カフェ・オレンジ通信

アシスト２１・ひまわりセンター
認知症支援・介護予防センター

〒802-8560 小倉北区馬借一丁目７番１号
総合保健福祉センター（アシスト２１）5F
TEL093-522-8765　FAX093-522-8773

第５号
平成 28 年 8 月 15 日
発行：認知症・草の根ネットワーク

全国に「常設のカフェ」を発信！キーワードはフレッシュアップ！

８月１日に開催された「認知症地域支援体制推進全国セミナー」（認知症介護研究・研修東京センター主催）に、保健福祉局地域福祉部長の武田信一さんと認知症・草の根ネットワークの理事兼事務局の田代久美枝さんがお招きを受け、兵庫県、静岡県藤枝市とともに北九州市の取り組みについて、「市が地域で暮らす本人と家族の声や力を活かして、やさしい地域づくりを一歩一歩進めている取り組み」として事例発表をしました。

当日は全国から180名の地域包括支援センター、介護保険担当者、社会福祉協議会、ＮＰＯ等で活躍する若い世代の職員さんが参加されていたそうです。

生活支援総合事業をにらんだ動きとして、カフェやサロンをこれからどう運営していくのかに関心が集まっています。仕組みがあっても、それが地域の上に描いた「絵」になってしまっている。誰がそれをやるのかの部分が落ちてしまっている現状が多くの現場に横たわっています。そこに「ある」だけでなく、しっかり活用する「フレッシュアップ」が今求められています。

そんな中、「ごちゃまぜの思想」で行政と市民の「役割分担」論、「黒子」論、「委託・受託」の関係を排除して、一緒に何ができるのかを模索し、思いを摺り合わせながら運営している「カフェオレンジ」に注目が集まりました。常設のカフェは全国初！いつもやっていれば、都合のつく時に来場出来る介護家族がいる・・。認知症は決して特殊なものではないというアピールにつながり、間口を広くすることでいろいろな人がくつろげる場を提供できる。「常設」の先には、まだ誰も見たことのない風景が広がっています。政令指定都市の中で最も高い29％という高齢化率の北九州市。認知症支援と介護予防に同時に対応できるセンターを４月に開設しました。その中でカフェは、介護知識の空白や人生の役割の空白を柔らかく受け止め、相談窓口にたどりつくまでの「入り口」の「入り口」であり、カフェマスター研修を受講したシルバー世代のマスターさんが、切り盛りする生きがいづくりの場でもあります。集うことで生まれた「顔の見える関係性」が、他人事を我が事にし、地域の中につながりの種をまきます。あなたが地域コミュニティ再生のチェンジメーカーです。

全国各地から参加の保健福祉関係者１８０名。会場には熱気が溢れています。

両面刷り１８ページの資料をお配りしました。

いつもどおりの楽しい掛け合いを披露！？

カフェ de お・ん・が・く/JR東海列車事故裁判～看取りまで/紙風船ばくだん紙芝居

６０年代のサウンド♪～に乗って、参加の皆さんは踊りまくりました！

列車事故裁判から、訪問診療を通じての看取りまで幅広く学びました。

紙風船ばくだんの実話を終戦の時期に紙芝居で見せていただきました。

カフェマスター研修会、１期～３期を終えて

常設カフェの助っ人を求めて

「常設のカフェにするので、手伝って下さる方にたくさん出会わなくちゃ。」と、オープンに先駆けて4月にスタートした「カフェマスター研修会」。何人受講してくれるのかな?と心配しながら、4月第1期（6回コース）、6月第2期（5回コース）、7月第3期（4回コース）と3回実施しました。終わってみれば1期延べ476人、2期延べ453人、3期延べ486人と毎回多くの方々にご受講頂きました。内容は、カフェが認知症ご本人や介護家族の居場所になることを想定して、主に認知症についての学びです。2期以降の受講者の3分の一はリピーター。「同じテーマでも講師の先生が違うと切り口が違うから」と熱心に学習を続けて下さいました。途中休憩にと設けた、少し長めの「カフェタイム」で、テーブルを囲み、お茶を楽しみながら仲良しになられた方もおいでのようです。2期では企業さんのPRタイムを設け、3期では共に学生さんも学ぶといったそれぞれに特色のある研修会になりました。

シルバーパワーに感謝！

様々な年代の方が受講されましたが、その後カフェマスターとしてご協力頂いている中心メンバーは75～85歳のシルバー世代。常設ゆえ、来場者数に波がある「カフェオレンジ」の毎日をポジティブに支えています。殆どが地域でのボランティア経験者、または傾聴の学習者です。人が行き交う場では、日々さまざまなドラマが生まれています。話を聴いてほしい人、そっとしておいてほしい人。難しい相談がある人。「私は何もできなくて・・」と言いながら「場を読む」というツボはしっかり押さえている頼もしい皆さん。いつも飛びきりの笑顔でお客様をお出迎えし、用件によって事務所につなぐタイミングも絶妙です。

「カフェオレンジ」と「マスターさん」のこれから

カフェマスターのご希望者が、嬉しいことに60名を超えました。

これから先、活躍の場を地域にも広げていく必要があります。自宅から歩いていける距離にカフェがあって、いつでも気軽に立ち寄れる。カフェマスターさんたちは、「カフェオレンジ」で磨いた腕を地元に戻って発揮する!そういう北九州市内での広がりを目標に、「カフェオレンジ」も前へ進んでいきます。

カフェ・オレンジの運営に
ご協賛頂き、ありがとうございます

- 田原校区民生児童委員協議会様
- 久保哲郎様　・金子輝子様
- 小野隆生様　・野村美代子様
- 白水京子様　・高橋昌子様
- 田代旦治様
- ながさきクリニック様

（順不同）

カフェで一休み。楽しい語らい

缶詰介護食の試食！美味しい！

学生さんと一緒に学びました！

みんなが笑顔のコグニサイズ体験！

閑話休題

2008年に「第一回 認知症・北九州大会」を開催したとき、グループホームで生活する認知症ご本人が、壇上で自分の想いを肉声で語った。若い頃のエピソードだったり、事業所で働く人への感謝だったり、会場には、温かい優しい時間が流れた。

ご本人の言葉には説得力がある。

「認知症になった私が伝えたいこと」（佐藤雅彦著／大月書店）という本を手にした。51歳のときにアルツハイマー型認知症と診断された佐藤雅彦さんは、できないことは増えたが、できることもたくさんあることに気がついたと書いている。日付や曜日がわからなくなる、昨日のことを覚えていない、ものを失くす等の問題には、パソコンを利用したり、ものを定位置に置くように心がけ、買い物ではクレジットカードを利用することで、お財布の中を小銭だらけにしたり、請求書を失くすといったリスクを回避している。出かけることが大好きでも、一人で行動することに自信を失って閉じこもりになる人も多いようだ。同行してくれる人がいれば、お出かけを楽しむことができる。トイレの場所がわからなくて不安になるときは、恥ずかしがらずに聞けばいい、とある。

趣味の写真、聖歌隊・・・と一人暮らしを楽しんでいる。大変でも、「自分のことが自分でできる」自由さは何物にもかえがたい。

ご自身の体験が、世の多くの認知症の人の苦しみを少なくし、世の中を変えていくのだという生き方になり、2014年10月の「日本認知症ワーキンググループ」発足につながった。

足元のできる支援を、みんなで！（ま）