

はじめてみませんか？

# 認知症カフェ

佐世保市では認知症カフェの設置を進めています。現在佐世保市が把握している認知症カフェは、市内4ヶ所という現状です。

是非、皆様の事業所内の空スペースを認知症カフェとして提供していただませんか？



①おれんじカフェ：毎週水曜日開催  
参加費：200円



フリートークを楽しんで交流したり、ランチもできる場所です☆(^ ^)



参加者全員で脳トレに励んでいます！この後、おしゃべりしながら楽しい時間を過ごします★



②メモリーなないろ(宇久)：  
毎月第2・4火曜日開催

天気が良い日には玄関前の  
テラスで楽しむことができ  
ます(\*^^)v



③陽だまりCafé：  
毎月第2金曜日開催



コーヒーは豆から挽い  
てます！自分で挽いた  
コーヒーをゆっくり飲  
むことができます★



福祉の相談も承りますの、  
お気軽にお越しください♡



④菜～さい～Nagasaki Café  
毎月第4木曜日開催

ケーキなどのデ  
ザートも準備して  
ありますよ☆

※令和3年3月時点の情報です。

# 認知症カフェってなに？

認知症と診断され、将来のことについて、ご本人もご家族も情報が無く、とても不安だと思えます。認知症カフェはそんな方たちが気軽に集い、同じ状況の人達が出会う場所です。ご本人が1人で、または家族や友人と一緒に交流できる場所です。

## 《楽しむ》

- ★お茶やお菓子を楽しむ
- ★おしゃべりを楽しむ
- ★お客さんと交流して楽しむ
- ★イベント等を楽しむ



### 効果

同じ経験をしている方同士で交流することで、ご本人もご家族も共感できる仲間作りが出来ます。

ご本人は、自分のペースで過ごせる安心した場所、得意なことを活かして、役割を持って活動できる場もあります。



## 《学ぶ》

- ★地域住民が認知症や認知症ケアについて知る場
- ★認知症の方への接し方を学ぶ場
- ★カフェに常設された認知症に関する役立つ情報を入手する



### 効果

認知症について情報を得たり、正しい理解につながります。

認知症サポーターにとっては、交流の手助けや活躍の場が増えます。

## 《相談する》

- ★家族同士で悩みを共有し、アドバイスしあえる場
- ★参加している専門職と気軽に相談できる場



### 効果

運営スタッフにとって、必要とされていること、やりがいを感じる場所となります。

参加者の思いや希望が社会に発信される場所でもあります。

## なぜ、認知症カフェが必要なの？

～地域における、ご本人やご家族の仲間作り～

認知症のご本人が地域へ出かけられる場所がとても少ないという課題があります。そのため、認知症になるとそれまでの地域とのつながりが途切れ、閉じこもりがちになる方も少なくありません。一人で悩まず、ふらっと立ち寄って同じ立場の方々と認知症のことを気軽に話し合える場として、認知症カフェが求められているのです。

～認知症の正しい理解を広げる～

「認知症」への誤解や偏見は、まだまだ多く見受けられます。”認知症になったら何もできなくなる”と思われがちですが、そうではありません。認知症カフェは、ご本人が自分の強みを活かしていきいきと輝く場の一つです。机上で病気の知識だけを学ぶのではなく、認知症カフェでご本人と直接かわることで、地域への認知症の正しい理解を広げる近道になります。

# 認知症カフェの開設について

## 誰が開設する？

誰でも開設できます。

個人、地域の有志、NPO法人、地域包括支援センター、認知症と家族の会、社会福祉法人、介護関連企業、地域密着型サービス事業（グループホーム、小規模多機能。認知症デイ等）等どなたでもはじめることができます。

## 運営費は？

場所代、人件費、お茶費、消耗品等を原価程度で利用料としてもらうところが多いようです。（100～500円程度）

佐世保市でも助成金はありませんが、ホームページに助成団体の募集要項を公開している所もあります。

## どんなことをするの？

### ★コミュニケーションタイプ

特別な内容は無く、お茶をしながら交流を楽しむ

### ★活動をするタイプ

イベント、コンサート、脳トレ、認知症についての講座、作品作り、お菓子作りをする



## 介護保険事業所が認知症カフェを行うメリット

事業所について地域の人に知ってもらえる



利用者さんや入所者さんと地域のつながりができる

職員のやりがいにつながる

事業所と地域のつながりができる

地域から信頼される存在となる

認知症の相談をできる拠点となる

# 佐世保市の運営支援

佐世保市、「認知症カフェをやってみたい」という事業所さんの相談に応じ、開設や運営の支援を行っています。

また、トラブルが発生しないような配慮、衛生管理や安全対策の面で不安な点を一緒に検討させていただきます。

## 運営するためのコツ

### ”地域を知っている”という強みを活かす

地域の方がどんなカフェを希望されているか地域を知ることから始まります。地域のことをすでに熟知されている方の強みを活かし、地域の方の声を拾い上げていけるカフェを作ってみませんか？

認知症カフェを行うことで、さらに地域の隠された悩みに気づけるきっかけになるかもしれません。

### ②”介護施設・担い手不足”の課題をプラス思考に！

全国的に高齢化が進む中で様々な課題があります。私たちが何をするべきか、どうしたらいいのかを事業所単位で考えるのではなく、地域全体で真剣に考えるきっかけ・場所にしてみませんか？

## 認知症地域支援推進員へご相談ください！

認知症カフェの立ち上げや、運営に関するご相談は、認知症地域支援推進員へご相談ください。

認知症カフェの開設手引きをお渡しいたします。

認知症地域支援推進員は、地域で暮らす認知症の方とその家族の相談支援、医療機関や介護サービス及び地域の医療機関との連携を行っている専門職です。本市においては、H22年より配置し、R3年現在4名の推進員を配置しています。

#### 【問い合わせ先】

佐世保市役所長寿社会課高齢支援係 24-1111（内線5324・5327）  
宇久地区は宇久地域包括支援センター 0959-57-3450