

「オレンジカフェ（認知症カフェ）設置等の手引き」

平成29年10月作成版

和歌山県高齢者生活支援室

1. オレンジカフェ（認知症カフェ）とは

「オレンジカフェ（認知症カフェ）」（以下、「カフェ」という。）とは、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「集いの場」です。認知症に理解のあるスタッフが茶菓や食事の提供を受けながら、おしゃべりしたり、医療や介護の専門職などに日頃の悩みを相談したり、介護などの情報交換や地域の人と交流もできるよう、カフェ全体が認知症の人やその家族が過ごしやすい環境となっています。

認知症の人、自分が認知症ではないかと不安を持っている人やその家族が、安心して話をする事ができるため、認知症の人にとって心地よい居場所となるとともに、認知症の人とその家族を地域で支えるための関係づくりの拠点となるものです。

2. カフェの目的

○ 運営主体

カフェの経営主体は様々であり、特に規制はありません。現在開設されているものは、認知症の人やその家族、市町村や地域包括支援センター、社会福祉協議会、医療法人、社会福祉法人、介護事業所関係者、NPO法人、専門職の集合体、地域の人などが経営主体となっています。

○ 運営方法

カフェを運営するためには、活動場所、運営資金、支援人材が必要です。活動場所としては、地域包括支援センター、介護施設・事業所、公民館、集会所、民家や店舗などが活用されています。

運営資金としては、社会福祉法人などの資金、利用者負担（飲食物の実費など）、行政や財団からの助成金などが充てられている場合もあります。

支援人材としては、医療や介護の専門職だけでなく、認知症サポーター、ボランティア、民生委員・児童委員、自治会の有志、生活支援コーディネーター、協議体なども参加しています。また、開催頻度は、週1回、月1回～2回など様々です。

3. 県内のカフェの様子

○ 「にじいろカフェ」（和歌山市）



○「かわながの家」(和歌山市)



○「ふれ愛喫茶」(みなべ町)



○「まめひこカフェ」(田辺市)



4. カフェ開設までの準備

(1) 事前に情報収集する

○ 自治体の政策を確認する

市町村の長期計画、地域福祉計画、介護保険事業計画などを知る。

○ 社会福祉協議会の活動情報を得る

地域の福祉活動の中心的な役割を担う機関なので、定期的に情報を得る。

○ 地域組織や地域密着団体、関係機関の方々の話を聞く

自治会、町内会、民生委員・児童委員、老人クラブ、高齢者・介護施設、地域包括支援センター、生活支援コーディネーター、協議体、保健所などから情報を得る。

○ 地域で暮らす住民の状況や社会資源の状況など、地域の状況を得る

地域の高齢者や認知症の方の状況、介護サービスの状況、地域の生活課題、幅広いニーズ、不足するサービスの状況などを得る。

○ 地域の認知症の方（当事者）の意見を聞く

地域にカフェが必要か、カフェを必要とする人がいるのか、当事者の方（本人）にも様々な意見をお聞きし、情報を得る。

○ 自治体からの支援や協力の有無を確認する

県内の市町村の中には、カフェの設置や運営などに助成を行っている市町村があります。また、その他、専門知識をもった人や認知症サポーターの紹介、カフェの立ち上げの相談などに対応や協力してもらえる場合がありますので、所管の市町村や地域包括支援センターにお問い合わせください。

また、クラウドファンディング(※)を活用した資金調達も検討の一つです。

※インターネットを経由した不特定多数による財源の提供

(2) 理念・ビジョンを明確化する

○ 運営方針の検討

カフェの活動に対する基本的な考え方、場所、運営の頻度、曜日や時間帯、参加対象者、参加費用、広報啓発の方法及びスタッフの育成などについて、事前に十分話し合い、検討しておきましょう。

さらに、活動を安定的に継続させていくために、一緒に活動するスタッフ、ボランティアとの間で、カフェのイメージや基本となる理念（考え方）やビジョン（活動の目標・展望）などを事前に共有しておくことが大事です。

カフェを開設する人が、カフェを自分も行きたいと本当に思える場所、心から楽しめる、認知症にフレンドリーな場所にすることが大事です。

○ 運営資金の検討

カフェを運営するにあたり、どのような内容の運営を行うかによって、予算立てが必要となります。無理をせず継続的に実施できることが大事ですので、事前に計画を立てて、以下の点を検討しておきましょう。

- ・ 運営者の会議費（お茶・お菓子・交通費など）
- ・ カフェ協力者のボランティア活動保険
- ・ カフェの広報費（チラシ作成、ホームページ作成、通信費など）
- ・ カフェの会場費、設置準備費（備品など）
- ・ カフェの環境整備費（飾り付け・花など）
- ・ 飲食物（飲み物・お菓子・食事など）
- ・ プログラム開催費（講師謝金・旅費・資料代・広報費など）
- ・ その他

(3) 活動の内容を決める

○ 開催内容、タイムスケジュール、参加費を決める

- ・ お茶やコーヒーなどを飲みながらおしゃべりするカフェもあれば、カフェタイムの他、ミニ講座や音楽鑑賞、簡単な体操など体を動かしたり、相談に時間を取るのも良いでしょう。
- ・ 最初から欲張らず、無理のない範囲から始めて、徐々に広げていきましょう。
- ・ カフェはあまり費用をかけずに楽しむことが基本です。飲み物やお菓子など

- は実費負担してもらいましょう。(100～300円のカフェが多いです)
- ・また、カフェで、「本人ミーティング(※)」を開催するのも良いでしょう。
- ※ 認知症の本人が集い、本人同士が主になって、自らの体験や必要としていること、希望を語り合い、自分たちのこれからのより良い暮らしや地域のあり方を一緒に話し合っていく場

○ 開催日時・頻度を定める

- ・開催時期は、月1回、2時間程度で実施しているカフェが多くありますが、無理のない範囲で、時間にゆとりをもちましょう。
- ・また、午前と午後で客層が異なることから、午前から午後にかけて実施しているカフェもあります。
- ・参加者同士が交流を深め親しくするには、月1回以上の開催が期待されます。
- ・当事者(本人)、家族、地域の方々が居心地の良い雰囲気づくりをこころがけましょう。

(4) 会場(設置場所)、名称を決める

○ 会場(設置場所)

カフェは、会場まで歩いて来られる範囲の方が主な参加対象者となりますので、交通量の多い道路など会場までの行き来の際に、参加者に危険や負担がないかなどの配慮が必要となります。

既存のカフェでは、以下の場所・形態でカフェが開催されています。(※)

- ・コミュニティセンター、地域のレストラン・カフェ、役所・保健所・社協スペース、空き家、空き店舗、住宅(自宅等)、介護施設・高齢者施設・介護事業所の地域交流スペース・ロビーなど
 - ・形態…常設型、定期型、不定期型、巡回型、イベント型など
- ※「認知症カフェの実態に関する調査研究事業(H29.3月)」より

○ 設置許可、食品衛生管理

カフェを設置することには、許可は必要ありません。ただし、茶菓や食事を提供する場合、営利目的でなくても、食品衛生法に基づき飲食店営業などの営業許可が必要となる場合があります。一般の喫茶店と同様に、茶菓や食事を地域の人など不特定多数の人に提供し、調理をする場合は許可が必要となりますので、早い時期に最寄りの保健所に相談ください。

(5) オープンに向けて具体的に準備する

○ 相談業務等に対応できる人の配置

本人・家族等が安心して過ごせるような配慮及び相談への対応ができるよう、認知症の相談などに対応できる人の配置をお願いします。

ただし、配置することで、認知症の人(当事者)にとって、逆に居心地が悪くなるようであれば、配慮をお願いします。

なお、既存のカフェでは、専門職運営スタッフとして、ケアマネジャー、介護福祉士、社会福祉士、看護師を置いているところがあります。(※)

※「認知症カフェの実態に関する調査研究事業(H29.3月)」より

○ スタッフの育成(基礎知識の学習)

・ 個人情報の取り扱い

知り得た個人的な情報は、不用意に外部に漏らすのはだめです。ただし、支援を必要とする人がいる場合は、カフェで話し合っ解決方法を検討・支援したり、本人の了解のもと、必要な機関やサービスへつなぐこともあります。

・ 事故等への備えと対応

できる限り事故が起きないように、注意を払うとともに、カフェ参加者に呼びかけましょう。

また、必要に応じて、ボランティア活動保険（県・市町村社協）に加入しましょう。

○ スタッフ・協力者（ボランティア）の募集

- ・ カフェのスタッフ以外に中心となって活動してくれる協力者（ボランティア）がいるとカフェの雰囲気や和み、活動の幅が広がるとともに、スタッフの負担も軽減されます。
- ・ カフェは認知症サポーターやボランティアが身近で楽しく活躍できる場ですので、協力者の数が多すぎるとかえって、混乱します。事前に研修や打ち合わせをしておきましょう。
- ・ カフェを拠点として地域特性も含め多くの方々や関係機関がつながっていることで、多方面からの協力や支援が得られることが期待できます。

○ 備品等の準備

活動に必要な備品等をそろえましょう。

（参考）既存のカフェでは、以下のような備品を用意しています。

- ・ イス、テーブル
- ・ 電気ポット、コーヒーマーカー、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
- ・ ラジカセ、書籍、DVDレコーダー、体操グッズ
- ・ 掃除道具、食器洗い道具、看板
- ・ その他必要なもの

（6） 広報啓発・地域へ紹介する

- ・ 開催日時・場所・内容などを載せたチラシを作成し、近所に配りPRします
- ・ チラシ作成のポイントは、高齢の方が見やすいことを想定し、情報量が多くなりすぎず、大きな字ではっきりと分かりやすく作ります。
- ・ 町内等の掲示板に貼ってもらう、回覧板でまわしてもらう、地元のタウン誌などに掲載してもらったり、ホームページでも公開しましょう。
- ・ 近くの医療機関や薬局、地域包括支援センター、介護事業所、民生委員、町内自治会、生活支援コーディネーターや協議体などにも案内して、カフェを知ってもらい、応援団になってもらうことで、居心地の良さや楽しさを知ってもらいましょう。

5. お願いしたいこと

○ 参加者への対応

カフェには認知症に関心のある方が来られますが、認知症のことをこれから学びたいという方や、認知症のことは知っているけれど、実際に認知症の人に会うのは初めてという方など様々な方が来られます。カフェのスタッフは、それぞれの皆さんが安心して過ごせるような配慮をお願いします。

○ 自治体や関係機関との関係

カフェを運営していくにつけて、行政、自治会、民生委員、社会福祉法人などとの連携は不可欠です。地域住民からの信頼もあり、何かにつけて相談や協力、PR、地区の情報なども得られることから、日頃から連携して、身近な関係を築いておく必要があります。

○ カフェで行わないこと

カフェを誰もが利用しやすい、居心地の良い場所とするには、一定の決まり事が必要です。運営者は参加者に対し、事前にアナウンスすることが大切です。カフェで行わないことの例として次のようなことが考えられます。

- ・ 宗教または政治的な目的で行うこと
- ・ 法令に違反すること
- ・ 暴力行為・迷惑行為その他社会的な非難を受ける行為を伴うこと
- ・ 営利を目的とすること（健康食品などの勧誘や販売など）
- ・ 介護サービスへの勧誘
- ・ 認知症の診断
- ・ その他（各運営者で規定を設けて周知する 例：喫煙の可否等）

○ カフェの雰囲気や環境づくり

カフェが、家族や専門職に勧められて、仕方なしに行く場所ではなく、自分のやりたいことができる、おいしいコーヒーやケーキを食べながらおしゃべりできる、本当に心から楽しめる、認知症にフレンドリーな場所となるよう、「自分が行きたいと思えるようなカフェに」という視点を持つことは非常に重要です。居心地の良い雰囲気づくりをこころがけましょう。

○ 振り返りの実施・反省点の共有

カフェ実施後は、随時必要に応じて、振り返る機会（反省会等）を持ち、反省点をスタッフと共有し、改善すべきことを次回実施までに柔軟に改善していくことが大事です。

6. 期待される効果や工夫している点（県内の既存のカフェの事例・意見より）

○ カフェの設置運営で工夫している点、家族の負担等が軽減された事例等

- ・ 介護や認知症に関して、気軽に相談ができた。
- ・ 地域の高齢者がボランティアとして参加・指導するなど生きがいづくりの場になるよう工夫した。
- ・ 介護者交流会として、特に認知症に特化せずに広報した。
- ・ 1回の開催に30名を超える参加者があり、認知症の方や家族の方に喜んでいただいた。自宅に帰れば忘れてしまうこともあるが、その時はとても楽しく過ごせた。
- ・ 地域交流の場と位置づけ、誰でも参加できるスペースにした。

- ・地域インターンシッププログラムを利用し、大学生がボランティアで参加し、近所の小学生もゲームに参加するなど異世代交流の場に。そのつながりで、大学講師が認知症キャラバンメイト養成講座を受講、大学でのサポーター養成講座開催につながった。
- ・介護サービスを利用していない認知症の方をカフェに誘い、デイサービスにつながり、介護する配偶者の負担軽減につながった。
- ・同じ境遇の方同士が交流をもち、介護歴の長い方が介護歴の短い方と、実際の症状への対応方法などを話すことで、介護歴の短い介護者に余裕ができた。

7. ある当事者の方（本人）のお話

○ ある当事者の方が話された内容を聞かれた方のお話を以下で紹介します。

「自分が行きたいと思えるカフェ」となれるためのヒントが。

- ・行政の考えるカフェは、本当につまらない。
- ・行政の人たちが本当にそのカフェに自分も行きたいと思える場所なのか？
- ・なぜ、カフェに行って自分の名前や病名を告げなければならないのか？
- ・病名を告げると、その病気のイメージでしか見てもらえない気がする。
- ・カフェに行く理由は家族が安心するから。居心地が良いとは思っていない。
- ・普通のカフェのように、ふらっと立ち寄れて、楽しい場所であればよい。

8. 設置状況・活動状況

県内のカフェの活動状況の一覧（別添のとおり）

9. その他

○ 先進自治体が作成したカフェの開設・運営等の手引きやカフェの実態に関する調査研究事業報告書です。とても参考になります。今回の手引きの作成にたいへん参考にさせていただきました。

・「認知症カフェ運営の手引き」 鳥取市地域包括ケア推進課

・「なごや認知症カフェ 開設支援の手引き」 名古屋市認知症相談支援センター

・「認知症カフェの手引き（マニュアル編・実践編）」 宮城県長寿社会政策課

・厚生労働省老健局 認知症カフェ事例 宮城県仙台市青葉区・泉区、岡山県笠岡市、岩手県奥州市

・「認知症カフェの活用と“認とも”はじめの一步事例集」 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

・「認知症カフェの実態に関する調査研究事業 報告書（平成 29 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

・「地域の支え合い活動ガイドブック」 和歌山県高齢者生活支援室