

自宅にこもりがちで認知症の人や介護する家族が安らげる場が、「認知症カフェ」だ。集まる人を限定せず、地域の誰もが参加できるのが特徴で、全国に広がっている。自由に語らう中で認知症への理解が広がり、悩みの解決にもつながっているようだ。

(辻阪光平)

認知症の 6

はてな

トントントン。今月17日の屋下がり、明るい「店内」に木づちの音が響く。

東京都目黒区の「Dカフェ・リハビリ工房」では作業療法士らの指導でコースターなどを作る革細工が楽しめる。Dは認知症を指す英単語「Dementia」の頭文字だ。休日のデイサービス事業所を活用し、開催は月1回。300円の参加費でコーヒーと菓子が付く。

この日は認知症グループホームの利用者や、工芸が好きな一人暮らしの高齢者ら約20人が参加。色付けした作品を見せ合い、女性の1人は「きょうはハッピーだわ」とほほ笑んだ。

今年初めにアルツハイマー型認知症と診断された母親(82)と訪れた女性(54)は2度目の参加。ペン立て作りに打ち込む母を見守り、「前回の帰宅後は久しぶりに『ありがとう』と言ってくれてうれしかった」と目を潤ませた。「私も、介護

理解し合う場 悩み解決の糸口

経験があるスタッフやケアマネジャーと出会い、介護の助言を得て、ひと息つけました」

こうしたカフェを4年前に始め、民家や病院など区内10か所で運営するNPO法人「Dカフェネット」代表理事の竹内弘道さん(72)は、「自分に合うカフェを選べるよう、医師の講話や看護師の健康相談など、それぞれに特徴があるが、過ごし方は自由。歓談を楽しみだけでもいい」と話す。

Dは「誰でも」の頭文字でもある。「医師や地域の人とも気軽に訪れ、対等な関係で一緒に歩む感覚を広げたい」と竹内さん。話し相

手が認知症と気づかず、介護の苦勞を打ち明け、表情が明るくなって帰る人もいう。

「認知症の人が聴き手となり、介護者を癒やすこともある。ここに来れば、認知症になったら何もできなくなるわけではないことにも気づいてもらえます」

本人も手伝う

認知症カフェはオランダや英国の取り組みを参考に国が普及推進を掲げた。厚生労働省によると、今年3月末現在で全国722市町村に2253か所ある。「認知症の人やその家族が地域

の人や専門家と情報を共有し、お互いを理解し合う場」と位置づけられ、設置主体は市町村や介護サービス事業所など様々だ。

支え合う一員として、認知症の人ができる範囲で運営を手伝うところもある。川崎市宮前区の土橋町内会が公民館で月1回開く「土橋カフェ」は100人前後が集まる盛況ぶりだ。

「ここにいて誰が認知症かわからない。知ろうとする人すらいない」と柴原忠男・町内会長(80)は笑う。

開所3周年を祝う今月7日の集まりでは、コーヒーを配り歩く認知症の女性(78)の姿があった。一人暮

らして開催日を忘れることもあるので、当日はケアマネジャーらが訪問してカフェに誘う。女性は「皆さんと一緒に過ごせて幸せ」と目を細めた。

運営に関わる「クリニック医庵たまプラーザ」の高橋正彦院長は「カフェは認知症の人や家族を早期に支援する窓口であり、社会とつながる場としても極めて重要。家族以外の人との交流を通じた治療効果も期待できる」と説明している。

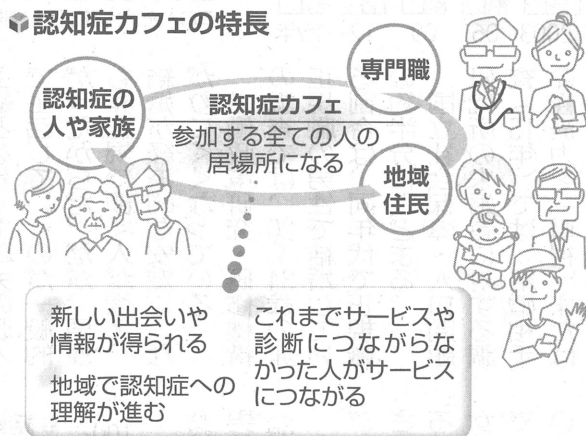
場所知る方法

国はカフェを通じて顔なじみになったボランティアが認知症の人を訪問し、一緒に過ごす「認とも」の育成も目指している。ただ、認知症介護研究・研修仙台センターの矢吹知之・主任研修研究員は「日本では今のところ、公的な基準や制約がなく、本人や家族の居場所づくりを第一の目的としたカフェでは第三者が参加しにくいことがある」と指摘する。

カフェの名称に「認知症」という言葉が入っていないところも多く、所在が分かりにくい。矢吹研究員は、市町村のホームページで検索したり、市町村が置く高齢者向けの相談支援拠点「地域包括支援センター」に問いあわせたりすることをお勧めしている。



認知症カフェの特長



※矢吹知之の著「認知症カフェ読本」などを基に作成

革細工を楽しんだり、コーヒーを手に歓談したり。「Dカフェ・リハビリ工房」ではゆったりとした時間が流れていた(17日、東京都目黒区)。