

めいこうえん 認知症カフェ
Mカフェのご案内



企画・運営
社会福祉法人天童福祉厚生会
明幸園

わたしたちが認知症カフェ
『Mカフェ』を始める8つの理由



1 可能性への共感

認知症の人とその家族へ、私たちができることは何だろうか。制度内の、フォーマルなサービスだけでなく、気軽に集い交流を楽しむ場。もの忘れや認知症の進行が気になりはじめた人の戸惑いや不安を受け止め、家族同士がピアアシストの関係を築くことのできる(ピアサポート)場所。そんなことを考えていた私たちには、「認知症カフェ」の可能性が魅力的に思えたのでした。

2 増え続ける認知症の人

日本の65歳以上高齢者の4人に1人は認知症またはその予備軍といわれています。高齢化の進展に伴い、認知症の人はさらに増加し、高齢者人口増加がピークをむかえる2025年には、認知症患者は約700万人(約5人に1人の割合)に達すると予測されています。認知症の人や家族の抱える深刻な課題が浮き彫りとなり、社会全体で支え合う仕組みづくり、認知症の人が認知症とともによりよく生きていくことができる環境整備が急がれます。

3 新オレンジプランとわたしたち

2015年、厚生労働省は関係府省庁と共同して「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」を策定し、認知症の人の意思が尊重され、できる限り住み慣れた地域のよい環境で自分

らしく暮らし続けることができる社会の実現にむけた様々な取り組みを行っています。特別養護老人ホームを経営する私たち社会福祉法人は、多くの認知症の人を受け入れ、認知症ケア探究の一端を担ってきました。わたしたちは、サービス提供を通じて出合った多くの認知症の人と同じ数だけ、不安や戸惑いと混乱、その家族の悲しみと落胆、そして希望に向かい合ってきました。地域全体での認知症ケア推進にむけ、社会福祉法人の持つ機能と役割を発揮することが求められています。

4 ミッション

わたしたち社会福祉法人は、古くから社会福祉事業の主たる担い手として活動している民間法人であり、経験、専門人材、施設・設備を多く有している経営主体です。非営利法人として制度や市場原理では満たされないニーズに 대응すること(地域における公益的な取り組み)が、わたしたちのミッションです。

5 ケアの空白期間

地域の望ましい認知症ケアパスにおいて、軽度認知障害(MCI)や認知症初期の人、要介護認定を受ける前、また要介護認定を受けてもすぐにはサービスにつながらないなどの「初期のケアの空白期間」をつくらないための地域資源が必要となっています。

6 認知症カフェ前史

認知症カフェのルーツは、1997年オランダで始まったアルツハイマーカフェといわれています。その後イギリス(メモリーカフェ、デ

イメンシアカフェ)やヨーロッパ各国、アメリカなどに広がります。日本では、2000年代に「認知症カフェ」が京都などを中心に始まり、2012年新オレンジプラン(認知症カフェの必要性に言及)、2015年新オレンジプラン(認知症カフェ開設を後押し)により全国にカフェ開設が急増することになります。では、それ以前の先行実践はどうだったのでしょうか。認知症カフェ前史。1980年には「呆け老人をかかえる家族の会」(現公益社団認知症の人と家族の会)が誕生し、各地に広がった活動「つどい」はいわば日本型認知症カフェといえるものです。また80年代以降NPO活動の普及と都市化を背景に展開されるようになったコミュニティカフェの一部は高齢者・障がい者の保健福祉的要素を内包していきます。こうした歴史の水脈を私たちは大切にしたい、草の根というこ

7 当事者の声と思

オーストラリアのクリスティーン・ブライデン、彼女は1998年*『私は誰になっていくの? (Who, What, When, I Die?)』という本を出版し、認知症当事者が置き去りにされている状況に異議を唱え、認知症当事者の立場から積極的に発言しました。認知症の初期は、忘れていくことへの恐怖と恥ずかしさ、「霧につつまれて生きる」ようだ。自分が自分でなくなっていく恐怖の中にあっさえ、彼女は力強く続ける。私たちは患者ではなく、認知症と共に生きる旅路を歩む一人の人間です。共感し、苦を

共にし、支援してください。深いところでつながり、この旅路を歩むことを可能にしてください。同じ年、日本では精神科医小澤勲が自身の著書『痴呆老人からみた世界―老年期痴呆の精神病理―』の冒頭、「痴呆老人からみた世界はどのようなものだろうか。彼らは何を見、何を思い、どう感じているのだろうか。そして、彼らはどのような不自由を生きているのだろうか。」と記した。クリスティーンと小澤の重なり、交錯、不思議な共鳴。そのあとに続く多くの認知症当事者の発言は、私たちの心を震わせ、認知症を生きる彼、彼女たちをいきいきと照らしはじめました。

* 1 日本では2003年邦訳出版クリエイツかもがわ

* 2 1998 岩崎学術出版社

8 サードプレイス

都市社会学者のオルデンバークは*「家庭でもなく、職場でもない、第三の居場所」を指して「サードプレイス」という概念を提唱しました。自宅（ファーストプレイス）や職場・学校（セカンドプレイス）とは異なる居心地の良い三番目の場所、サードプレイス。ヨーロッパのカフェやパブといったサードプレイスでの会話が人とのつながりや理解、帰属意識をみだしコミュニティの形成をすすめる。インフォーマルな公共の集いの場。認知症カフェがサードプレイスであるのではなく、認知症カフェを訪れる人にとってこの場所が、サードプレイスとなること。

* オルデンバーク著『サードプレイス 原題 The Great Good Place』

2013 かもがわ出版

よくいただく質問と答え Q&A

Q 認知症カフェとは

A 「認知症カフェは、認知症の人やその家族・知人、医療やケアの専門職、そして認知症について気になる人が気軽に集まり、なごやかな雰囲気のもと交流を楽しむ場所です。・・・必要な時には相談も行います。」 武地一編著『認知症カフェハンドブック』2015 クリエイトかもがわ

認知症の人や家族が気軽に立ち寄れる場所。カフェとしてお茶やコーヒーを楽しみ、ほかの参加者と交流する。ときどきミニコンサートなどの催しを楽しんだりもする。認知症の専門知識をもった講師による認知症セミナーや勉強会で学んだり、認知症に詳しい専門職（看護師・精神保健福祉士・社会福祉士・介護福祉士等）に相談できる。家族同士で悩みや心配事を共有し、アドバイスし合う。地域包括支援センターの職員やケアマネジャーに今後のことを相談したり、そんなことができる場所です。

Q いった方が利用できるのですか？

A 認知症の本人（不安を抱える軽度認知障害の人や認知症初期の人）とその家族や友人、認知症のことを心配している地域の方々、認知症のことをよく理解しようと思っている地域の方々にぜひお越しいただきたいと思っています。

Q Mカフェという名前は？

A カフェの名称はMカフェです。Mは、イギリスで始まったメモリーカフェのM。明幸園のM。そしてみんなのM。明幸園の認知症カフェ『Mカフェ』をどうぞよろしくお願ひします。

Q カフェのスタッフはといった人ですか？

A Mカフェの運営スタッフは全員、明幸園職員です。それぞれ様々な専門資格を保有しています。社会福祉士・介護福祉士・介護支援専門員・看護師・保健師・作業療法士・理学療法士、認知症ケア専門士等々。それら職員が中心となって運営していきます。協カスタッフ(ボランティア)も募集しています。例えば、認知症サポーター養成講座を受講されたみなさん、お手伝いいただけませんか。

お問い合わせ 明幸園地域支援室 電話 023-653-3071

Mカフェの、 こと。

Mカフェ オープンです。平成 28 年 4 月から、
毎月 1 回、原則日曜日の開催です

今年の上半期の開催予定

4 月 1 0 日 (日曜)

5 月 8 日 (日曜)

6 月 5 日 (日曜)

7 月 3 日 (日曜)

7 月 3 0 日 (土曜) ❀この日は明幸園の夏祭り

9 月 1 1 日 (日曜)

開催時間/毎回 1 3 : 0 0 ~ 1 5 : 0 0

開催場所/明幸園デイサービスセンター

アクセス/住所 天童市矢野目 1 5 0、天童市民
民病院より西へ(寒河江方面へ)直線でおよそ 1
キロ、塚目簡易郵便局向い

カフェの内容/カフェタイム(並行して専門職に
よる相談)・ミニコンサートやミニレクチャー
(勉強会) など

利用料金/5 0 円

メニュー/めいこうえん特製ブレンドコーヒー
・ココア・紅茶・緑茶・ほうじ茶・うめ昆布茶
・ちいさなお菓子 etc.

申込/事前の申し込みは不要です

問合せ先/明幸園Tel 0 2 3 - 6 5 3 - 3 0 7 1

ホームページ/ www.meikouen.or.jp

運営責任者/明幸園施設長 桜井嘉宏

