

## オレンジカフェ開催結果と今後のあり方

### 1 オレンジカフェモデル事業のねらい

- (1) 地域で支え合う認知症対策におけるオレンジカフェの役割を確認
- (2) 認知症の人や家族、地域住民、医療・介護等専門職、ボランティアなどに対する効果を検証
- (3) 効果的な普及促進のあり方を考える

### 2 モデル事業の開催概要

参加者総数: 296名

年月日	時間	実施団体	居場所名称・所在地	内容	参加者数
平成25年9月12日	13:00~16:00	ぐるーぽ・びの	西野厨房だんらん(西区西野8条9丁目18-67)	「地域で元気で暮らすために」長年地域で民生委員として活動されている方を講師に地域の実情について話題提供し、意見交換を行う。	18
9月25日	10:00~13:00	さっぽろ福祉支援ネット あい	地域交流サロンふじのカフェ(南区藤野3条6丁目5-2)	認知症の方と家族が参加。手指体操、簡単3部式着物着付けと撮影、アロマハンドマッサージ、日舞鑑賞、ヘルシーランチ	11
10月23日	10:00~13:00	なび			12
11月4日	13:30~15:30	シーズネット	もみじ台管理センター(厚別区もみじ台北7-1-1)	笑いヨガ体操、お茶会、なないろテントをカフェ内に設置。相談コーナーも	54
11月18日	10:30~13:00	子育てワーカーズブチマト	三世代交流ひろば cafe 亜麻人(あまんと)(北区麻生町6丁目14-6高橋ビル2F)	保健師から認知症についてのお話、「元気になるツボを知ろう」とマッサージ指導、ケーキと飲み物で交流会	20
12月1日	10:30~14:00	つなぐ	東月寒白樺会館(豊平区月寒東4条18丁目)	松ぼっくりツリーづくり、炊き込みご飯バイキング、参加者同士で行うハンドマッサージ、相談コーナーの設置	35
12月1日	10:00~15:00	白石まちづくりハウス	白石まちづくりハウス(白石区平和通3丁目北3-1 葵ビル1階)	テーブルごとの昔話、脳力アップゲーム、お食事会、演歌体操。参加費200円	18
12月4日	10:00~12:00	シーズネット	もみじ台管理センター(厚別区もみじ台北7-1-1)	クリスマスをテーマに参加者と料理づくり・うたごえ喫茶。相談コーナーも設置	16
12月5日	12:00~	ぐるーぽ・びの	西野厨房だんらん(西区西野8条9丁目18-67)	「認知症予防?アタマとカラダが冴える食事!」講師(管理栄養士・川原陽子さん)が作った食事をしながら話し合い。※参加費500円,食事&飲物付	25
12月11日	14:00~15:30	栄町ファミリークリニック コミュニティルーム	栄町ファミリークリニック(東区北41条東15丁目1-18)	認知症の方・家族とサポーターの交流会。動画を流し、自己紹介、体験談などを話してもらった後、全体で対話	18
12月16日	10:30~14:00	子育て支援ワーカーズブチマト	三世代交流ひろば cafe 亜麻人(あまんと)(北区麻生町6丁目14-6高橋ビル2F)	松ぼっくりのオーナメントづくり、園芸療法のお話、ヘルシー弁当を食べながら交流会	17
12月19日	12:30~14:30	ぐるーぽ・びの	かでの2・7(中央区北2条西7丁目) 810B室(8階)	「認知症予防?アタマとカラダが冴える食事!」講師(管理栄養士・川原陽子さん)が作った食事をしながら話し合い。※参加費500円,食事&飲物付	28
平成26年1月12日	10:00~15:00	白石まちづくりハウス	白石まちづくりハウス(白石区平和通3丁目北3-1 葵ビル1階)	地域包括支援Cなどからのお話、手指体操、お食事会、演歌体操。参加費200円	24

### 3 参加者アンケート

#### (1) 満足度

「とても満足」(59.6%)、「満足」(36.8%)の合計が96.4%。会場別で大差はなく、総じて高い評価

#### (2) よかった点

「とても満足」「満足」の回答者の「よかった点」は、「他の参加者との交流・情報交換が図られた」(51.8%)、「役立つ情報が得られた」(50.8%)、「日常生活や活動に役立った」(46.1%)

#### ■オレンジカフェの満足度

回答項目	回答数	割合
とても満足	115	59.6%
満足	71	36.8%
やや不満足	3	1.6%
不満足	0	0.0%
その他	2	1.0%
無回答	2	1.0%

#### ■カフェの良かった点

回答項目	回答数	割合
役立つ情報が得られた	98	50.8%
日頃の生活や活動に役立った	89	46.1%
スキルアップにつながった	43	22.3%
他の参加者との交流・情報交換が図られた	100	51.8%
抱えていた問題・不安の解消につながった	22	11.4%
その他	69	35.8%

#### (3) 自由意見

分類	自由意見の主なポイント
プログラム	「役に立つ」「参考に」「楽しい」「明るくなる」など、受託団体の創意工夫を評価し、プログラムにより直接・間接の効果を実感している。
交流	カフェは、誰もが参加でき、出会い、つながる居場所である。一緒に作品をつくったり、行動したりすることで喜びを感じるという声が寄せられた。
食事	食事などは、カフェの重要なパーツである。食事を提供したカフェでは、ヘルシーさや認知症予防のレシピなどが好評であった。
接客・対応	受託団体は、日ごろから地域サロン、コミュニティ・カフェを運営しているため、参加者への対応は慣れている。若い人のアイデアで心が温かくなったなど、高齢者に評価されていた。
その他	「楽しい」のほか、「気持ち晴れた」「一人ではない」「このような場があり、心強い」など、カフェの意義を象徴する回答が寄せられた。

## (4) 認知症に対する知識

適切な治療や訓練で認知症の進行を遅らせることができることを「よく知っている」(21.8%)、「ある程度知っている」(45.6%)と比較的高い。

## (5) 心配なときの相談先

「病院・医療機関」が59.1%である一方、「地域包括支援センター」(35.2%)、「区役所の保健センター」(16.1%)

## (6) 認知症を学ぶ機会への今後の参加意向

「参加したい」(73.1%)

## (7) アンケート結果のまとめ

- ① 参加者の満足度は非常に高く、地域の居場所の意義の大きい
- ② カフェのねらいの一つ「交流・情報交換」で一定の効果を確認
- ③ プログラムのポイントは、「楽しさ」「役立つ」「話すこと、参加すること」「運動」が絡み合い、高い満足度に
- ④ 抱える問題についての共有や語り合いが、介護の疲れを癒し、「一人ではない」という安心感を生み、明日の糧になる可能性を示唆

## 4 受託団体のヒアリング結果

- (1) オレンジカフェの意義を実感し、今後の継続を希望
- (2) 継続するための費用の確保や地域への浸透に課題
- (3) PRなどに苦勞し、地域包括支援センター、介護事業所、地域団体との連携・協力など、日ごろのネットワークづくりの大切さを示唆
- (4) 運営者の側として、認知症に対する知識、コミュニケーションのスキルの必要性を指摘
- (5) 実践できる人材育成が課題
- (6) モデル事業は認知症の人や家族を意識したが、それに限定することなく、誰にでも居場所は大切というスタンスが大半

## ■認知症を遅らせる等の知識

回答項目	回答数	割合
よく知っている	42	21.8%
ある程度知っている	88	45.6%
聞いたことはあるがよく分らない	31	16.1%
全く知らない	9	4.7%
その他	1	0.5%
無回答	22	11.4%
計	193	100.0%

## ■心配なときの相談先

(複数回答)

回答項目	回答数	割合
病院・医療機関	114	59.1%
区役所の保健センター	31	16.1%
地域包括支援センター	68	35.2%
認知症コールセンター	12	6.2%
民生委員	13	6.7%
家族・親族	44	22.8%
友人・知人	20	10.4%
分らない	7	3.6%

## ■カフェに対する今後の参加意向

回答項目	回答数	割合
参加したい	141	73.1%
参加したくない	3	1.6%
分らない	23	11.9%
その他	1	0.5%
無回答	25	13.0%
計	193	100.0%

## [項目別のヒアリング結果]

項目	主なポイント
開催して感じたこと	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 開催意義を実感し、強い今後の継続意向</li> <li>● 認知症の家族との交流や気軽に話す場の大切さを認識</li> </ul>
開催場所	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 5団体が居場所を常設し、確保に大きな困難はなかった</li> <li>● 継続の必要性や居場所としての浸透、運営費用が課題</li> </ul>
居場所づくりと認知症	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症に限らず、誰にでも居場所は大切</li> <li>● PRに苦勞し、専門機関や地域団体とのネットワークづくりの大切さを実感</li> </ul>
認知症の人の参加と課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症の人の参加は、社会に認知症への理解の広がりが必要。症状の程度により、受け入れ側のスキルも大事</li> <li>● 気軽な雰囲気づくりが、悩みや体験の共有を促す</li> <li>● 認知症関連情報の一元化・共有化が必要</li> </ul>
継続への課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 運営の財源に苦勞、人材育成がポイント</li> <li>● カフェ以外の活動をしっかり確立することが大切</li> <li>● 範囲を広げたシニアサロン、カフェの意義の周知などの課題を提示</li> </ul>
広報・PR方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>● カフェのPRは団体の置かれた状況によって異なる</li> <li>● 独自の通信(NEWS, おたより)や会員の呼びかけ、町内会の回覧、関係機関への協力などで集客</li> <li>● 広報もカフェを成功に重要</li> </ul>
当事者と一般の方の交流の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症の人が気軽に社会参加してもらおう状況にない</li> <li>● 近所の助け合いというつながりを再構築が必要</li> <li>● 症状や状況に応じて気軽に参加でき、コミュニケーションがとれるメニューや運営者の知識・スキルの向上が課題</li> </ul>
効果的なプログラム	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 認知症予防につながる食事やレシピの提供、楽しく参加できる笑いヨガや演歌体操、参加者同士がお互いにハンドマッサージを行う、簡単につくれる松ぼっくり講習、料理教室の開催、分りやすい紙芝居ふうの資料作成など多彩</li> <li>● フランクな場での相談コーナー設置も効果的</li> </ul>
継続の工夫	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 予防のための知識提供はもとより、楽しさがポイント</li> <li>● 重い方は送迎付きも工夫のひとつ</li> <li>● 広報や運営のスキルの蓄積・共有なども必要</li> <li>● 傾聴ボランティアの配置などひとりでも参加しやすい状況づくりも。運営、広報、コーディネートする人材を育成し、様々な地域資源とつながって協力が必要</li> </ul>

## 5 カフェ運営に必要な支援

## ■受託団体が求める支援

項目	具体的な内容
制度、相談、医療機関などの情報	認知症に関する各種制度、相談コーナーの所在や相談できる事項、相談機関や医療機関の情報などをコンパクトに提供
カフェの情報	開設日時、会場などの情報、プログラムなどの運営ノウハウの情報共有と発信
人材育成	認知症を理解し、コミュニケーションが図れ、様々なサポートを実践できる人材育成（認知症サポーターのバージョンアップ）
会場の確保	会場の使用料に対する支援、運営のための助成制度

## 6 オレンジカフェの今後のあり方

## [居場所として—共生型]

## (1) 地域交流サロンなどの既存資源を有効活用

- ① 市内の多様な地域サロン活動の広がりを下地に
- ② 医療、介護、福祉の専門機関、地域のボランティアなどが関わりを深め、オレンジカフェの実現を加速

## (2) 共生型のユニバーサルなカフェづくり

- ① 居場所はだれにとっても大切（認知症の人と家族だけの居場所ではない）
- ② 特別な場所ではなく、オレンジカフェという看板もない、そして、誰もが特別な存在ではなく、それぞれの個性が尊重され、一人の人間として楽しく、心豊かに過ごせる場が大切
- ③ 共生型のユニバーサルなカフェづくりが札幌のまちによく似合う

## [活用のあり方—地域包括ケアに寄与]

## (3) 居場所と関係機関の連携—つながる場、支え合いが生まれる場へ

## ① 認知症支援はあらゆる資源の連携で成り立つ

- 認知症の人や家族の支援は、当事者同士や医療、介護、福祉などの専門機関、町内会や社会福祉協議会などの地域機関、ボランティアなどが連携して成り立つ
- モデル事業は、受託団体とともに地域包括支援センター、介護予防センター、医療機関、グループホーム、町内会、食生活改善推進員の関係機関などが参加・協力。オレンジカフェという場で、同じ目的を有しながら連携を進めていく好事例

## ② 気軽にフラットな連携の場、支援の入口に

- 地域ケア会議がフォーマルな連携の場とすれば、オレンジカフェはインフォーマルな連携の場。支援する人、支援を受ける人という一方的な関係ではなく、同じ地域、カフェに集うフラットな関係が期待できる
- モデル事業を実施した医療機関でのカフェでは、「診療時には聞けない率直な悩みや体験が聞けた」という。気軽にフラットな関係であればこそ、得られたもの。相談コーナーを設けたカフェでは、公式の相談にはない打ち解けた雰囲気があった。
- 先行研究では、「認知症カフェというゆるやかなつながりは、本人と家族にとって、専門職や地域の第三者（理解ある人）は理解のある友達のような第三者として機能する。このような存在は、認知症の人と家族の関係、本人と周囲との関係に良い方向の変化を生み出している」と指摘。

## ③ 気づき、つながり、“地域包括ケア”実現にも寄与

- 認知症についてはまだ正しい理解が社会に浸透していない。病院にかかったり、区役所や地域包括支援センターに相談に行ったりするには、本人やもとより家族もまだまだ踏み出しにくい状況にある。
- 楽しみながら、認知症の知識を得たり、予防のための運動をしたり、日常的な交流の中で、当事者や家族、周囲の人が気づき、相談に結びつき、医療や介護、福祉のサービスにつながるきっかけとしても可能性が大
- 一人暮らしの高齢者は、札幌市内で約8万1千世帯（2010年国勢調査）に達し、今後も急激に増加していくことが予想されている。外との交流で“気づき”が得られる。
- 認知症の人の家族も、責任感の強い人ほどすべてを抱え込みがちで、抱える悩みは実に数多く、多岐に渡る。家族のレスパイトケアとして機能
- オレンジカフェという場が、認知症の人や家族、地域の人々、ボランティア、医療や介護などの専門機関との出会いの場として広がることで、当事者の不安の解消につながり、あらゆる地域資源がつながって、住み慣れた地域に最後まで安心して暮らせる“地域包括ケアシステム”が実現する。