

特集 カフェで実践する新オレンジプラン① 認知症の人やその家族の視点の重視

みなさんのカフェでは、当事者の話に耳を傾けていますか？

新オレンジプランでは、これまでの認知症施策は、とすれば、認知症の人を支える側の視点に偏りがちであったとの観点から、認知症の人の視点を重視した取組みを進めていくことがプランの7つの柱を貫く共通の理念とされています。

支援者が良かれと思って用意したカフェのプログラムも、当事者から見れば単なる押し付けになっているかも。当事者が求めるものをいかに引き出すことができるか、みなさんのカフェでは、どんな工夫をされていますか？

(本人・家族の視点の重視のために認知症カフェでできること)

●まずは本人の声を聞いてみよう！

→本人が何を求めているのか耳を傾け、参加者で話し合ってみる

●本人にカフェのプログラムを企画してもらおう！

→卓球したい、芋煮会したいなど、本人の希望を実現してみる

●カフェの運営で手伝ってもらえることがないか探そう！

→会場準備、コーヒーのサーブなどできる範囲でもらう

●行政担当者からカフェに参加してもらおう！

→認知症地域支援推進員などを招き、ニーズを知ってもらう



新オレンジプランの7つの柱

実践例：若年性認知症当事者の体験と想いを聞く(さくらんぼカフェ出張交流会in長井市)

榎本清秋さん(59歳、写真前列右から2番目)は、2年前にアルツハイマー型認知症と診断された山形市在住の当事者です。現在は、夫婦で講演を依頼されたり、カフェに招かれたり、当事者の声を伝えるための活動もされています。

今年10月に長井市で開催された『さくらんぼカフェ出張交流会』では、榎本さん夫妻を招待し、当事者としての体験談や想いを語っていただき、カフェ参加者との意見交換も行われました。

榎本さんからは、診断が出た時の戸惑い、退職した後の暮らし、支援制度の利用のために奔走したこと、幸運にもいろいろな情報を主治医からアドバイスされたこと、そして夫婦で悩み、学んでからは、近所にもオープンにして、以前と変わらず近所付き合いができていくこと、さくらんぼカフェの集いに参加し、仲間もできていることなど話をされました。専門職、地域の方などのカフェ参加者は、それぞれの立場で榎本さんの話を興味深く聞いていました。(目黒)



さくらんぼカフェより

さくらんぼカフェから旬の話題をお届けします！

「平日は忙しくてなかなか行けない」というみなさんへ 土曜日にさくらんぼカフェをオープンします！

「さくらんぼカフェに行ってみたいけど平日は仕事で行けない」、「ゆっくり相談したい」という方に利用していただくため、今年初めての試みとして、1月21日、2月18日の土曜日に、さくらんぼカフェをオープンします。当日は、いつもと同じように、介護の専門職や介護の経験のある相談員が、温かいお茶やコーヒーを準備してお待ちしています。

さくらんぼカフェに、あつたまりに来ませんか？

■問合せ：さくらんぼカフェ ☎023-687-0387(平日 昼 12時～午後4時)



おしゃべりカフェ「集い」—村山市—

認知症の人の介護家族等から「一緒に立ち寄りお茶を飲みながらほっとひと息できる場所があれば」と長年言われていました。そこで、山形県の平成27年度認知症サポーター活動活性化事業に応募し、駅から歩ける距離で、バス停脇の元家具屋さんの1階を借り、認知症の人とその家族、子どもから障がい者、失業者、地域住民等誰もが気軽に立ち寄れるカフェを開きました。

介護や暮らし、健康面等でも交流できる場所として、認知症サポーター養成講座、医師のセラピー犬と触れ合っの認知症予防講座、理学療法士による介護者が陥りやすい肩こりや腰痛予防講座、看護師による思い出の歌で高齢者いきいき体操講座を開催したり、エコなものづくり、歌や音楽、軽体操、遊びで脳トレ等で

交流しています。

また、近隣の農家の野菜や果物で産直コーナー、利用者さんのものづくりで毛糸の帽子や布の巾着等の展示販売コーナーもあり、誰もが集いやすい工夫を心がけています。「ものづくりおもしろいや」「体操自分さ合ってる」「歌うのいいね」「久しぶりに会えて良かった」「介護の話でぎでえがった」「認知症のこと勉強になりました」「マージャンおもしろいや」等の声が寄せられています。

会場費等の運営費を、市から支援してもらえるかどうかが今後の課題です。これからも、認知症の人や高齢者、障がい者等の方々が生み慣れた地域で、暮らし続けることができる街づくりに取り組んでいきます。

■ 問合せ：在宅介護を支える家族の会

☎090-2844-1150



■ 基本データ

運営母体	在宅介護を支える家族の会(通称 介護家族の会)
場所	支えあい館(村山市楯岡十日町7-15 旧宮本家具店)
開設時間	毎月第一日曜日、12時~15時(午前中に講座がある場合は、10時30分~)
対象者	認知症の人と家族、子どもから障がい者、失業者、地域住民の方等どなたでも
利用料金	茶菓子代300円 ※小中高生、障がいがある方は半額
飲食メニュー	緑茶、コーヒー、紅茶、ココア、近郊の菓子店の和菓子や障がい者施設の菓子工房のケーキ等
内容	午前中に認知症予防講座等、午後から「遊びで脳トレ」としてマージャンや囲碁・かるた等、その他、ピアノやカラオケ等実施
スタッフ	介護家族の会会員、認知症サポーター、地域住民の方
連携機関	近郊の開業医(医師、歯科医師)、歯科衛生士会、作業療法士会、理学療法士会、村山市社会福祉協議会、介護施設等
宣伝・広報	周辺の町内会の協力でチラシの回覧や全戸配布、市役所、市社協、市民センター等に毎月発行の会報とチラシを設置

小さな気がかりを増やしながら安心も！

山形市北部 認知症初期集中支援チーム

おれんじサポートチーム えがお（精神保健福祉士・社会福祉士・看護師）

竹田 征子（たけだまさこ）さん ー山形市ー



受話器を取る際の挨拶「おれんじサポートチームえがおの竹田です」という言葉がようやく板についてきたような気がするこの頃。認知症の人やその家族、地域の方からの相談を受ける機会も増えてきました。そんな最中に思う事が一つあります。私達の仕事は、認知症の方あるいは認知症かもしれない方やその家族に対する支援をするのはもちろんですが、「気がかりを安心に変える」という役割も担っているのではないかとこの事です。

例えば、認知症の方の家族であれば「（認知症の方が）今、家で大丈夫かしら」という気がかりが常にあると思いますし、認知症かもしれない人に接した地域の方であれば、「あの人、前と少し違うけど大丈夫かな？」「家の人は大丈夫？」等の気がかりがあるのではないのでしょうか？その気がかりを、私達が専門職として受け止め、対応する事で、認知症の人とその家族、広い意味では地域社会の安心づくりにも貢献できるような気がするのです。

このように述べると、気がかりを解消する事が大切だと思ってしまうかもしれませんが、それ以上に「気がかりがある」という状態が存在している事が、最も大切なのだと思います。なぜなら、このような気がかりは、人と人の関係で生じているもので、それだけ相手の存在を認めている＝思いやりがある状態だと思うからです。だれかが誰かを思いやり、またその誰かもまた他の誰かを思いやっている、そんな素敵な地域社会形成の一翼を担えたら・・・と思っています。

（編集部より）今回は、山形市北部認知症初期集中支援チーム・おれんじサポートチームえがおの竹田さんです。認知症初期集中支援チームは、認知症の人やその家族に早期に関わり自立生活をサポートするチームです。認知症地域支援推進員と共に、認知症の方を地域で支える重要な役割を担っています。竹田さんは、このようなチームのまとめ役として、日々活動されています。次回は、竹田さんからのご紹介で遊佐町認知症地域支援推進員の榎原多恵さんです。

めざせ！カフェマスター

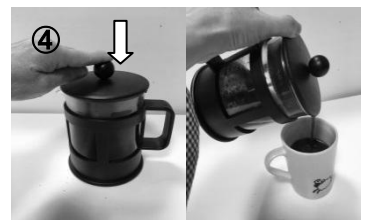
認知症カフェを極めたいあなたに、マメ知識を紹介します。

おいしいコーヒーのいれ方②（コーヒープレス編）

11月2日の認知症カフェ体験会においてスターバックスコーヒーのスタッフの方から、コーヒープレスを使ったコーヒーのいれ方を教えていただきました。コーヒープレスで入れたコーヒーの魅力は二つあるそうです。一つ目はコーヒーが持つ様々な個性が存分に楽しめることです。金属性のフィルターを使用しているため、ペーパードリップではフィルターに吸われてしまうコーヒーオイルがしっかりと抽出されるのが特長で、コーヒーオイルの中には香り成分がたっぷりと含まれ、香り豊かなコーヒーが楽しめるということです。二つ目の魅力は抽出の手順がシンプルなことだそうです。難しいテクニックは必要なく手軽にお店と同じ味が楽しめるということなので、その方法を紹介いたします。

- ① コーヒープレスに粗めに挽いた豆を入れます。大さじ2杯（10g）に水180mlが目安です。
- ② 沸騰してからしばらく置いた90～96℃の湯を注ぎます。
- ③ スプーンなどで優しくかき混ぜ、プランジャー（蓋部分）を上げた状態で4分間蒸らします。
- ④ 4分たったならプランジャーをゆっくり下げ、カップに注ぎます。

これが
コーヒープレス！



新規オープンカフェ

カフェとこしえ(西川町)

- 日時: 12月26日(月)10:00~12:00
- 場所: ケアセンターとこしえ西川(西川町大字海味1288番地22)
- 参加費: 無料
- 問合せ: ケアセンターとこしえ西川 ☎0237-85-1518

茶屋よつとごえ(飯豊町)

- 日時: 12月19日(月)14:00~15:30
- 場所: ケアハウスめざみの里(飯豊町大字萩尾3608-1)
- 対象者: 町民の方、どなたでも ※要申込み
- 参加費: 無料※参加希望の方は下記までお申込みください
- 問合せ: 飯豊町地域包括支援センター ☎0238-86-2233

カフェ情報

脳いきいきカフェ(山形市)

若年性認知症の方にも対応した活動を用意しております。

- 日時: 1月21日(土)11:30~13:00
- 場所: 吉原集会所(山形市吉原2-11-15)
- 参加費: 100円
- 問合せ: 若宮病院 認知症デイケア
☎023-643-8236(担当:石沢)

Mカフェ(天童市)

- 日時: 1月7日(土)、2月4日(土)、3月4日(土)
※いずれも13:00~15:00となります。
- 場所: 特別養護老人ホーム明幸園 地域交流スペース
(天童市大字矢野目150番地)
- 参加費: 50円
- 問合せ: 特別養護老人ホーム明幸園 地域支援室
☎023-653-3071

イベント情報

認知症カフェセミナー2017(仙台市)

講演「認知症カフェ開催と運営上の課題とその工夫」
(認知症介護研究・研修仙台センター)

シンポジウム

「認知症カフェの継続、連携、運営のアイデア」

- 日時: 1月21日(土)13:00~16:10
- 場所: ハーネル仙台
(仙台市青葉区本町2-12-7ハーネル仙台 2F 松島)
- 定員: 200名(先着)※要申込み 締切1月6日(金)
- 参加費: 無料
- 問合せ: 認知症介護研究・研修仙台センター
☎/FAX 022-303-7556(担当:矢吹、工藤)

認知症施策推進協力員の藤井が皆さまのモヤモヤを解決するコーナー

「生活支援コーディネーター」ってどんな人？

最近よく、生活支援コーディネーターという方にお会いすることがあります。認知症カフェや地域の居場所づくりに関わっていたりとか、認知症地域支援推進員と重なる活動をしているようにも見えます。いったい何をやる方なのかお伺いしたところ、生活支援コーディネーターは高齢者の困っている事(ニーズ)と社会資源(サービス)をつなげたり、高齢者の生活支援や介護予防をするための地域づくりをする方ということです。

厚生労働省の介護予防・日常活支援総合事業のガイドラインによると、「生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)」は、高齢者の生活支援・介護予防の基盤整備を推進していくことを目的とし、地域において、生活支援・介護予防サービスの提供体制の構築に向けたコーディネート機能を果たす者を生活支援コーディネーター(地域支え合い推進員)とするとあります。田中尚輝氏による¹⁾と、地域に足りない社会資源(ボランティア団体・NPO)を創り、社会資源をネットワーク化し、社会資源と高齢者のニーズをマッチングさせることが役割とあり、新しい市民参加型の福祉をつくる旗振り役のようです。どこか認知症地域支援推進員と共通するところがある生活支援コーディネーターの方と協力し、認知症の方にやさしい地域づくりをしていければいいですね。出典: 1) <http://blog.canpan.info/tanaka-naoki/archive/2275>



藤井がゆく

発行元

山形県認知症相談・交流拠点
さくらんぼカフェ
TEL023-687-0387
FAX023-687-0397
皆さまのご意見・ご感想をお待ちしております。

編集後記

90 という数字が私の身の回りを飛び交っています。90 歳を過ぎた方の手術とりハビリ、人工呼吸器を装着している方の SpO2 管理は 90%以上を目安に、体重 90 キロ超えの方の排泄介助というような具合です。健康長寿を支える医療や介護の役割は減ることがありません。しかし、支える人が間に合いません。乗り切るための知恵が求められているこの頃です。(五十嵐)