

どんな「認知症カフェ」にしたいの？

- 何のために認知症カフェをはじめなのか？
- コンセプトはどのようなものか？
- 日本における認知症カフェはまだ新しい取り組みですので、地域によって、主催する人たちによっても内容や目的が様々な形があります。
「こうしなければいけない」という形式は、まだハッキリとしたものはないので、自分たちが行いやすく、継続できる、人が集まりやすい認知症カフェを考えてみてはどうでしょうか？
- 目的を探すまでは、スタッフと何度も話し合いをもち、時間がかかるかもしれませんが、継続していくためには同じ目的を共有していくことが大切です。参加者が少なかったり、スタッフが辞めてしまったり、回数が重なっていくことによる様々な悩みも出てきます。そのような時にこそ、「目的をもっている」という土台が重要となってくるのです。
- 今の日本では、認知症カフェに関して、明確な指針は示されていません。

現時点では「認知症カフェを始めたい！」という思いがあり、始めるためのいくつかの条件を整えることができれば、誰でもスタートできます。



自分たちの団体の特性やマンパワー、地域の強みを活かすこともできるでしょう。

- いくつかの団体と共催・企画という形で認知症カフェを行う場合には、目的を設定するための話し合いで、いくつかの意見に分かれることがあるかもしれません。入口の意見は異なるように感じてしまうかもしれませんが、その先の認知症カフェを通じた出口で待ち受けている目的は同じものであることを確認できるといいですね。
- 認知症カフェをはじめる前の一番難しい段階かもしれませんが、焦らずゆっくりと時間をかけて「認知症カフェを行う目的」が共通のものにできると、その後の活動がスムーズになっていきます。
- 「何のために認知症カフェをやるのか？」
そんなシンプルな発想で目的を話し合ってみてください。





誰と一緒にやっていくの？

- 自分たちの認知症カフェだけど…。
- もっと人手が必要だね。
- 若い人もいてくれると助かるな。
- 認知症のことに詳しい人がいてくれると心強いね。
- 地域に顔の広い人がいてくれるといいね。
- 認知症カフェは、今まで地域で培われてきた“サロン”とは異なり、認知症をテーマにした集まりです。認知症の人や家族ができるだけ早く支援につながることも目的となっていますので、介護や福祉、医療などの「専門職」が必要です。地域にある、これらの関係機関へ相談してみると「協力しますよ、一緒にやりましょう！」と言ってくれるところが必ずあるはずです。
- 専門職とのつながり方や事業所の存在がわからなかったら、近くにある地域包括支援センターへ聞いてみると情報をたくさんもっています。地域包括支援センターとの出会いは、認知症の人や家族、地域の人、専門職などとの“つながりの第1歩”となりますので、「ぜひ一緒に！」と協力を呼びかけてみるのもいい機会です。
- 一緒にやる仲間が増えることで、役割分担の幅が広がり、負担軽減にもつながっていきます。認知症カフェの開催を継続していくた

めにも人員の確保は不可欠ですし、運営に関するアイデアや工夫も豊かになります。

● 「新しい仲間と新しい認知症カフェの始め方」

何だか難しいような感じもしますが、新しい出会いは新しい発想や考え方にもつながっていきます。今まで自分たちだけでは解決する方法がわからなかったことや悩んでいたことなどが、少しずつ何かの形として物事が進んでいくきっかけになるかもしれません。





自分たちのまちのどこでやるの？

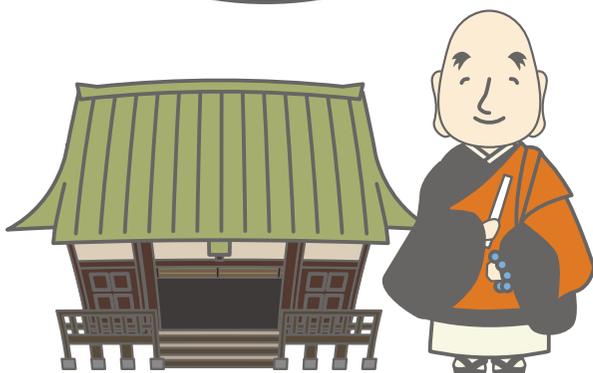
- どの場所だと集いやすいか？
- 誰でも歩いて行ける場所だと最高だね。
- 初めてでも、一人でも、入りやすい雰囲気だといいね。
- 会場費用にお金がかかると大変だなあ。
- 先々の予定を立てたいので、日程に融通のきくところがいいかな。
- 町のなかの喫茶店、市民センター、福祉施設、パン屋、寺院、等々。
- いつも使っている町内会の集会所のような場所だけでなく、地域のなかには思いがけないすてきな会場があるかもしれません。誰にでも気軽に入りやすい雰囲気を作るには会場の設定も重要となってきます。いかに「敷居を低く」できるかが、成功のカギを握ることもあるようです。
- いろいろな人に聞いて、雰囲気が良くて入りやすい会場をいくつか候補にあげてみるとイメージがつきやすくなります。その中から日時や費用、使用方法など、双方の条件に合う会場が絞られていきます。会場となるところにも認知症カフェについての理解が得られると、少しずつ貸し出しに関する条件が変わっていくこともあります

- スタッフの日頃からの地域でのネットワークと情報をフル活用する時です！
- 初めから「ダメかな…」とあきらめずに、「ダメでもしょうがない！」と交渉してみると、「私も認知症の家族の介護経験があるんです」とか「地域のために何かしたいと考えていたんです」「ランチタイムの後の時間帯だったら大丈夫じゃないかな？」などと、思いがけない答えが返ってくるかもしれません。
地域は資源の宝庫です！

私も母親の
認知症の介護に
悩んだことがあった。
こういうことには
協力したい



これからは
地域貢献していきたい
と考えていたところ
だったよ



午後2時過ぎなら
お客さんが少ない
時間だから
大丈夫かも





経費はどうするの？

- やりたい気持ちだけではできないよね。お金が必要。
- カフェの食器や看板、装飾、文具…準備にもお金がかかるなあ。
- 参加費をもらったらいいかな。
その場合、いくら位なら参加しやすい金額かな？
100円？ 200円？
あまり高く設定しないで、できないかな？
- 無料でやっているところもあるらしいけど、経費はどうやって捻出しているのかな？ お金にまつわるノウハウを知りたいよね。
- 企業が協賛してくれないかな。
企業にとっても地域にPRできる機会になることもあります。お互いにメリットとなりそうなことを相談できると、経費だけでなく、会場や人、物品など、想定していなかった『何か』に協力を得られることもありそうです。地域の特性と人脈をフルに活かして、認知症カフェを通じて新たに生まれることがあるかもしれません。
- 自治体の助成金があるのかな。
自分の住んでいる自治体によって、認知症カフェの開催、または準備に助成金を出しているところも増えてきています。
また、自治体だけでなく助成金を出している企業もあります。
いずれも助成金を申請するための条件があり、審査に通過することが必要となりますので、事前の情報収集が必要となります。

- 自分たちの団体だけでなく共催している団体があれば、経費のことについて、どのように準備をするのか、一緒に話し合う必要があります。
- 継続していくためには経費がどの程度かかるのか？その分担は？年間の予算は？など、誰にとっても、どの団体にとっても、デリケートな内容となりますので、準備の段階から検討しておくことが大切です。
そのためにも1回ごとの経費をどれだけ抑えることができるのか、様々な工夫も必要となってきます。

