発表⑥【カフェという選択】

法人名：株式会社ほほえみ
事業所名：はじまるCafé　ほほえみ
サービス種別：通所介護

1. なぜカフェなのか？

デイサービスを運営するにあたって、ターゲットを絞れ～売りになるプログラムを作れ～等のマーケティングや戦略を明確にした方法論が介護業界でもまことしやかに囁かれている。事実、居宅介護支援事業へ開設のあいさつ回りをしたところ、“あなたたちの売りは何ですか？と同じようなセリフを何度聞いたことだろう。今の介護業界を取り巻く状況からすれば、それが正しいのかもしれない。しかし、それだけで良いのだろうか？
例えば利用者もスタッフも家族も近所の人まで気軽に来ることの出来る場所。
例えば人が、家庭や職場での役割から解放され、一個人としてくつろぎ学びあえる場所。
例えば、本格的な美味しいコーヒーと食事があり認知症の人もそうでない人にも居心地の良い場所。
そんなマーケティングの主流から外れたデイサービスがあっても良いのではないか！との思いからデイサービスとしての機能を内包したカフェを開設した。

2. サード・プレイスとしてのデイサービス

サード・プレイスとはコミュニティーにおいて、自宅や職場とは隔離された**心地の良い第3の居場所**を指す。“ファーストプレイス”はその人の**自宅**で生活を営む場所、セカンド・プレイスは**職場、おそらくその人が最も長く時間を過ごす場所。そして、“サード・プレイス”はコミュニティライフの“アンカー”ともなるべきところで、より創造的な交流が生まれる場所。**
サード・プレイスという概念をデイサービスに当てはめてみると、自宅でも職場でもない第 3 の居場所、カフェ（デイサービス）で利用者が居心地良く過ごすことが出来、地域社会の中における出会いの場や良好な人間関係を提供する重要な空間であるということが出来る。
また、利用者にとっては、何かをするということが目的ではなく、まずカフェ（デイサービス）へ行くこと自体が目的になるということでもある。（事実、そうなってきているのである）

3. プログラム（ワークショップ）

カフェ（デイサービス）で行われるプログラムはワークショップの手法を導入している。
利用者は受け身ではなく、主体的にプログラムに参加し、共通の体験（音楽、学習、体操、会話等）を通してグループの相互作用の中で学びあったり、創り出したりするスタイルにより心身ともに活性化することが促されている。

3－①学習ワークショップ

学習ワークショップの特徴はその人の能力にあった教材を使用しやすいところにある。もともと学習教材は発達段階に合わせ細分化されているために、高齢者にもとても導入しやすい特性をもっている。また、学習はヒトとしての尊厳を守ることのできる数少ないジャンルである。一人ではなかなか出来ない学習もリラックスした空間においてグループダイナミクスが作用することで、多くの利用者が飽きることなく意味あるものとして、継続して取り組むことが出来ているのである。客観的に見ても学習プログラムに参加している多くの利用者にMMSE検査における点数の向上が見られる。

3-②音楽ワークショップ

カフェ（デイサービス）で流れる音楽も洋邦問わず、最新のものから古いものまでセンスが良いと思われれば、ジャンルレスで流れている。そのような空間の中、音楽ワークショップで使用される楽器もボンゴ、コンガ、カホン等のパーカッション類やエレキギター、シンセサイザーと多岐に渡る。それらの楽器を用いて皆で創りだす音楽は常に高揚感と一体感に溢れており、とても高齢者が集う場所とは思えない、ライブハウスかクラブの様な雰囲気を醸し出している。

3-③体操ワークショップ

カフェ（デイサービス）で行われている体操もグループダイナミクスを最大限に利用した内容である。１時間以上のボリュームにもかかわらず、ファシリテーター役のスタッフを中心に、利用者同士が励まし合いながら、飽きることなく楽しみながら取り組むことが出来ている。

4. 認知症カフェとして

はじまるカフェは、もちろん認知症カフェとしての機能を持ち合わせており、定期的に開催している。特徴としては、来場される方は皆、本物のカフェだと思って来場されていることである。これは他の認知症カフェとは大きく異なる点であり、認知症の方でもそうでない方も空間や飲食物を楽しみながらリラックスして過ごすことが出来ている。（普段も多くの一般の方が、普通のカフェと勘違いして訪れる）

5. コーヒー

カフェというコンセプトであるため、コーヒーの味には拘りを持っている。曳きたての豆でドリップしたコーヒーは本当に香りがよく、それだけでも利用者の気持ちをリラックスさせる効果がある。
コーヒーには心身に対して様々な良い効果が認められており、多くの高齢者に日常の飲み物として、また健康ドリンクとしても愛飲されている。

6. ランチ

カフェ（デイサービス）に来る利用者の多くが、ランチをとても楽しみにしている。近年、デイサービスで提供される食事は経費削減のためか、ｸｵﾘﾃｨｰを低下させているところが増えているとの声をよく聞くようになった。その風潮に逆行するように、私たちのカフェ（デイサービス）では食事に力を入れている。食材は出来る限り地産地消を意識しており、常に安全なものを提供するようにしている。メニューに関しても、エスニック、中華、洋食、和食と多岐にわたる。

＊写真はガパオライス・トムヤムクン・マリネ・春巻き

特に高齢者を意識した内容にはあえてしておらず、様々な食文化を体験してもらえるようにとのスタイルを実践している。（特別食等の対応も可能）
もちろん、食器類も拘りがあり、盛り付けも常に目でも楽しめるように研究を重ねている。

こうして食事に力を入れることで、食が細くなって栄養状態が悪くなっていた利用者が、元の良好な状態に戻っていくという偶然の産物が生まれるようになってきたのである。
栄養状態の改善に関しては、全くの想定外の出来事であったが、最近では、私たちのカフェ（デイサービス）を利用するきっかけ（居宅支援事業所からの紹介）として、栄養状態の改善を目的とした利用が増加してきている。このことは、人間の根本的な部分である、**“多くの人にとって食事は人生における大きな楽しみである”**ということを気づかせてくれた。食べられなくなる要因はもちろん加齢による心身機能の低下が占める部分が大きいのであろうが、食欲を誘う盛り付け、彩、味、食器といった、私たちにとって、普段当たり前としている部分にもフォーカスしていかなければならないのであるとの確信を持つに至ったのである。

7. さいごに

現在、カフェ（デイサービス）を開設して11カ月が過ぎ、利用者も延べで**600人/月**ほどとハイペースで増加してきている。この結果からも地域社会の中でカフェのようなデイサービスが必要とされていることに確信が持てるようになってきた。
場の力、空間の力とはとても大きなもので、同じ内容のプログラムを行うにしても、どんな空間で行うかで、結果が全く異なってくると思われる。利用者はカフェという空間に来るというだけのためにお洒落をし、その空間で楽しく過ごすことに対し、高い主体性を発揮するようになってきた。また、オープンしてからのスタッフの離職率もとても低い。これらのことは、私が15年に及ぶ通所サービス経験においてはじめて見る光景であり、カフェの持つ空間の力を実感する出来事でもあった。
現在、超高齢社会を迎える介護業界には様々な問題があり、前途多難であるといえるだろう。しかし、介護業界の目的の一つに利用者の生活の質を向上させる（QOL）という使命から考えるのであれば、当たり前のこととして生活（衣食住）に対する意識（センス）を向上させていかなければならないのではないだろうか。そうすることで、高齢者やその家族がサービスに対して高い満足感を得ることにつながり、また介護業界に若い世代の労働者を呼び込むことにもつながるのではないかと考えている。