

地域と繋がるおれんじカフェぴば

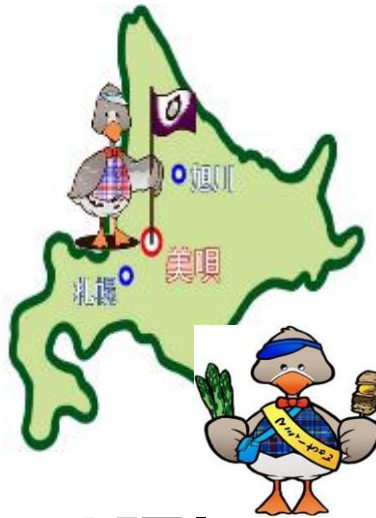
～認知症になっても穏やかに暮らせるまちを目指して～

北海道 美唄市 保健福祉部高齢福祉課

主査 古東 庸子

美唄市の概要

- 人口：21,395人(21,987)
 - 65歳以上の高齢者人口：8,930人(9,063)
 - 高齢化率：41.7%(41.2) (平成31年4月1日現在)
 - 面積 277.6km² ・日常生活圏域 1
 - 包括支援センター数 1 ・地域支援推進員数 2名
- ・札幌市と旭川市を結ぶ国道12号線の間地点。主要産業は農業で豪雪地帯の旧産炭地で最盛期の人口は9万人以上。閉山後は過疎化の一途。貯筋体操自主グループ29グループの参加者の中には認知症サポーター養成講座を受講し、おれんじカフェのボランティアとして活動している人も多い。



美唄市認知症施策の推進事業のあゆみ

年度	主に力を入れた活動・取組	得られたこと（課題も含む）
H27	認知症カフェの開設	毎月実行委員会を開催し、開設準備、開設後の状況確認・課題、改善点等の検討を行いながら週1回の開催を継続している。
H28	移動カフェの実施 認知症ケアパス（安心おれんじガイド）の作成	カフェは市内1カ所の開設であるため、地域の介護保険施設や福祉会館で移動カフェを開催。 実行委員会でケアパスを作成したことで、より地域の声が反映され実情にあったものを作成する事ができた。
H29 H30	見守り声かけ模擬訓練の実施 安心おれんじシール（見守りシール）の作成	カフェ利用者が道に迷った体験を元に、道に迷っている時の気持ちに配慮した声かけや見守りと、早期発見を目的に作成。

美唄市認知症施策の推進事業



※ 写真の掲載については同意を得ています。

おれんじカフェぴは活動の概要

<開設の目的>

- ・高齢化が進み認知症高齢者は増加、直営包括への総合相談件数も増加していた。
- ・認知症の人及びその家族、地域住民、専門職など誰もが気兼ねなく集まり、病気への理解、介護等の情報交換、社会参加活動の場、心を休める場を提供し、**認知症になっても住み慣れた地域で生活を継続することができるよう地域づくりや必要な支援を行う。**
- ・美唄市の高齢化率：36.8%　認知症の現状：介護認定者のうち52.7%が認知症高齢者の日常生活自立度Ⅱ以上（平成26年4月1日現在）
- ・実施主体は美唄市、実施主管はおれんじカフェぴは実行委員会（やすらぎ支援の会・美唄市介護家族と共に歩む会・認知症対応型グループホーム・社会福祉協議会・有識者・市立病院・保健センター・包括）

おれんじカフェぴば 開設のきっかけ



<相談スペースがない>

- ・庁舎の立地条件から包括の窓口は一番奥。
- ・市民からの声～「役所に行くには敷居が高い」
「本人を自宅に残して相談に行けない」
「物忘れの話をする事で、偏見の目で見られるのが恐ろしい」
- ・気軽に自由なゆっくりとした相談しやすい環境を確保したい。

<認知症カフェとして必要な人に利用してもらいたい>

- ・開設前までの関係団体からの声

「認知症に特化したカフェ（集まり）を作る必要があるのか？」

「誰もが集える場所として作る事ができないか」

「認知症カフェと謳ったら参加しづらくなるので名称等の変更が必要ではないか」

「認知症を対象にする事は理解できたが、独居高齢者などにも来られる場所にしてはどうか」。

- ・行政（直営包括）の専門職が持つ強み（地域の実情把握・繋がり・発信力）を生かしたい。

- ・認知症の人、介護者、認知症に関心のある人が集まり対話するカフェが拠点となる事で理解が深まり、本人の意思を尊重し住み慣れた地域で暮らし続けていくための地域づくりを推進したい。



おれんじカフェぱ活動内容

- ・ 固定のプログラムはなく、家庭的で自由なゆっくりとした雰囲気の中、認知症に理解のあるスタッフが話を聴き、お茶を飲みながら話をする。
- ・ 建物1階はカフェ。2階は一般介護予防の教室を終了した方が「おれんじの会」として活動。
- ・ 実行委員会の開催（1回／月）（利用状況の確認・課題、改善点等の検討・行事の企画、運営）
- ・ ボランティアは実行委員のみではなく、サポーター養成講座受講者から希望者を募り登録（現在26名の登録）。週ごとの当番制でボランティアを配置。

おれんじカフェぴばのオープン 平成27年9月29日



おれんじカフェ ぴば

悩みや相談を、お茶を飲みながら
ゆったりとした時間の中で話ませんか。
認知症カフェ「おれんじカフェぴば」は
そんな場所です。



開催日：毎週（火） 11時～15時
住所：美唄市大通西1条北1丁目1-12
（空知クリーニング工場向かい）
TEL：62-5580（開催日のみ）
問合せ先：美唄市役所高齢福祉課
TEL：62-3156



開催日 毎週（火）11時～15時
住所 美唄市大通西1条北1丁目1-12
（空知クリーニング工場向かい）
電話番号 62-5580（開催日のみ）
問合せ先 美唄市役所高齢福祉課
62-3156



おれんじカフェぴぱを継続するために（工夫・配慮）

＜なぜ相談するのにカフェじゃないとダメなの？会館や既存の建物でできるんじゃない？＞

・カフェの定義や対象者、事業内容、行政（直営包括）の専門職が中核的な役割を担うことでゆっくりとした環境の中で対話が交わされ、認知症の人、家族、専門職みなが同じ立場で場所と時間を共有することが実現できる事を庁内、実行委員会で説明し、何度も話し合いを重ね理解を得た。

＜地域住民への周知＞

・カフェは市内1カ所の開設であるため、おれんじカフェぴぱが広く市民に周知されるよう「移動おれんじカフェぴぱ」を実施した。

＜ボランティアスタッフへの配慮＞

・運営のマニュアルを作成し丁寧な説明を行い、カフェ開催時前後のミーティング等で意見交換を行い積極的に関わられるような環境づくり。

おれんじカフェぴぱを開設しての効果

<本人への効果>

- ・ ゆっくり話を聴くこと、時間をつくることで満足感が得られ能力や意欲を引き出し、自己決定を支援し機能の維持・向上に繋がった（診断を受けた3名の介護度が維持されている）。
- ・ 介護保険サービスの利用に結び付かない方の空白期間を埋めている。
- ・ 本人の言葉
 - 「どうやって年をとってきたのだろう、毎日こんな事ばかり考えて泣きたくなる」
 - 「家でボケッとするより、ここに来て話をすると頭がスキッとする」
 - 「ここに来て1時間居てみればわかる。皆がこんなに笑顔で居るところなんてない」

おれんじカフェぴぱを開設しての効果

<介護者への効果>

- ・本人が有意義な時間を過ごしている姿を介護者自身が自分の目で確認、一緒に時間を共有し様子が見える事で心身の負担の軽減に繋がった（Zarit介護負担尺度で評価）。
- ・カフェの利用が介護相談のみではなく社会参加の機会となり、介護による社会からの孤立感を軽減できている。
- ・介護者の言葉「ここ（カフェ）に参加した時は特に落ち着いていますので助かっています」

おれんじカフェぴばを開設しての効果

<地域・ボランティア・専門職への効果>

- ・介護を終えられた方々や認知症以外の精神疾患、生活不安を抱える方々が世代や病気の隔たりなく交流するスペースとして活用。
- ・カフェという拠点を中心とした自発的に生まれる地域住民や専門職の協力体制（花を生けに来訪する人・手作りおやつの提供・グループホームの入居者と来訪する市民の方との将棋対戦・精神障がい者の会のメンバーがカメラマンとして活躍、移動カフェのボランティアへ参加・精神疾患をもつ若年層の方々、介護者の来訪・訪問看護やケアマネ等専門職がふらっと立ち寄る場所）



おれんじカフェぴぱを開設しての効果

<地域包括ケアシステムの推進>

美唄市高齢者保健福祉計画（第7期計画）より

<基本目標／方針>

高齢者が住み慣れた地域でいつまでも健康で自分らしく、いきいきと生活することができるまち

<施策目標>

- ・生きがいと役割を持って、健康でいきいきと生活するためのまちづくり（**健康づくり・介護予防・生きがいづくりと社会参加**）
- ・住み慣れた地域でいつまでも健康で安心して生活できる仕組みづくり（**本人の意思の尊重・虐待防止**）

おれんじカフェぴぱ継続の課題

- ・ボランティアの配置（毎週当番制）調整。
- ・ボランティアの人材確保。
⇒現在認知症の本人 1 名がおれんじカフェぴぱで毎週活動。
経験や思いを伝えられる環境づくりができるよう取り組む。
- ・冬期間の建物の維持管理（花壇や駐車場の整備・凍結や除雪）
- ・交通手段の確保（一番近いバス停までの距離が 2 0 0 m）

認知症施策の推進事業全体の課題

- ・老々介護（特に妻を介護する夫）、8050問題、虐待防止は喫緊の課題。
- ・「認知症の人本人が元気であれば家族も、家族が元気であれば本人も元気」を実現するため、最も支援が必要な方々が支援を受けることができる拠点としての役割をおれんじカフェぴぱが担い、カフェ事業だけではなく認知症施策全体を推進していく必要がある。
- ・そのためには行政、実行委員会、市民ボランティア、地域の方々等関わりを持つ方々と有機的に繋がり、認知症になっても、希望をもち共に歩む事ができるまちをつくることのできるよう取り組む。

この活動を通して見えてきたポイント

- ・ 2万人規模の町では、カフェが拠点としての機能をもつ事で本人、介護者、認知症のある、なしに関わらず総合相談の機能を持ち合わせる事ができ早期支援に繋がっている。
- ・ 行政の専門職が関わりを持ち続ける事で信頼関係が得られ、他機関との連携や地域と繋がっていく事ができている。美唄市の認知症施策全体が認知症の人、家族、地域住民や専門職、関係する全ての方々の理解と協力体制により支えられている事を実感し、地域を活性化させるきっかけになっている。