日時点で要介護・要支援認定率は26市中、12.6%と最も低い。この地域は、高度経済成長期に出来た団地のためエレベーターのない団地が多いのが特徴となっている。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

2016年までは“気軽に地域の方が集える場所”“誰もが入りやすい施設”をテーマに小規模多機能ホームすみれの相談室を利用していたが、現在は、徐々に来場者が増えてきたために新しく出来た訪問看護ステーション1階のフロアを利用している。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

バス停まで徒歩5分の距離にあるためバスを利用し徒歩で来場する方、駐車場もあるため車で来場する方様々である。大半の来場者は近隣に住んでいることから徒歩で来場する姿が多く見受けられる。

2. 開設準備

2.1 準備①(発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法)

団地に独居高齢者数が多いため地域の居場所として「最初の関わりになりたい」「認知症の方が地域で暮らしていくために地域住民に認知症を理解してもらいたい」ということが必要であると考え、家族介護者には認知症について悩みを相談しあえる場所も必要だと考えた。これらが“法人・職員の思い”で、来場者には目的がぶれないように主旨を施設長より説明する時間が設けられている。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

運営スタッフは、小規模多機能ホームすみれとグループホームより、認知症カフェに興味のある職員に働きかけを行った。それぞれのフロアより職員を募集し、認知症カフェ終了後には必ず振り返りと次回の予定の確認をしている。来場者が楽しんで帰って頂けるよう、残り 30 分で来場者主体のギター演奏や体操のレクリエーションを行うなど自由時間をとっている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

法人より資金援助があり、コーヒーマーカー等は施設で利用しているものを借りてコーヒークップは職員や参加者からの頂き物を利用するなど負担を軽減していた。その他、足りないものや冷蔵庫を購入した。開催に向けてチラシを作成し、地域包括支援センターや各公民館、駅の掲示板に貼り出してもらった。

2.4 開設資金の捻出方法

法人より開設資金と年間運営資金として約 12 万円の支援をもらったが、その内訳はおやつ材料・冷蔵庫・看板・食器・食器棚等に割り振られている。

2.5 運営費について

年間の予算に加え、来場者より費用 100 円を頂き運営を行っている。この施設は会場使用料がかからないため、おやつ材料費・飲み物代が主な支出となっている。

2.6 地域課題の克服の方法

多摩市は坂道が多いため、天候や体調次第で高齢者の方が歩いて来場することが厳しい場合がある。その方向けに、事前に連絡をもらえれば家の近くまで送迎するなどの対策を行っている。一方で歩ける時には、他の来場者が付き添ってくれるなど、来場者同士が協力し合う関係が自然とできていくことや地域の方が団地の独居高齢者に声を掛け、訪れてくれるようになったことなど、地域の人を地域で支えられるように声掛けを続けていきたいと考えている。他にも、サロンや予防教室にならないように認知症カフェの意義と品質を維持できるように配慮をしていくと同時に、来場者の中に「地域で役に立ちたい」「認知症の方と接する機会が欲しい」という意見があった

ため、ボランティアなど認知症サポーターの実践者を養成できる環境を展開していきたいと考える。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

介護職員が現場と兼務しながら担当していたが、カフェで昼食の提供などを行うにあたり準備等の負担が出てきたため、従来の認知症カフェのあり方を来場者も含め話し合いを行っている。今後は、コアメンバーに運営サポートをしていただきたいと思います。そのほかに、介護業務経験を外部に発信する機会がなかった職員が来場者と接する中で、参加目的の類似している方と話ができるように繋がりを持てる取り組みを実施している。

3.2 人を集めるための広報の方法

認知症カフェ開催当初は、0～3人程の来場者であったため、地域包括支援センターからの紹介や講演会の開催、多摩市の認知症月間にて出張認知症カフェを行い、来場者から地域の方に声をかけて頂くよう依頼している。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域包括支援センターや介護予防リーダー、施設利用者の家族からの紹介が比較的多い。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

以前は、ミニ講話が認知症以外のテーマで進められていたことから、認知症カフェで認知症に関する話をしないことは目的が異なるとし、現在は約30分間、認知症に関することを来場者と運営スタッフで考えるというテーマに変更している。このテーマ内容は運営スタッフで話し合い決めている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

近くの公民館にチラシを置き、周知活動に取り組んでいる。年に1度、多摩市の認知症月間で介護予防教室と合同で“出張認知症カフェ”を開催し、認知症カフェについて理解して頂けるような取り組みも実行している。

3.6 運営上の工夫

運営スタッフの誰が休んでも影響が出ないように、担当を毎回変える事で職員が安心して休める環境を作っている。また、来場者の中には、「実際に認知症の方と関わ

りたい」「施設を見学したい」と言う方もいるため、その都度対応出来るよう体制を整えている。

3.7 運営費で困ること

法人から予算を出してもらっているが、お茶代としての参加費もあまり徴収できずにいるため、イベントや講師謝礼などに捻出することが今後の課題となっている。

3.8 継続の秘訣

現在は、運営スタッフが認知症カフェについてしっかりと理解してくれていることが一番の継続の秘訣だと考えている。この認知症カフェは日曜日開催のため、出勤人数の少ない現場で働く運営スタッフにとって負担が大きいと感じるが、それでもサポートをしてくれている優しさこそが継続の秘訣である。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

地域の居場所でありたいので、専門職だけの話で終わらないように、来場者を交えた話し合いを大切に運営している。また、来場者一人ひとりに対し、認知症カフェに来る目的を理解することも必要だと感じている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

地域密着型小規模多機能居宅介護や認知症対応型グループホームという認知症支援の専門事業所として、事業所利用者に留まらず地域住民の方にも認知症の理解と対応について知っていただくこと、地域に必要とされる事業所になることを目標としている。そのためにも認知症カフェが来場者及び地域にとってのきっかけづくりになればと考えている。

事例 17 オレンジカフェ(大阪府和泉市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2014 年
- ②運営団体 医療法人 貴生会 和泉中央病院
- ③開催場所 医療法人 貴生会 宿泊型自立訓練生活訓練施設「ギャザリング」
- ④開催日時 毎月第 1 火曜日 14:00～15:00
- ⑤参加費用 無料
- ⑥来場者数 毎回 5～12 人（地域の方 1～6 人、認知症の方 0～4 人、介護者 2～5 人、専門職 1～2 人）
- ⑦運営者数 毎回 2～3 人程度（地域住民 1 人、多職種・多法人専門職 1～2 人）
- ⑧プログラム
 - 講義（認知症や健康に関する講義やボランティア（認知症サポーター）主催の催し）30 分
 - カフェタイム（講義に対する質問や解答、各個人の悩み事や相談事を話し合う）30 分

1.1 地域の概要（人口高齢化率、地域特性等）

和泉市人口 186,020 人 高齢化率 24.2%

和泉市は、昭和 50 年台から大阪のベッドタウンとして発展してきたことから、人口増加率が最も高かった時期もあったが、最近では減少傾向にある。20 年ほど前にできた新駅の近隣は高層マンションが立ち並ぶが、認知症カフェがある箕形町は旧家と小規模開発により建てられた住宅と民間の低層の集合住宅や町工場が混在しているのが特徴である。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

はじめは認知症勉強会として病院内の会議室で行っていたが、2015 年 4 月より和泉市認知症カフェに加わり、場所も病院隣接の生活訓練施設の食堂に移動した。誰もが入りやすく、家庭的な雰囲気のある場所となっていて、20 名程度座ることができる空間となっている。当病院は精神科のため行くことに抵抗がある地域の方（特に高齢者）も多いとされるが、認知症カフェによって病院の存在を地域住民が受け入れ、出入りしやすくなったのではないかと考えている。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

駅から病院への送迎バスがあり利用している方もいるが、自家用車や徒歩で来場している方が比較的多い傾向にある。また、南海バスのバス停もあり、徒歩5分程度で来場できる交通の便が魅力となっている。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

当院の外来には物忘れ外来があり、診察の中で家族が認知症についてどのように対応していけばいいのかと相談されることも多く、本人や家族の悩み事を聞くことやアドバイスする機会がもっとあればと思っていた。そのことをきっかけに、当院から家族教室の提案があり認知症教室を始め、和やかな雰囲気の中でお茶を飲みながら認知症の相談をしてはどうかと院長から提案され認知症カフェを実施した。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

現在は、1年間のスケジュールは、前年度の1、2月頃に参加者にとってアンケートを用いて計画したり、講師に聞きながら、また最近の健康に関するものも取り入れながら決めたりしている。病院に勤務する多職種のスタッフに分担して講師を依頼し、ボランティアの方には年2回催しをしてくれるよう依頼している。基本的に講義と対話を中心に実施している。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

当初、茶菓子は市販の物を購入していたが、現在は院内の就労支援事業所が喫茶で販売している菓子やケーキを購入し、そのほかにコップ、マドラー、コーヒー、紅茶、砂糖、フレッシュ等を購入している。広報は院内外来にだけ掲示していたが、和泉市の認知症カフェに加わってからは、市役所や地域包括支援センター、介護サービス事業所等にもリーフレットを置いて広報していた。

2.4 開設資金の捻出方法

認知症カフェの設立に伴い、病院からの推薦もあり資金を出してもらった。場所は病院付帯事業所である自立生活訓練施設の食堂で、設備も湯沸かしポット等の備品も借りながら運営している。

2.5 運営費について

病院から認知症カフェ用に経費を出してもらっていて、お菓子代が1人100円、お茶代が20円から30円程度になっている。会場費や講師謝金はかからないためお茶代だけの負担である。

2.6 地域課題の克服の方法

24時間体制の物忘れ相談や物忘れ外来、居宅支援事業所等が協力・連携して地域の認知症当事者とその家族、認知症に関わる人を支えているが、精神科病院と地域住民の垣根は低くはないということが一番の課題といえる。この対策として、精神科病院が地域の方々にもっと気軽に立ち寄れる場所となるように、新たな認知症カフェの周知活動に取り組みたいと考える。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

専門職の方は案内や司会、認知症当事者とその家族や地域の方の対応を中心に行っていて、ボランティアの方は飲み物の注文を聞き、お菓子と一緒に配るなど対応を行っている。また、ボランティアの方は和泉市認知症カフェ運営ボランティア研修を受講された方で、多くの認知症当事者とその家族に対しても接し、相談事にも対応している。とてもボランティアの層が厚いのが特徴である。

3.2 人を集めるための広報の方法

和泉市高齢介護室が作成している10か所の認知症カフェのリーフレットがあり、市役所や地域包括支援センター、介護施設等に置いている。また、同一法人の居宅支援事業所のケアマネジャーが実施している認知症勉強会で1年間のスケジュールを配布し、月別の用紙は院内の外来や病棟、重度認知症デイケアで配布している。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

当院の重度認知症デイケアや外来診察で案内をしている。また地域包括支援センターや居宅支援事業所での案内を行ったり、ボランティアの方は当院の認知症カフェだけでなく、別の認知症カフェにも訪れ、当院の認知症カフェの案内を行ったりしている。この結果、話を聞いた認知症当事者とその家族と一緒に訪れるなど案内が徐々に広がっているなど感じている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

1年間のプログラムを前年度の2月頃に決め、家族の方やボランティアの方にプログラムの希望を聞きながら話題性のあるもの（アロマセラピー等、また体を動かすものなど）を最終的には他職種と話し合いながら進めている。ボランティアの方も年2回無理のない取り組みを行ってもらっている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

来場する方には申し込みするという体制を採っているが、当日の来場も可能で誰でも参加できる場所となっている。認知症当事者とその家族でも地域の方でも、認知症だけでなく自宅で高齢者の介護に困っていることや疑問に感じていることがあれば専門職が対応している。お茶を飲みながら気軽に相談できる場所となっていることをアピールしている。

3.6 運営上の工夫

講義は専門職が行うが、できるだけ家族同士や認知症当事者同士、ボランティアの方との話しを運営スタッフは聞く側・質問に答える側として見守るような形で実施している。時折収拾がつかないことにもなるが、話を整理し助言するなど円滑なコミュニケーションになるよう努めている。講義は1年間を多職種で振り分けるようにして運営側も負担が少ないように行っている。

3.7 運営費で困ること

病院から認知症カフェ代として経費が組み込まれているため、運営費に困ることは比較的不い状況である。これは参加人数によるが、1回あたり1,000円から2,000円程度でお菓子は1個100円で、当院の就労支援事業所から購入しているので、実際かかっているのはお茶代のみとなっている。

3.8 継続の秘訣

いつも認知症当事者とその家族、ボランティアの方から「楽しかった」「勉強になった」等のお言葉をいただき、それが講師である専門職のやりがいにもなっていると推測される。また和泉市認知症カフェ事業に参加しており、市の高齢介護室や他のカフェと一緒に同じ目的で開催していることで地域の情報共有と連携の意識を高めあえることが継続の秘訣だと考える。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

気軽に来ていただけること、少しでも元気になって帰っていただくことを目的としている。講義をしたり、体を動かしたりする体操の時や、ボランティアの方の催し物や参加者全員でする脳トレの時もあれば、何もすることなくお茶を飲みながら参加者で雑談という時もある。専門職もいるため、気軽に相談できる場所を提供していきたいと考える。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

私達の認知症カフェは、他カフェに比べ規模は小さく病院に通院されている認知症当事者とその家族が多い傾向にある。またボランティアの方も熱心で専門職の講話を

活かし、他の認知症カフェで教わった事も実施していると言っていた。これらはボランティアの方の学習の場にもなっているようで、そのことが地域の方に広がり、認知症当事者とその家族・高齢者に優しいつながりのある地域になる環境をつくりたいと考える。

事例 18 ものわすれが気になるみんなの Haunt(たまり場)(石川県金沢市)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2017 年
- ②運営団体 若年性認知症の人と家族と寄り添いつむぐ会
- ③開催場所 主に金沢 21 世紀美術館内 Fusion21、松涛庵、香林寺など
- ④開催日時 毎月 1 回（奇数月第 2 土曜日 10 時～11 時、偶数月第 1 火曜日 19 時～20 時）
- ⑤参加費用 500 円程度（ドリンク代）
- ⑥来場者数 毎回 20～35 人（地域の方 2～10 人、認知症の方 3～9 人、介護者 3～10 人、専門職 3～15 人）
- ⑦運営者数 毎回 4～6 人程度（地域住民 1～2 人、介護者 1～3 人、多職種・多法人専門職 3～8 人）
- ⑧プログラム 会場によって異なる
 パターン①認知症の本人と家族が分かれ話し合いを行う
 パターン②話し合い、歌を歌う、演奏をする
 パターン③調理や外出等を行う

1.1 地域の概要（人口高齢化率、地域特性等）

金沢市の人口 452,844 人 人口高齢者率 26.0%（2018 年 4 月 1 日）

金沢市の人口から若年性認知症の人の数を推計すると、200 人程度である。その中でもものわすれが気になるみんなの Haunt はそんな人たちの定例的な場所となっている。会場である「Fusion21」がある金沢 21 世紀美術館は、金沢市民にとってシンボリックな場所で市の中心部にある白くて丸い建物で、建設コンセプトである「まさに開かれた公園のような美術館」のとおり、誰もが楽しめる空間が特徴である。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

誰でも、そして自分も、「行きたい」、「行きやすい」、「知っている！」場所、そして「話したくなる」空間を考えた結果、ガラス張りで屋外の景色や光も楽しめる開放的な食空間「Fusion21」（金沢 21 世紀美術館内）が最適だと考え、定例的な開催場所に出来たのは「Fusion21」を運営されている有限会社メープルハウスの皆様のご理解とご厚意があつてこそだと感じている。また同館の茶室「松涛庵」や金沢市野町にある「香林寺」は、若年性認知症の人がやりたいといったことを、雨の多い金沢でも天候を心配せずに行える場所として選んだ。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

参加者は自家用車やバス、徒歩で来場する方がほとんどである。いずれの場所も金沢市の中心地であるため、自家用車でも駐車場があり、バスは市内、金沢市近郊からのアクセスも良く、バスで来場される方も多い傾向にある。そして近隣にお勤めやお住いの方は、徒歩で来場している。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

私たちのカフェの運営母体は「若年性認知症の人と家族と寄り添いつむぐ会（以下つむぐ会）」という有志の会である（設立当時は医療福祉の専門職の集まり）。2016年度より若年性認知症のご本人やその家族と集い、お茶会やイベントを行ったことでこの活動が認められ、2017年度に金沢市が「金沢市若年性認知症カフェ事業」を当会に委託。「ものわすれが気になるみんなのHaunt」が始まった。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

「つむぐ会」では、2015年に「若年性認知症の人の生活実態」について、金沢市とその近郊の医療・介護保険関連機関へ調査するとともに、本人・家族にご協力いただきインタビューを行った。その結果、「若年性認知症」と診断を受けていても医療機関から相談機関の存在も知らされていなかったこと、また医療機関だけではなく相談機関につながった場合も、本人の声よりも家族の声が中心に聞かれていたことがわかった。この結果から本人の思いを聞き、本人がまだまだできることを実現していくことを、つむぐ会の理念に置き、認知症カフェの運営方法やプログラムは、この理念に基づいて決めている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

広報のツールとしては、チラシ、フェイスブック、ホームページ、金沢市の在宅医療ネットワークのメールを中心に行った。開始時に特に意識したのは、明るく手を取りたくなるようなチラシのデザインと、本人につながるように地域包括支援センターや医療機関、保健所などの関係者と情報共有を進め、インターネットでは「金沢市若年性認知症」と検索したら上位を獲得できるように考えた。認知症の人と家族の会が互いに協力し合えるように依頼した取り組みを行っている。

2.4 開設資金の捻出方法

金沢市の委託事業で直接経費は金沢市が捻出しているため、開設資金はかかっていない。

2.5 運営費について

金沢 21 世紀美術館内「Fusion21」は食空間であるため、参加者個人が自由にオーダーし、支払いも各自で行い、会場費がかかる松涛庵（茶室）は、一人 500 円を集め、会場費やお抹茶、和菓子代にあてている。また芋煮会などのイベントは、おおよその参加人数を事前に把握（可能な範囲）して、一人 500 円程度で済むように材料を購入している。

2.6 地域課題の克服の方法

若年性認知症は理解がまだされていないため、行政の協力が得られることは大切だと感じている。その思いから積極的に金沢市の担当課や金沢 21 世紀美術館の職員活動に参加するなど視野を広げた。そこで、直接若年性認知症当事者と家族介護者とも交流し、情報共有を進めたことで行政側の協力が得られることになった。また折に触れ、金沢市長にも参加いただき、行政の長としてのアドバイスを頂く機会も設けられている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

認知症当事者とその家族のテーブルを緩く分けており、運営スタッフはそれぞれのテーブルに入って、互いが知り合えるようにファシリテーター的な役割を行っている。話したいことに気づき、話をつなげる配慮も同時に行っている。また全体の雰囲気にも配慮し、独りぼっちになっている人がいないか等、気を配る役割のスタッフも重要である。スタッフの一人にシンガーソングライター（nonchamp、若年性認知症の家族）がいて、折に触れ、ギターを弾きながらリクエストに沿ってみんなで歌うことにより、場がより和み、互いがより心を開いて話しやすい環境を展開している。

3.2 人を集めるための広報の方法

広報のツールとしては、チラシ、フェイスブック、ホームページ、金沢市の在宅医療ネットワークのメールで周知活動を行っている。運営していく中で、地元紙、全国紙に情報発信をし、的確に取り上げて頂いたことで、認知症カフェの存在を知り、来場する方が増えてきている。また運営スタッフのモチベーション向上にも寄与したと感じている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

初めて「訪れてみたい」と思うまでには、窓口が必要であることがわかった。以前に広報で情報を得ても、来場する方々は不安の問い合わせや、相談の電話が多くあることや「カフェの存在を数か月前に知りました。今日は勇気をだして電話をしました」という方もいたため、個別にお会いして話すことの重要性に気づくことができ

た。それから、来場された方々の希望者には、認知症カフェ関連の連絡事項をグループメッセージやLINEなどのSNSを活用し周知している。個別での連絡や相談は、SNSや電話で行うようにしている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

プログラムは本人のやりたいことをベースに、事前にみんなが主役になるように計画して決めている。その結果、「バスでおでかふえ」や、「nonchamp と唄おう」「お茶室でかふえ」「芋煮会」などをプログラムの中に入れて、それぞれがおもしろおもしろに楽器を持ってきたり、場にあったおしゃれ（浴衣を着るなど）を楽しんだり、事前準備（買い出しなど）をして下ったりなど、自由に楽しんでいる姿が見受けられた。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

金沢市内の中学生を対象に「若年性認知症」について授業を行うとともに、地域のライオンズクラブや認知症カフェ（地域包括支援センター主催）、学童の父兄などに「つむぐ会」の活動内容を知ってもらうことを目的に講演を行うなど工夫をしている。市会議員や県会議員にも「つむぐ会」や「若年性認知症カフェ」について知っていただけるよう努力したことで、議案に上げてもらったこともある。

3.6 運営上の工夫

「運営者」と「参加者」という壁を作らず、同じ立場で関わるという意識を持って運営をしている。回を重ねる中で、認知症当事者と家族介護者もや地域の人、互いに共同の場であり、仲間なんだという気持ちから信頼関係が構築されていると推測される。この結果から自主的に来場し、それぞれがしたいことを中心に運営に携わるなど新たな生きがいにもなっているといえる。

3.7 運営費で困ること

行政の委託費が主な財源で使途が決まっているため、認知症カフェ以外の活動（金沢21世紀美術館とのコラボイベント（市民協働ワークショップ）の材料費）の費用負担が個人にかかり、その検討が必要となっている現状である。より広く周知をする手段として、ホームページを整備したいと考えているが資金がなく、調整中となっている。

3.8 継続の秘訣

「集める」ではなく、「集いたい」と思うつながりを互いに築いている。この「集いたい」という気持ちは認知症当事者とその家族介護者に限らず、地域の人や運営者側も同じである。そして回を重ねる中で、「仲間に会いたい」という場になり、その

ために運営の準備から認知症当事者と家族介護者も役割を担ってくれている。この結果から、運営者側が継続できる秘訣には、自分たちの認知症カフェで仲間のつながりを知ろうとし、互いが認め、応援してくれる人が増えていることや「仲間がいる」、「仲間と共につくっていている」という実感があることで継続できていると考える。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

立ち上げの時（事業受託時）から「参加者の数ではなく、一人でもいいから若年性認知症の本人が話せるカフェでありたい」という理念を持ち続けている。そしてお話しされるのが苦手な方もいるため、どのような方法だと伝えたいことが話しやすいか模索し続けているところである。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

運営者のネットワークが広がることは、若年性認知症の理解に繋がり、そして若年性認知症の人のための認知症カフェが広がっていくことを実感することができる。

「本人がやりたいことをやる」これを本人・家族、仲間と共に考え、実現していく場であることが意義であり特徴だと考える。また運営者側は、医療・福祉の専門職に限らず、法、労、行政の専門職もいるが、「支援者」ではなく「一人のひと」として皆が参加して互いの関係性を構築していることにより、0歳～高校生と、こども世代も集っている。

事例 19 おれんじカフェ(宮崎県日之影町)

1. 認知症カフェと地域の概要

- ①開始年 2014年
- ②運営団体 日之影町地域包括支援センター(直営)
- ③開催場所 空き民家の集いの場「まさのや」
- ④開催日時 毎月第4水曜日 9:30~12:00
- ⑤参加費用 250円
- ⑥来場者数 毎回10人(地域の方0人、認知症の方6人、介護者4人、専門職0人)
- ⑦運営者数 毎回4人程度(地域住民0人、多職種・多法人専門職4人)
- ⑧プログラム カフェタイム・日之影弁ラジオ体操等・
ミニ講話(認知症に関する内容や健康に関する講話)
季節に合わせた活動：ウォーキング、神社参り、ドライブ
創作活動(例：お雛さま飾り、お好み焼き、たこ焼き
ソーメン流し、クリスマスケーキ作り等) 110分
カフェタイム・交流会 40分

1.1 地域の概要(人口高齢化率、地域特性等)

日之影町人口4,089人 高齢化率43.8%(平成30年4月現在)

高齢化率は宮崎県内で2番目に高く、独居高齢者や高齢者世帯の割合が高い現状にある。「橋と溪谷のまち日之影」と言われているだけに、ほとんどが急峻な地形で中心部から車で1時間ほど要する地区もあり、膝や腰を痛めている高齢者が多いことも特徴的である。日之影町はNPO森林セラピーソサエティの森林セラピー基地に指定されていて、町内にはセラピーロードが数ヶ所あるほど高齢者に優しい地域となっている。

1.2 認知症カフェ開催の場所の経緯と理由

当初は、町の建物である「保健センター」や「福祉館」での開催を考えていた。しかし、事業を開始して5年目を迎えた平成30年5月から、住民のより身近な場所である空き民家を利用した集いの場「まさのや」が水曜日の午前中のみ利用されていなかったため関係者で話し合い場所を変更する案がでていた。すぐ隣には農業協同組合やAコープがあり、必要に応じて買い物などもできること、室内は段差解消、トイレ改修がされていて、こたつやソファといった高齢者や身体の不自由な人でも使いやすいようなものが設備されている。

1.3 認知症カフェ開催場所までのアクセスや来場方法

駐車場が近くにあるため家族の車で来場する方もいる他、徒歩やコミュニティバスを利用して来場する方もいる。

2. 開設準備

2.1 準備①（発想や始まりの契機、地域への理解や協力の方法）

きっかけは、58歳男性（若年性認知症）の家族介護者からの相談である。車の置き場所が分からない、出かけても用事を忘れたなどの言動から相談をしに来た。専門医の受診同行などの支援をしていたが、出かける場所もなく、自宅周辺を徘徊しては帰宅後寝て過ごすことが増え交流がなくなったといていた。この様子を同級生夫婦も心配し「出かける場所」があると良いのではないかと関係者に提案したことがきっかけになったことから、同級生夫妻の協力もあり誘うことができた。認知症当事者は入り口でいきなり逃げ出すなど慣れるまで数ヶ月かかったが、現在は家族介護者も一緒に来場してくれるおかげで本人も安心して通っている。

2.2 準備②（運営方法やプログラムを決めた経過）

運営方法やプログラムについては、関係者で定期的に課題・反省点等を話し合い、来場者の意見も参考にして次回の計画を立てている。この際にPDCAサイクルを意識し、関係者間の共通理解も得られるように進め、会議の内容を記録している。高齢者同士の交流などを目的としたサロンとは違うことを意識して、認知症当事者と家族介護者が抱える課題に十分配慮して計画を行っている。

2.3 開始期（準備、広報の方法）

カフェ開催前に必要な品物を書き出し、予算の範囲内でコーヒーやお茶、屋外活動のために使うテーブル、シートなどを購入した。広報は行わず、介護者からの相談や周囲から得た情報で「周囲に知られたくない」「大勢の中には行きたがらない」等の事情がある方たちが対象となっているため、案内は開催1週間前に毎月案内文（日時、内容、季節に関する事等）を作成して、自宅訪問で日常の様子を伺い、また家族介護者の思いを傾聴して参加意向を確認する方法を採っている。

2.4 開設資金の捻出方法

日之影町若年性認知症等対策事業実施要項を作成し、事業費は地域支援事業の包括的支援事業（認知症総合支援事業）に計上した。

2.5 運営費について

上記と同じ。場所は、日之影町が社会福祉協議会に委託しているため会場の使用料は無料で、ドライブは町の車を予利用しているため、参加者の負担金は一人 250 円。

2.6 地域課題の克服の方法

高齢化率が県で 2 番目に高く、少子高齢化は全国の数十年先の人口動態になっている。長年、ボランティアをしている人の中には 80 代の方も多く、人材不足になりつつあることから、顔の見える関係を活かして介護経験のある方や来場者と顔馴染みの関係にあり十分配慮できる方、ボランティアで特技を生かして来場者に喜んでもらえる方に協力してもらっている。

3. 認知症カフェ運営

3.1 スタッフの役割分担

認知症地域支援推進員が中心となり企画や調整、案内をしており、その他スタッフ（看護師、保健師、社会福祉士等）も準備や当日のサポートを行っている。

3.2 人を集めるための広報の方法

特に広報活動は行わず、認知症地域支援推進員が活動の中で介護申請まで必要ないが「家族介護者が悩んでいる」「大勢の中に行きたがらない」などの理由がある方を対象に地域包括支援センターの職員が声かけしている。

3.3 認知症の人やご家族への案内方法

地域包括支援センターの相談窓口だけでなく、医療機関や担当地区の民生委員、町内の事業所の情報により、認知症カフェが必要な方については個人的な案内をしている。

3.4 ミニ講話、プログラムの決め方

前月の来場者の要望に沿ってミニ講話及びプログラムを決めている。要望がなければ保健師中心に講話、認知症地域支援推進員中心に創作活動（折り紙、ぬり絵、カレンダー作り等）を実施し、そこで認知症予防や活動意欲が高めることができるように来場者の方にお伝えしている。

3.5 地域の方に認知症カフェについて理解してもらうための工夫

特別な周知はしていないが、元々地域の居場所で馴染みの場所であることから立ち寄った人に対して自然体で接するよう工夫している。

3.6 運営上の工夫

来場者の中に 60 代の認知症当事者がいるため、無理のない範囲で活動の手伝いを依頼して役割を担うなど新たな生きがいになるよう努めている。

3.7 運営費で困ること

現在は特にないが、お弁当等は自己負担としている。

3.8 継続の秘訣

来場者の希望（カラオケ、ウォーキング、ドライブ等）を取り入れ、なるべく季節に合う行事を行うよう努めている。そのほか、認知症当事者・家族介護者が楽しめるように認知症当事者には運営スタッフが付き、家族介護者と離れて過ごせるように配慮している。これらが来場者にとって、また運営者にとっての継続の秘訣だと考える。

3.9 認知症カフェとして大切にしていること

まず、認知症当事者・家族介護者が一人で悩まず住み慣れた地域で安心して暮らせるために「ここに来て良かった」と思えるように工夫している。加えて、介護認定を受けている人もいるため、事業所との連携も大事にしながら情報共有を行っている。

3.10 あなたの認知症カフェの意義や特徴

認知症の進行状況によって、サービスを勧め地域で安心して暮らせるような支援を行うことが認知症カフェの意義や特徴だと考える。

平成 30 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）

**認知症カフェを活用した高齢者の社会参加促進に
関する調査研究事業
報告書**

2019 年 3 月発刊

発行所 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

住 所 〒989-3201 仙台市青葉区国見ヶ丘 6 丁目 149-1

TEL022-303-7550 FAX022-303-7570 <http://www.dcnnet.gr.jp/>

責任者 センター長 加藤伸司