平成 30 年 3 月
埼玉県福祉部地域包括ケア課

認知症カフェ実施についての工夫

～北本市におけるモデル事業から～

◎　認知症カフェ実施についての工夫
　平成２８～２９年度に、北本市において実施した認知症モデル事業から得られたカフェ実施についての工夫をまとめましたので、今後のカフェ運営や新規開設の参考にしてください。

１　場所を確保する

　人が気軽に集まれる場所を会場とするため、わかりやすくアクセスしやすい（駐車場がある等）場所での開催が望ましいです。
例：公民館で開催することとし、公民館を優先活用するために、公民館を管理するコミュニティ協議会との共催により実施。

２　ボランティアの協力を得る

　包括の職員のみでカフェを運営することが困難なため、認知症サポーターなどのボランティアスタッフに協力していただくことが望ましいです。また、運営スタッフのみならず、カフェで実施するアクティビティなどのボランティアの協力を得ることも、カフェの活性化につながります。
例：歌、ハンドマッサージ、折紙等のボランティアに参加していただく。

３　過ごしやすい雰囲気をつくる

　安心してゆっくり過ごせるカフェの雰囲気を作るため、テーブルクロスやカフェの小物や看板を用意する等、一工夫を加えた環境づくりを行うことが大切です。

用意する道具の例
電気ポット、コーヒーメーカー、やかん、急須
コップ、湯呑み、スプーン、菓子皿、お盆、ふきん、エプロン
椅子、テーブル、テーブルクロス、部屋かざり
ラジカセ、書籍、体操グッズ、看板　等

４　参加しやすくする

　誰もが気軽に来て、気軽に話せ、気軽に帰れるように、厳しい参加要件を設けたり、事前の出欠を取ることなどは、しないほうが望ましいです。
　また、普段から人々がなじみのある場所などで開催することで、心理的に参加しやすくなります。

５　多くの人に知ってもらう

　カフェの立上げ当初は、広報誌やホームページ掲載、チラシの配布など地道な周知活動が大切です。
　カフェが継続して開催されるようになってからは、参加者の口コミによって評判が伝わっていくので、楽しい場所、心地よい場所を作ることがカフェの周知につながっていきます。

６　継続する

　人件費や茶菓経費など、カフェを開催するにも費用がかかります。無理のない人員体制と費用で開始し、継続して行っていくことが大切です。
　参加料をいただく場合も、参加者の負担にならないような額にすることが大切です。

７　他のカフェを見学する

　「カフェをどうやって開催したらよいかわからない」「カフェに人があまり集まらない」など、カフェを実施するに当たって疑問や課題が出てくると思います。そんな時は、ぜひ他のカフェを見学してみてはいかがでしょうか？色々なヒントが得られるはずです。

参考

◎　**認知症カフェとは？**

認知症カフェは、認知症の人やその家族、医療や介護の専門職、地域の人など、誰もが気軽に参加できる「つどいの場」であり、認知症の人やその家族が相談でき、安心して過ごせる「地域の居場所」です。認知症カフェは、次のような要素や特徴を持っています。

《要素》

1：認知症の人が、病気であることを意識せずに過ごせる
2：認知症の人にとって、自分の役割がある
3：認知症の人と家族が社会とつながることができる
4：認知症の人と家族にとって、自分の弱みを知ってもらえていて、かつそれを受入れてもらえる
5：認知症の人と家族が一緒に参加でき、それ以外の人が参加・交流できる
6：どんな人も自分のペースに合わせて参加できる
7：「人」がつながることを可能にするしくみがある

《特徴》

1：認知症の人とその家族が安心して過ごせる場
2：認知症の人とその家族がいつでも気軽に相談できる場
3：認知症の人とその家族が自分たちの思いを吐き出せる場
4：本人と家族の暮らしのリズム、関係性を崩さずに利用できる場
5：認知症の人とその家族の思いや希望が社会に発信される場
6：一般住民が認知症の人やその家族と出会う場
7：一般の地域住民が認知症のことや認知症ケアについて知る場
8：専門職が本人や家族と平面で出会い、本人家族の別の側面を発見する場
9：運営スタッフにとって、必要とされていることや、やりがいを感じる場
10：地域住民にとって「自分が認知症になった時」に安心して利用できる場を知り、相互の輪を形成できる場

出典：認知症カフェのあり方と運営に関する調査研究事業報告書（公益社団法人　認知症の人と家族の会）