

地域包括ケアシステムにおける認知症カフェの役割

(2017年身延山大学・金剛大学校学術交流研究発表会)

榎木 博之

1 はじめに

現在の日本は超高齢社会を迎え、高齢化が大きな社会問題になっている。2015年で日本の高齢化率は26.8%となっている。2025年には団塊の世代が75歳以上となり、高齢化率も30%を超えることが予測されている。今後は65歳以上が3人に1人という社会を日本は迎えることになる。高齢者の数が増加することに伴い、認知症高齢者も急増することが予測されている。2025年には認知症高齢者が700万人を超え、実に65歳以上の5人に1人が認知症になるとも言われている。このような状況の中で、高齢者が認知症等で要介護状態になっても住み慣れた地域で暮らし続けるための対策が急務になっている。その対策として、2025年までに地域包括ケアシステムを構築することが求められている。また、認知症高齢者への対策では、2012年に「認知症施策推進5か年計画（オレンジプラン）」が、2015年には認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）が続けて出されている。その中で認知症の方やその家族の居場所にもなる「認知症カフェ」の普及も含まれている。

このように高齢化の問題が顕著な状況から、身延山大学（以下本学）では、2016年3月より、認知症カフェである「オレンジカフェ身延山」を立ち上げた。本論では、地域包括ケアシステムにおける認知症カフェの役割について、本学の取組から見てきたことを報告する。

2 地域包括ケアシステムとは

地域包括ケアシステムとは、医療介護総合確保推進法第2条において「地域の実情に応じて、高齢者が、可能な限り、住み慣れた地域でその有する能力に応じ自立した日常生活を営むことができるよう、医療、介護、介護予防（要介護状態若しくは要支援状態となることの予防又は要介護状態若しくは要支援状態の軽減若しくは悪化の防止をいう）、住まい及び自立した日常生活の支援が包括的に確保される体制をいう」としている。2025年までに例え要介護状態になっても住み慣れた地域で生活していけるような体制を構築していく、ということである。何故、2025年までに構築するとしているのか。それは「2025年問題」への対策だからである。

「2025年問題」とは、団塊の世代全員が75歳以上の後期高齢者になる2025年に、一人暮らし高齢者や認知症高齢者が増加する等のさまざまな問題のことである。全人口における75歳以上の割合について、2015年には13.0%だったが、2025年には18.1%に上昇することが予測されて

いる。(表1) 実に5人に1人が75歳以上、という社会を日本は迎えるのである。

表1 高齢化の推移と将来推計

	2015年	2025年	2055年
65歳以上高齢者人口(割合)	3395万人 (26.8%)	3658万人 (30.3%)	3626万人 (39.4%)
75歳以上高齢者人口(割合)	1646万人 (13.0%)	2179万人 (18.1%)	2401万人 (26.1%)

出典 内閣府「平成26年度版高齢社会白書」から抜粋

65歳以上の世帯で見えていくと現在は夫婦のみ世帯が一番多いが、2025年には単独世帯700万世帯、夫婦のみ世帯645万世帯となることが予測されている。¹⁾今後、65歳以上世帯の中では一人暮らし世帯が一番多くなるのである。認知症高齢者の数においても、2012年に462万人(65歳以上の7人に1人)であり、2025年には約700万人(65歳以上の高齢者の約5人に1人)になると予測されている。²⁾これらの状況から、2025年には75歳以上で1人暮らしの認知症高齢者が増加する、ということもできる。

このような問題がある2025年までに、例えば認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けることができるような体制、地域包括ケアシステムを構築することが喫緊の課題になっているのである。地域包括ケアシステムの中には、「認知症高齢者の地域での生活を支える」³⁾も含まれている。認知症高齢者を地域で支える具体的施策として、厚生労働省は2012年に「認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)」、2015年には「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」を出している。その中で認知症対策の一つとして「認知症カフェ」をあげているのである。

3 新オレンジプランと認知症カフェ

認知症カフェについて、武地は「認知症の人とその家族・友人にとって自分らしさを発揮し、社会とのかかわりをもてる場所であるとともに、情報交換や共感ができ、心が安らぐ場所として運営されるカフェ」⁴⁾としている。認知症カフェはアルツハイマーカフェとしてオランダで始まり、その後日本にも普及していった。そして近年では全国各地で認知症カフェが増加しているのである。増加した背景として、厚生労働省の認知症施策が影響している。

認知症高齢者が急増している中で、認知症カフェが施策として位置づけられたのは、2012年に出された「認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)」と2015年に出された「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」になる。「認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)」は、1 標準的な認知症ケアパスの作成・普及、2 早期診断・早期対応、3 地域での生活を支える医療サービスの構築、4 地域での生活を支える介護サービスの構築、5 地域での日常生活・家族の支援の強化、6 若年性認知症施策の強化、7 医療・介護サービスを担う人材の育成、の

7つについて具体的な施策を挙げている。この中の「5 地域での日常生活・家族の支援の強化」において、認知症カフェのことが以下のように述べられている。「平成25年度以降『認知症カフェ』（認知症の人と家族、地域住民、専門職等の誰もが参加でき、集う場）の普及などにより、認知症の人やその家族等に対する支援を推進」⁵⁾としている。

「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）」では、①認知症への理解と理解を深めるための普及・啓発の推進、②認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供、③若年性認知症施策の強化、④認知症の人の介護者への支援、⑤認知症の人を含む高齢者にやさしい地域づくりの推進、⑥認知症の予防法、診断法、治療法、リハビリテーションモデル、介護モデル等の研究開発及びその成果の普及の推進、⑦認知症の人やその家族の視点の重視、の7つについて具体的な施策を挙げている。この中で認知症カフェについては、「⑦認知症の人やその家族の視点の重視」の中の「初期段階の認知症の人のニーズ把握や生きがい支援」において、「認知症カフェで認知症の人を単にお客さんとして捉えるだけでなく、希望する人にはその運営に参画してもらい、このような中で認知症の人同士の繋がりを築いて、カフェを超えた地域の中での更なる活動へと繋げていけるような、認知症の人の生きがいづくりを支援する取組を推進する」⁶⁾としている。また、認知症ケアパス（※1）の中にも、「認知症カフェ」を位置づけている自治体が多くあり、認知症の早期対応を行う社会資源の一つとしての役割も期待されている。

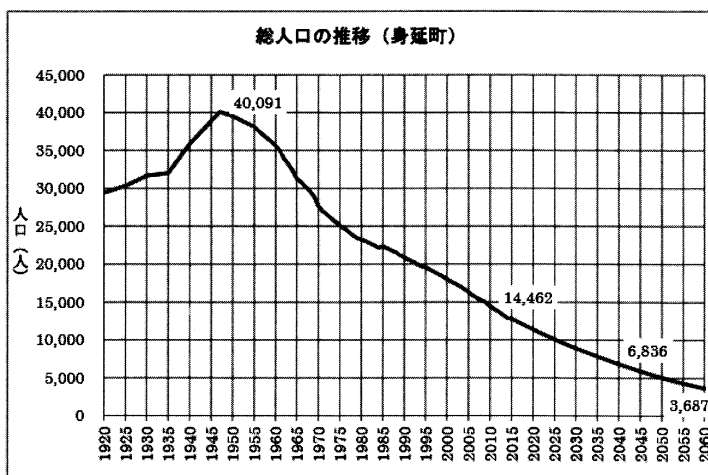
オレンジプラン、新オレンジプランにおいて、認知症カフェに認知症の人やその家族の支援、認知症の人同士の繋がり、生きがいづくり等を求めているが、他にもさまざまな役割が考えられる。認知症カフェは、地域住民にとっての認知症の理解を深める場にもなるし、幅広い人たちの交流の場にもなり得る。また、認知症の人だけではない高齢者の居場所となることも期待できる。

このような役割を持つ認知症カフェであるが、さまざま効果も指摘されている。認知症カフェのあり方と運営に関する調査研究事業報告書の中では、「認知症の人と家族が同じ空間で同じ境遇の人と出会い、それぞれの横のつながりを形成し強化できる場となっている」「コーヒーを飲んで一服できるスペースがあったり話を聞いてくれる人がいたりすることで、認知症の人が明るく笑顔になれる場となっている」「介護する家族が悩みや思いをはきだし、泣くことで、明るくでき、安心感が生まれる場となっている」「地域住民が認知症の人と出会い、同じものを飲み、食べ、会話することで認知症が特別な病気でないことを知る場となっている」⁷⁾等、認知症本人、その家族、地域住民にとっての効果を挙げている。また、家根ら（2015）は「認知症の初期から適切なケアや支援に結びつく、気軽に寄れる場として有用」⁸⁾として、認知症の人の居場所としての効果を指摘している。これらから認知症カフェが認知症の人やその家族、更には地域住民にとっても有効な社会資源の一つと言えるだろう。

4 身延町の地域課題と認知症カフェ

では続いて、本学のある山梨県南巨摩郡身延町の地域課題と認知症カフェの関係について見ていきたい。身延町は、山梨県の南部に位置しているが、近年は過疎地域として人口の問題を抱えている。2015年度国勢調査での人口は12,669人、高齢化率43.0%となっている。「昭和40年から平成27年までの50年間の増減率はマイナス59.52%と大幅に減少」⁹⁾している状況から、身延町では人口減少と高齢化に直面している地域、ということが出来る。身延町の人口の推移について（図1）は、1950年ころをピークに右肩下がりになり、現在、12,669人の人口が、2060年には3,687人まで減少すると予測されている。

図1 身延町人口の推移



身延町役場福祉保健課資料

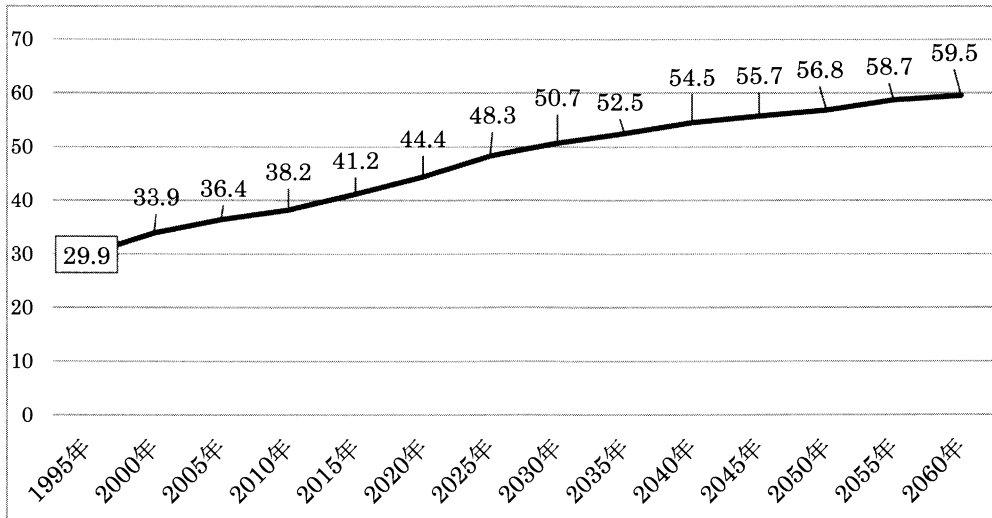
また、高齢化率の推移を見てみると、1995年には29.5%だったのが、2015年には41.2%、2060年には実に59.5%まで上がることが予測されている。（図2）2015年の日本の高齢化率26.8%、山梨県28.4%になるので、いかに身延町の高齢化率が高いかが分かる。

この2つのデータから身延町は、人口減少と高齢化という人口問題が顕著な地域である、ということが出来る。また、身延町では高齢者の一人暮らし、若しくは日中独居の高齢者が現在でも多く、今後は更に増加していくことが予測される。これらのことから身延町の地域課題は、「人口減少」「高齢化率の上昇」「一人暮らし・日中独居高齢者の増加」となるであろう。

身延町は山間地が多く、一人暮らしをしている高齢者の周囲には家がなく孤立しがちになってしまう、という課題もある。2014年1月・2月に起こった大雪の際にこれらの課題が健在化した。その時に一人暮らし高齢者の所へ物資等の支援が遅れたのである。このような地域課題

がある身延町において、高齢者同士が交流する場を作ることも重要になってくると考えられる。

図2 身延町の高齢化率の将来推計



身延町役場福祉保健課資料

人口問題以外の地域課題としては、支え手になる人材の確保や新たな社会資源を構築することが困難、ということが挙げられる。支え手になる人材の確保では、身延町内の福祉関係機関の人事担当の方から「若い人が入ってこない。職員の確保が難しい」という声をよく聞いている。また、筆者が町内のボランティア団体の会合に参加したときに「若い人が入ってこなくて世代交代がなかなかできない」という声をよく耳にしていた。このような状況では、新たな社会資源を構築することが難しく、身延町としての地域課題であるということが出来る。

5 オレンジカフェ身延山の活動報告

このような地域課題がある身延町の中で、本学ではこれまで学生が中心になってさまざまな地域貢献活動を行ってきた。2014年身延山久遠寺、2015年身延町門前町商店街、2016年身延駅前商店街のバリアフリーマップを作成し、身延町を訪れる観光客に配付できるようにしていった。これらのマップは、本学と身延町のホームページにも掲載されている。また、身延町内の小・中・高校において高齢者の疑似体験や認知症サポーター養成講座等の出張授業を行っている。更には、毎年11月に行われるみのおまつりにもブースを出し、地域住民と交流するようにしている。これらの活動を全て学生が主体的に行っており、教育の観点からいえば教室での学び以上の効果があると感じている。

これらの地域貢献活動の一環として、2017年3月より認知症カフェを立ち上げた。本学が何故、認知症カフェを立ち上げたのか、その理由はこれまで述べた身延町の地域課題が大きく影響している。本学が立ち上げるまで、身延町内では認知症カフェが一軒も存在しなかった。そのため、身延町住民が「認知症カフェに参加したい」と希望しても、他市町村まで出かけないといけない状況であった。実際にそのような人が存在し、他市で行われている認知症カフェに参加していた。身延町の地域課題として、新しい社会資源を構築することが困難でもあることを述べたが、本学で学生が中心になって立ち上げるができないかを考えるようになった。身延町在住の現在介護を行っている住民や身延町役場福祉保健課の職員からも「身延町で認知症カフェが必要」という声もあり、2016年から本格的に立ち上げの準備を始めていった。筆者とゼミ学生、そして地域住民や町役場福祉保健課職員と話し合いを重ねて、「オレンジカフェ 身延山（以下カフェ）」と命名し、2016年11月にプレオープンに至ったのである。会場は門前町商店街の中心部にある空き店舗を利用し、認知症の人やその家族だけでなく、地域住民、更には久遠寺を訪れる観光客の居場所になれば、と考えていた。実際にプレオープンにて、認知症の人やその家族だけでなく、観光客もカフェをふらっと訪ねてくる人もいた。認知症の人が学生たちと関わることで生き活きとした表情をすることもあった。この体験を目の当たりにした学生たちは、自分たちが認知症カフェを行う意義を実感し始めた。活動資金は、朝日新聞厚生文化事業団の「ともにつくる認知症カフェ開設応援助成」を申請し採択されたので、助成金をあてることが可能になった。

2017年3月から本格オープンし、その後は毎月1回（2月・8月は休止）、土曜日か日曜日13時30分～15時30分の2時間、実施している。2018年3月現在まで、合計12回実施している。（表2）運営は学生が中心で、福祉を学んでいる者だけではなく、僧侶を目指している者も参加している。更には本学の卒業生や地域住民もボランティアスタッフとして運営に参加している。毎回、平均10名のスタッフで運営を行っている。

参加者はこれまで1日平均7名である。内訳は、主に門前町在住の高齢者とその家族である。この人たちが常連となり、毎回参加している。常連の参加者は、介護保険を利用していないため平日週1回は町の生きがいデイサービス（※2）に参加しているが、週末は自宅でテレビを見て過ごすことが多い様で、カフェに来て楽しく過ごすことで認知症の予防にも繋げたい、と考えている人もいた。4回目から近所の子どもたちが遊びに来て学生たちと関わり、その後継続的に参加するようになった。それならば子どもたちにもカフェに毎回参加してもらおうと考え、「子どもの学習支援」を同時開催し、学生たちが宿題をみるという場を作ったのである。学生たちの思いの中に、子どもたちと一緒に過ごすことで高齢者にとっても年長者の役割を持つことができるのではないかと。また高齢者と子どもを分けるのではなく同じ場所で活動を行う方がどちらにもメリットになるのではないかと考えた。いわゆる「共生型の認知症カフェ」

ということができる。現在は小学校低学年児と未就学児の2名が毎回参加している。

表2 オレンジカフェ身延山の活動状況

回数	開催日	参加人数	運営者
1回目	平成28年11月12日(土)	10名	11名(学生7名卒業生2名教員2名ボラ1名)
2回目	平成29年3月11日(土)	15名	10名(学生7名卒業生2名教員1名)
3回目	平成29年4月15日(土)	10名	10名(学生4名卒業生3名教員2名ボラ1名)
4回目	平成29年5月14日(日)	9名(子ども1名)	9名(学生6名卒業生2名教員1名)
5回目	平成29年6月11日(日)	5名(子ども1名)	12名(学生9名卒業生2名教員1名)
6回目	平成29年7月8日(土)	8名(子ども2名)	16名(学生8名卒業生5名教員2名高校生ボラ1名)
7回目	平成29年9月16日(土)	5名(子ども2名)	10名(学生5名卒業生2名教員2名ボラ1名)
8回目	平成29年10月7日(土)	8名(子ども2名)	7名(学生4名教員2名ボラ1名)
9回目	平成29年11月12日(土)	3名(子ども2名)	6名(学生4名教員1名ボラ1名)
10回目	平成29年12月15日(土)	7名(子ども2名)	7名(学生5名卒業生1名教員1名)
11回目	平成30年1月13日(土)	5名(子ども2名)	13名(学生8名卒業生3名教員1名ボラ1名)
12回目	平成30年3月11日(日)	9名(子ども2名)	9名(学生8名教員2名)

オレンジカフェ身延山ではどのようなことを行っているのか。主な活動を紹介したい。基本的な流れは表3のとおりである。

表3 オレンジカフェ身延山の基本的な流れ

13:30	カフェオープン 学生による法要 座って行うヨガ体操(頭を使う体操)
14:00頃	コーヒー・お茶等を飲みながら歓談 子どもたちは宿題等の学習

14：30頃	作品づくり 頭を使うクイズ、昔の遊び、学生による出し物等 終了後、コーヒー・お茶等を飲みながら再び歓談
15：30	閉店

毎回、13時30分からオープンするが、僧侶を目指す学生が参加した時には法要から始めるようにしている。参加者は学生たちのお経を聴きながら、ずっと手を合わせお祈りしている。その後、頭を使う体操や最近では椅子に座って行うヨガ体操を実施している。体操後はお茶やコーヒーを飲みながら談笑している。この時に子供たちは宿題等の学習を行い、学生とマンツーマンで一緒になって学ぶようにしている。談笑後、折り紙や紙花の作品づくり、頭を使うクイズ、昔の遊び、手品や音楽といった学生による出し物等を行っている。この時は、高齢者と子どもを分けるのではなく、一緒にクイズや遊びを楽しんでいる。それだけではなく、参加者の様子を写真に撮り、その場で本人に渡すようにしている。これらの活動が終わった後は再び談笑しながら、参加しての感想等のアンケートを依頼している。

写真1 学生による法要



開設当初は学生が「デイサービスではなく、カフェのような雰囲気を出したい」と考え、プログラムをあまり盛り込まず、コーヒーやお茶を飲んでゆっくり談笑する時間を多く取っていた。しかし参加者の一部から「何もしないのではつまらない。生きがいデイサービスのように楽しいことを行ってほしい」という声が何度も聞かれた。そのため筆者と学生で話し合い、カフェの雰囲気を残しながらも、作品づくりや昔の遊び等のプログラムを増やしていったのである。プログラムがあると高齢者と子どもが一緒に行く機会が出てきて、共に楽しむことができている。またそれだけでなく、はしゃぎすぎてしまう子どもたちに、「駄目だよ」と注意して

くれる場面もあり、正に年長者としての役割を発揮することもあった。しかしカフェの雰囲気を持てできているかは、学生たちの意見も分かれているところである。

参加者のアンケートでの意見を少し紹介する。参加しての感想について「前回まで刺激がなくてつまらなかったけど、今回は刺激があって良かった」「大変楽しく過ごさせていただいた」「今回、脳トレやヨガ等、楽しく過ごせた」「また来たいと思う」等の声があった。

写真2 運営スタッフ（学生と卒業生）



6 大学生が認知症カフェを行う意義

大学生が認知症カフェを行う意義として、①参加している高齢者が年長者としての役割を発揮する、②子どもと高齢者の居場所、③地域の活性化の3点が考えられる。①の「高齢者が年長者としての役割を発揮する」は、先ほど述べたように子どもたちに対して注意するだけではなく、学生たちにもカフェの運営について「もっと楽しむことを入れた方がいい」等のアドバイスをくれたり、そろばんの使い方等の先人の知識を伝えてくれる場面が何度もあった。学生や子どもたちに対して、正に年長者としての役割を持って関わってくれている、ということが出来る。②の「子どもと高齢者の居場所」については、週末の一時を家で誰とも話さず何もしないで過ごすのではなく、カフェに参加して高齢者同士、学生や子どもたちと関わることで、高齢者・子どもの居場所になりつつある、と感じている。最近では、常連になっている高齢者にとって、生きがいデイサービスに行かない時の楽しみ場になりつつある。一方、子どもたちは学生と遊ぶことを楽しみにしているようで、毎回休まずに参加している。時には学生を離そうとしないほど一緒に遊んでいる。子どもにとってもこのカフェが楽しい居場所になっている、といえる。③の「地域の活性化」については、門前町商店街の一角で、普段は空き店舗に

なっているところを学生たちがカフェとして使用することで、商店街の人たちから「明るい雰囲気になっている」という声を何度も聞いた。高齢者が多い身延町において、年齢の若い学生たちが門前町商店街で活動している様子は、商店街の人たちにとっても活気が出たと感じるようである。また、観光客が喫茶店として来られる時もあり、その時に認知症カフェの話をする、興味深く聞いている人が何人か存在した。観光地としてのカフェとなりつつあると感じている。

一方で、課題としては、①活動の継続性、②参加者のニーズに応じた運営、③参加者の拡大、の3点である。①の「活動の継続性」は、大学ならではの課題である。毎年4年生が卒業していくことから、主体的に活動している学生も入れ替わっていく。そのため毎年、先輩から後輩へカフェの目的等の伝承をしていかないと、途絶えてしまう。そのため先輩から後輩への伝承を、毎年欠かさず行うことが必要になってくるのである。幸いにしてこれまで中心で活動していた学生が後輩に伝えていき、それを受けた者が自覚を持って活動に取り組んでいる。この状況を今後も継続していくことが大切であると感じている。②の「参加者のニーズに合った運営」は、カフェの雰囲気を出しながらも参加している人たちのニーズも応じていくことである。参加者は生きがいデイサービスの延長としてのプログラムを期待しているところもある。作品づくりや遊び等を中心にしてしまうと、デイサービスとの差別化は困難となってしまう。参加者のニーズに応じていきながらも、認知症カフェとしてカフェの雰囲気をどう継続していくかが課題と考えている。③の「参加者の拡大」については、毎回参加している常連の方だけではなく、もっと広く参加者を増やしたいと考えている。車での送迎を行っていないため、参加するには、歩くか家族が車で送ってくるかの方法になってしまう。そのため歩いて参加できる商店街の住民が中心になってくる。その中で常連の方以外の参加者をどう増やしていくかは大きな課題である。子どもの学習支援においても、現在はまだ2名だけに留まっているので、他に参加する子ども達をどう増やしていくことが、共通の課題になっている。

7 地域包括ケアシステムにおける認知症カフェの役割

本学の取組から見えてきた地域包括ケアシステムにおける認知症カフェの役割を考えていきたい。本学の取組でも分かるように、認知症カフェは認知症の人やその家族だけではなく、地域に住むさまざまな世代の人たちが集える場所にもなる。子どもや学生、そして高齢者が一同に集える場、正に地域にとっての居場所ともいえる。身延町は観光地でもあるため、観光客の居場所にもなり、より多くの人に認知症カフェの存在を知ってもらうことも可能になってくる。カフェに来ることで、多くの人に認知症の理解を広めることも今後、期待できると考えられる。また、認知症カフェが継続的に行われていけば、地域の社会資源の一つになってくる。認知症ケアパスの一つとしてだけでなく、地域住民にとって貴重な社会資源の一つになるために、地

域に根付いた活動を今後も行っていくことが大切になってくる。

オレンジカフェ身延山が、これらの役割に応えられる認知症カフェになっていきたいと考えている。

本論は、2017年2月に身延山大学で行われた身延山大学・金剛大学校学術交流研究発表会において、筆者が発表した原稿に加筆・修正したものである。

キーワード

地域包括ケアシステム 新オレンジプラン 認知症カフェ オレンジカフェ身延山 居場所

※1 認知症ケアパス

認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)の「2 認知症の容態に応じた適時・適切な医療・介護等の提供」の「(7) 医療・介護等の有機的な連携の推進」の中で「認知症ケアパスの確立」として説明している。認知症ケアパスとは、「地域ごとに医療・介護等が適切に連携することを確保するためには、認知症の容態に応じた適切なサービス提供の流れ」として、2015年度から2017年度の第6期介護保険事業計画の策定に当たり、地域で作成した「認知症ケアパス」を踏まえて介護サービス量の見込みを定めるよう求めている。

※2 生きがいデイサービス

身延町社会福祉協議会が身延町からの委託を受けて実施している。参加する条件として、介護保険サービスを利用していないことになっている。要介護状態になれば、介護保険でのデイサービスを利用することになる。

文献

- 1) 厚生労働省ホームページ 「地域包括ケアシステム 1、地域包括ケアシステムの実現に向けて 今後の高齢者人口の見通しについて」
- 2) 同上
- 3) 厚生労働省ホームページ 「地域包括ケアシステム」
- 4) 武地一編著・監訳 京都認知症カフェ連絡会NPO法人オレンジcommons協力 「認知症カフェハンドブック」クリエイツかもがわ 2015年 P36
- 5) 厚生労働省 「認知症施策推進5か年計画(オレンジプラン)」 2012年
- 6) 厚生労働省 「認知症施策推進総合戦略(新オレンジプラン)」 2015年 P25
- 7) 公益社団法人認知症の人と家族の会 「認知症カフェのあり方と運営に関する調査研究事業報告書」 2013年 P24～P36

- 8) 家根明子 小野塚元子 廣川聖子 高橋晶 「認知症支援—専門職にとっての認知症カフェの持つ意義と課題」 2015年 奈良学園大学紀要第2集 P115
- 9) 身延町ホームページ 「身延町の紹介 身延町について」