

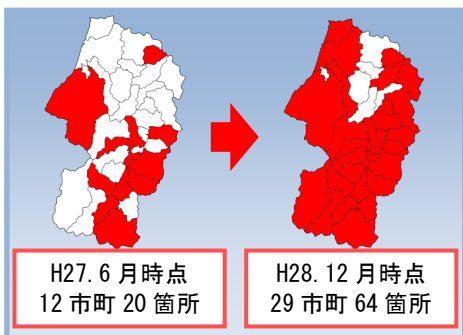
やまがた認知症カフェ通信 2017 1月号

平成29年1月15日発行 発行元／山形県認知症相談・交流拠点さくらんぼカフェ

特集 県内の認知症カフェの開設状況

昨年からカフェの数は3倍増！全市町村への開設を目指します。

昨年6月に調査を始めてから、県内のカフェの開設状況を追ってきました。調査開始時点では12市町で20箇所しかなかったカフェは、昨年12月末現在では29市町64箇所と、カフェのある市町村数、設置数ともに3倍近くに増えていきます。実施主体でみると、多くは介護事業所が主催しているもので43箇所と全体の7割近くを占め、残りの3割は地域包括支援センターの主催によるものや市町村直営のものとなっており、開催頻度でみると、月1回から3回程度までのものが37箇所と全体の6割近く、常設型や週1回から2回程度の比較的頻繁に開催されるものは1割強と、気軽に何時でも行けるカフェの割合はまだまだ少ないようです。県では、平成29年度までに、全ての市町村でのカフェの開設を目指しています。



＜実施主体別の認知症カフェの箇所数＞

実施主体の区分	H26.6月 時点	H28.12月 時点
市町村	1	7
地域包括支援センター	3	11
介護事業所等	16	43
個人		3
合計	20	64

＜開催頻度別の箇所数＞

開催頻度	H28.12月 時点
常設、週3回以上	4
週1～2回	5
月1～3回	37
年数回、不定期	18
合計	64

さくらんぼカフェは認知症カフェを応援します！

このように、最近カフェの数が増えていることもあり、さくらんぼカフェでは新しくカフェを作りたいという相談を多くいただきます。これに対し、昨年は11月号でも紹介した「認知症カフェ体験会」を開催したり、藤井協力員が毎週木曜日にさくらんぼカフェで相談に応じたりするほか、県では認知症サポーターが運営に加わるカフェの開設に助成するなど、様々な角度からカフェの普及を応援してきました。県内には、認知症カフェの企画からスタートし、認知症という枠を超え、子どもから高齢者の誰もが参加する「居場所」として「やまがた公益大賞」を受賞するまでに成長したものもあります。

地域の皆さんの手によって育てられた「オンリーワンカフェ」が、地域に根付き末永く継続することを願っています。（山名、目黒）



写真は「あいらぶ末広 楽市楽茶」（山形市）
平成28年度やまがた公益大賞受賞を受賞！

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！

成年後見制度に関する相談日を設けています。

さくらんぼカフェでは、毎月第3木曜日午後1時から4時まで山形県社会福祉士会の「ぱあとなあ山形」会員が来店し、「今は大丈夫だが、将来判断能力が落ちた時のことを思うと不安だなあ」、「成年後見制度ってなあに？」、「どんな時に利用するの？」、「どれくらい費用がかかるの？」といった相談に対応しています。「成年後見制度」は、判断能力に不安を持つ方々を法律行為として身上監護と財産管理を行う制度です。一人で悩まず制度のことや手続きについて相談しませんか？相談は無料で秘密は厳守します。予約、お問い合わせはさくらんぼカフェにお電話ください。

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



グリーンカフェ—酒田市—

酒田市の高齢化率は日本平均と比較して高く、平成27年は32.6%となっています。このような地域性から今後は認知症カフェの役割が重要になっています。

「グリーンカフェ」は山容病院の行動理念である「地域の要望に応える」から、地域に密着した開かれた病院を目標に、認知症の方にやさしい地域づくりや、日頃の悩みを分かち合い、疑問を解決しながらリフレッシュして帰っていただけるようなカフェを目指し、平成28年6月にオープンしました。

看護師・作業療法士・精神保健福祉士・ケアワーカー・地域住民ボランティア等がカフェスタッフとなり運営していますが、コーヒーの香りでホットしていただきたい

ので、挽きたて淹れたてにこだわって、毎回マスターが奮闘しております。

オープン以来6回開催していますが、「アロマスプレーをつくろう」「ミニコンサート」「介護体験のお話」「院長によるミニ講話」等企画してきました。

同時にカフェタイムでは思い思いの席でフリーに交流していただいております。

今後も参加される方の要望を取り入れた企画を計画し、認知症の方とその家族が安心して住み慣れた地域で生活していけるような交流の場を提供し続けていきたいと思っています。

■ 問合せ：山容病院 ☎0234-33-3355(担当：本間)



■ 基本データ

運営母体	医療法人山容会 山容病院
場所	山容病院 1F カフェテラス
開設時間	毎月第3土曜日 10:00～12:00(1月と8月休み)
対象者	どなたでも
利用料金	100円
飲食メニュー	挽きたてコーヒー・紅茶・お茶、お茶菓子(クッキーやせんべい、チョコレート)
内容	ミニ講話・レクチャー・音楽レク等を毎月企画しています
スタッフ	病院職員(看護師・精神保健福祉士・作業療法士・看護補助者等)、住民ボランティア
宣伝・広報	ポスター・チラシの掲示、フェイスブック、介護施設への配布(電子メール)

若い世代に、 もっと認知症の理解を広げたい！

遊佐町認知症地域支援推進員(介護福祉士・介護支援専門員)
遊佐町地域包括支援センターゆうすい

榊原 多恵 (さかきばらたえ) さん ー遊佐町ー



町民の皆さんへ「認知症サポーター養成講座」を開催しています。今年度初めて、遊佐中学校の2年生と3年生の全クラスに講座を開催しました。町内の認知症キャラバン・メイトの皆さんと割振りして行い、多くのメイトさんからご協力いただきました。講座の前後にアンケートを取らせてもらったのですが、中学校の生徒さんが真剣に考えて答えてくれることが書面を見て伝わり、こちら側としてもとてもやりがいを感じる事が出来ました。来年はより分かりやすくできるよう「頑張るぞ！」と、力を頂いたところです。町内の認知症サポーターは、50代以上の割合が多く、若い世代の認知症サポーターが少ないのが現状です。3世代同居が多い町でもあるので、子供の対応を見て大人も学べるように、小学生や中学生・高校生などの認知症サポーター養成に力を入れて行きたいと、各学校へPRに行ってきました。若い世代に認知症の理解が、もっともっと広がるように力を入れていきたいです。

また、今年の8月から特別養護老人ホームゆうすい内で、毎月第4火曜日の午後2時から4時まで、「ゆうすいカフェ」を開店しています。認知症当事者の方の参加はまだ少ないのですが、介護されているご家族の方や地域の方などの参加を頂いています。気軽に話せる場、新しい繋がり場として定着していけたらなと思っています。今後も、一つ一つ出来ることから積みあげて、活動していきたいと考えています。

(編集部より) 榊原さんは遊佐町の認知症地域支援推進員として学生等の若い世代の認知症サポーター養成に積極的に取り組んでいるようです。この取り組みもあり、遊佐町の人口に占めるサポーターの割合は17%超と、県内でトップとなっています！今回は、榊原さんからのご紹介で酒田市認知症地域支援推進員の小嶋裕さんです。

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。

認知症カフェでできる認知症予防の活動

カフェに参加される方の中には、認知症予防や進行予防・症状緩和を期待して参加される方も多いように思われます。カフェに出かけ、おしゃべりなど、他者と交流するだけでも予防に繋がりますが、それだけでは参加者の満足を得られない場合があります。そこで今回はカフェでできる予防や進行予防・症状緩和のための活動を取り上げてみました。

認知症予防についていろいろな研究から、運動・知的活動・食生活改善が有効とありますが、カフェで行われている予防に繋がる活動は、運動や知的活動、音楽、アロマテラピー等があります。運動については11月号でも紹介したタンタンタッチ体操のような運動、計算しながら歩く等、頭を使いながらの運動(デュアルタスク)があります。知的活動については楽しく行うレクリエーション、囲碁や将棋などのゲーム類、手工芸や絵画などの創作活動、記憶力や注意分割機能・思考力を高めるための料理や園芸、脳トレ的な読み書き計算等があります。いずれも、カフェでは「楽しさ」を重視することがポイントです。

「楽しさ」は心の安定、症状緩和に繋がります。また、「頑張った」という達成感と「効果がありそう」という満足感も必要です。参加者が満足し楽しんで参加することで、また次回も参加したくなるカフェになると思います。



写真はさくらんぼカフェで開催している
認知症予防のためのアロマテラピー
(ハンドトリートメント)の様子

カフエ情報

ハートフルカフェ三泉(寒河江市)

- 日時:1月19日(木)、2月16日(木)、3月16日(木)
13:30~15:30
※毎月第3木曜日、上記時間で開催予定、出張カフェの場合もありますので、2月以降の開催については下記にお問い合わせください。
- 場所:ケアセンターとこしえ三泉
(寒河江市字中河原158-14)
- 問合せ:ケアセンターとこしえ三泉
☎0237-85-6870(担当:佐藤・豊島)

喫茶あもーれ(山形市)

- 日時:1月18日(水)14:00~16:00
※毎月1回、上記時間で開催、開催日については下記にお問い合わせ下さい。カフェをお手伝いくださるボランティアも募集します。
- 場所:グランドホーム櫛の木 (山形市楡町1丁目10-0)
- 対象者:近所の方等どなたでも
- 問合せ:グランドホーム櫛の木 ☎023-665-0511

あこやカフェ(山形市)

- 日時:1月19日(木)14:00~15:00
※奇数月第3木曜日上記時間で開催予定

- 場所:ケアセンターとこしえあこや町
(山形市あこや町3丁目12-7)
- 対象者:どなたでも
- 問合せ:ケアセンターとこしえあこや町
☎023-631-7888(担当:高橋)

ウイークエンドカフェ(山形市)

- さくらんぼカフェでは平日、利用しにくい方々にもお越しいただけるよう、土曜日のオープン日を設けます。相談員を増員し、電話・面談による相談等をお受けします。
- 日時:1月21日(土)、2月18日(土)
※いずれも12:00~15:00となります。
- 場所:さくらんぼカフェ
- 参加費:無料(コーヒー・お茶をご用意しています。)
- 問合せ:さくらんぼカフェ ☎023-687-0387

イベント情報

高齢期における交通事情を語る会(山形市)

- 免許の返納を考えている方や既に免許を返納した方などのご意見を気軽に語る座談会です。
- 日時:2月23日(木)14:00~15:30
- 場所:とかみふれあいセンター(山形市富神前6番)
- 参加費:200円(飲み物、デザート)
※参加希望の方は下記までお申込みください
- 問合せ:とかみふれあいセンター ☎023-647-5262

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



藤井がゆく

認知症サポーターから「認とも」へのステップアップ

昨年1月、厚生労働省から「認とも」の制度が発表され、今年度から介護保険の地域支援事業の中に「認とも」という自宅訪問事業が盛り込まれました。「認とも」という名称、皆さん、ご存知でしたか?「とも」の意味は「友」?それとも「伴」?正しくは「認とも」と平仮名で書くようです。厚生労働省によると、「認とも」とは、認知症カフェ等を通じて顔なじみになったボランティアの方で、一定の資質を有する方(例えば認知症サポーター養成講座のステップアップ講座を修了した方)のことです。この「認とも」の方が認知症の方のお宅を訪問して、話相手になったりして一緒に過ごす取り組みを行うようです。家族の都合や遠くて車などがなく、認知症カフェに来られない方、一人にして置くのが心配だったり、自宅に閉じこもりがちな方を地域で見守り、家族の負担を軽減するといった目的があるようです。イメージとしては、認知症カフェを発展させた形ということです。実際には、この「認とも」の育成と人選や企画・調整は、認知症地域支援推進員が主に担うようです。認知症サポーターの皆さんの中にも、何か支援に結びつく具体的な活動をしたいと考えている方も多くいます。地域のサポーターの皆さんの意欲と認知症の方・家族のニーズがうまく結び付けば、より良いサポート体制ができるのではないのでしょうか。

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

『朝茶飲み』 私が小学生頃までの記憶です。近所のおばあちゃん達が毎朝各戸持ち回りで5~6人集まっては、手作りの菓子や漬物などを持ち寄りお昼までお茶を飲みながら、ぐだぐだと他愛もない話題でおしゃべりをしていました。当時の近くの国保診療所の待合室も似たような状況でした。今は、「意味のあることだったんだな。」と、おぼろげな残像を懐かしく思い返しました。『認知症カフェ』が『朝茶飲み』のように地域のあたりまえの光景になるとうれいな~。(五十嵐)