

より良い認知症カフェの実現に向けた
実践事例&ポイント集 

(2022年度 愛知県認知症カフェ活動推進モデル事業 実践報告)

2023年3月



1. 実践事例&ポイント集について

(1) 作成の目的

- 認知症カフェは、認知症の人や家族、地域の人々、専門職が、フラットな関係で交流することのできる場です。認知症カフェ運営者の思いや参加者のニーズに応じた運営がなされており、多様な団体により、実施方法や場所、頻度、参加者、プログラムなど、様々な特徴をもった認知症カフェが県内の539か所で開設されています。(2022年3月時点)
- 一方、参加者の数や周知の方法、スタッフの確保・養成といった課題に加え、新型コロナウイルス感染症拡大をきっかけとした休止以降、未だ再開できていない認知症カフェも少なくありません。こうした認知症カフェを取り巻く様々な課題に向き合い、認知症の人や家族が参加しやすいカフェづくり、認知症カフェ運営者等がやりがいをもって持続できるカフェづくりを進めていくことが重要です。また、認知症地域支援推進員や行政等には、地域の認知症カフェの支援が求められています。
- こうした中、2022年度、愛知県は認知症カフェの運営向上を目指すモデル事業を実施しました。モデル事業では認知症カフェの運営向上やオンライン活用の視点から県内3市で4つの取組が実施され、多くの気づきが得られました。
- 本書では、モデル事業実施市の実践内容を紹介するとともに、モデル事業で得られた気づきや工夫などについて整理をし、県内の関係者に広く共有することを目的としています。今後の認知症カフェ運営や行政等による支援の参考としていただければ幸いです。

(2) 対象者・活用イメージ

- 市町村担当者、地域包括支援センター職員、認知症カフェ運営者、認知症の人・家族など、様々な方にご覧いただける内容です。

対象	活用イメージ
市町村や地域包括支援センター職員等	・ 実践内容を参考にしながら、各地域の認知症カフェの支援方策を考えてみる。また、認知症カフェに情報提供を行う。
認知症カフェ運営者	・ 実践内容を参考にしながら、自身の認知症カフェで取組できそうなことを考えてみる(行政等への相談)
認知症の人・家族等	・ より参加しやすい認知症カフェについて考えてみる ・ 新たに認知症カフェに参加してみる

2. モデル事業の概要

(1) モデル事業の目的

- 認知症カフェの開設主体には、介護施設・事業所や住民ボランティア等も多く、運営の向上や新しい生活様式を踏まえた運営に向けては、専門職・関係者とのネットワークづくりや各種情報の入手、地域づくりのノウハウなどの面で、市町村等による支援が有効です。
- 今回のモデル事業では、モデル事業実施市や関係機関が地域の実情に応じて認知症カフェの運営向上に向けた伴走的な支援を行い、そこで得られた気づきや知見を愛知県内に広く波及させることを目的としています。

(2) 各市の実施内容

- モデル事業には、名古屋市、安城市、大府市の3市が参加しました。名古屋市については、ボランティア運営者による運営向上の取組と緑区内の認知症カフェにおけるオンライン活用の取組をそれぞれ実施しています。各市の取組内容は下表のとおりです。

モデル事業の取組概要

市町村	主な実施内容	
名古屋市	なごや認知症カフェ運営ボランティア交流会 ・市内のボランティアによる認知症カフェ運営者が中心となり、認知症カフェの運営向上を目指した。 ・定期的な交流会を開催し、悩みや課題などについて意見交換を行った。	オンラインで開催した合同認知症カフェ（緑区） ・緑区内の複数の認知症カフェをオンラインで接続し、合同の認知症カフェを開催した。 ・インターネットを活用したプログラムなども検討した。
安城市	・市内の認知症カフェ運営者による交流会を実施し、オンライン活用を含めた今後の認知症カフェの運営について検討した。 ・オンライン活用に意欲的な認知症カフェ運営者との意見交換を行った結果、まずはオンラインにおいて認知症カフェを知ってもらうため、紹介動画を制作した。	
大府市	・認知症カフェ運営者や地域住民を対象としたオンライン教室を開催し、オンラインツールの活用に向けた支援を行った。 ・対面会場と参加者自宅をオンラインでつなぎ、市内すべての認知症カフェ運営者が活動を紹介するハイブリッド型のオンライン認知症カフェを開催した。	

3. 実践事例

- 以降のページでは、各モデル事業実施市の取組内容を具体的に紹介します。
- 取組の考え方やプロセスなどを参考にご覧ください。

認知症カフェの数 ※名古屋市全体 (2023年2月時点)	232 か所	運営主体	ボランティア	34 か所
			医療機関・介護事業所	164 か所
			行政・地域包括支援センター	6 か所
			その他	28 か所

■ ボランティア運営者こそ、つながりが必要

- 名古屋市の認知症カフェの数はこれまで増加してきており、現在では市内に 232 か所の認知症カフェがあります。
- 一方、認知症カフェの認知度は高くなく、参加者も少ないことが課題となっており、認知症の人や家族が過ごしやすい環境をつくることが重要と考えています。
- また、以前から一部の認知症カフェ運営者では、地域のボランティアが運営する認知症カフェを推進することが効果的であると考えており、ボランティア運営者が集まり、より良い認知症カフェについて話し合う機会を必要としていました。
- そこで、名古屋市認知症相談支援センターにボランティアによる交流会の相談を行い、2022年3月に8名のボランティア運営者による交流会が発足しました。
- そして2022年度は、こうした交流会の取組をモデル事業に参加する形で進めていくことになりました。

取組のプロセス

- ① 取組の進め方について打ち合わせ
(ボランティア運営者、名古屋市認知症相談支援センター)
↓
- ② 交流会の進め方について打ち合わせ
(ボランティア運営者、有識者、名古屋市認知症相談支援センター)
↓
- ③ ボランティア運営者交流会の開催
(×4回)

■ 交流会に向けた意識の共有

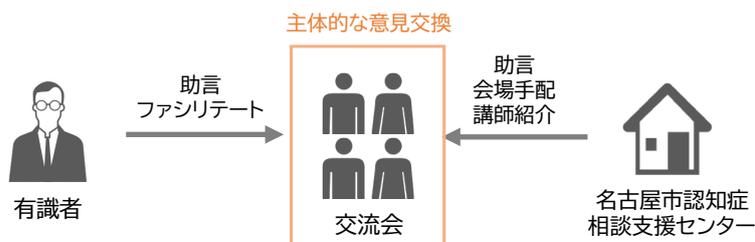
- モデル事業に参加し交流会を開催するにあたり、メンバー全員が同じ意識を持って参加することが大切だと考え、開催目的や進め方について意見交換する機会を設けました。そこで、定期的に交流会を開催し、運営で困っている点などを共有しながら、運営向上に向けた意見交換を行うことで合意しました。
- また、交流会で有意義な話し合いを行うため、名古屋市認知症相談支援センターから有識者へ参加依頼を行いました。

交流会の目的や進め方が曖昧なまま始まってしまうよう、この段階でメンバーが集まり、皆で認識を共有する機会を設けました。



■ 有識者を交えた作戦会議

- 次に幹事と有識者等で具体的な進め方について意見交換を行い、交流会は年4回実施し、2つのテーマを決めて意見交換を行うことにしました。また、有識者や関係者のかかわり方なども相談し、有識者には司会進行を担当していただくことになりました。
- また、各回の会場手配や支出管理などは、名古屋市認知症相談支援センターが役割分担し、交流会をバックアップする形で進めることになりました。



■ お互いを知ることからスタート

- 第1回交流会では、お互いの活動紹介を丁寧に行いました。認知症カフェを始めたきっかけや現在の活動、交流会への参加理由などについて、それぞれの認知症カフェ運営者が想いを語りました。
- 今後、交流会で意見交換を行うテーマについてもメンバーで話し合いました。意見交換したいテーマを各自3つ程度出してもらい、その中からメンバーの納得できるテーマを以下の2つに選定しました。

<交流会の様子>



- ①また参加したいカフェにするには
 - ②ボランティアが運営するカフェを続ける・立ち上げる難しさについて
- 有識者の助言により、活動紹介やテーマ案は紙に書き出して共有しました。そうすることで意見が可視化され、検討が円滑に進みました。

【ポイント】 意見交換のテーマはメンバーで決める

- ✓ 「今後意見交換していきたいテーマ」について、初回にメンバーと話し合いながら決めることで、第2回以降も皆が納得感のある内容で意見交換ができます。

■ 言葉にするのが難しい認知症カフェの目的や意義 → アンケートによる意見収集・共有

- 第2回交流会には認知症地域支援推進員も参加し、地域の現状や課題を共有しながら意見交換を行いました。「また参加したいカフェにするにはどうすればよいか。」について話し合い、メンバーから様々な意見を出し合いました。
- 認知症カフェに参加する背景は、認知症の人、介護家族、地域の人により同じではないため、「また参加したいカフェ」は各参加者の思いに応じた多様な認知症カフェがあれば良いということに気づきました。
- 一方、「また参加したい色々なカフェ」を言葉で伝えることの難しさを認識し、より具体化するため、アンケート形式でメンバーの意見を収集・整理することにしました。「また参加したいカフェ」に関係しそうな要素を項目として一覧にし、各項目がどの程度重要かを回答してもらう形式です。
- アンケートを集計した結果は、次回の交流会でメンバーに共有し、意見交換のきっかけとして活用しました。

「また参加したいカフェ」に関係性が強かった項目の例

- 自宅からカフェまで徒歩で歩く時間
- 専門職の有無
- 近くに停留所・駅があること
- カフェ開設施設(場所)
- 駐車場の有無
- 運営主体がボランティアであること 等

認知症カフェに対する認識や運営の考え方は、運営者により多様です。アンケートで収集した意見を整理し、それを見ながら話し合うことで、より議論を深めることができました。



■ 交流会を通じたつながりの創出

- 交流会を重ねることにより、認知症カフェ運営者同士が顔の見える関係になり、普段からも連絡や情報共有がしやすい環境ができてきます。また、運営者同士のみではなく、認知症地域支援推進員をはじめとした行政・地域包括支援センターなどとのつながりも生まれています。

◆ 取組を振り返って

- 交流会を通して、認知症カフェの運営にかかわる苦労や悩みを同じ立場のメンバーで共有することができました。
- 介護経験者が主体のボランティアだからできることがあるので、ボランティア運営者がつながり、お互いに訪問し、それぞれの活動を参考にしながら、今後もより良い認知症カフェを増やしていくきっかけとしていきたいです。

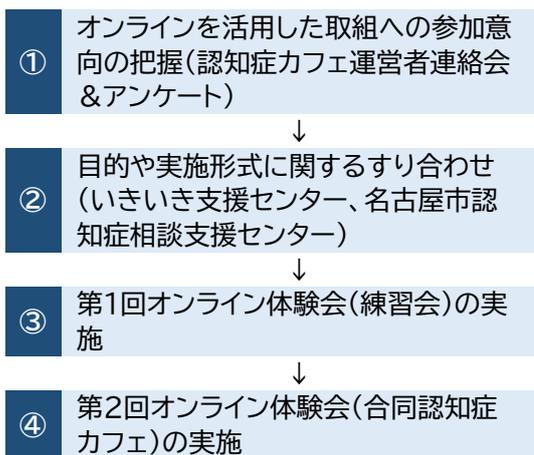


認知症カフェの数 ※緑区内 (2023年2月時点)	23か所	現在の開催状況 (2023年2月時点)	開催中 休止中	6か所 17か所
---------------------------------	------	------------------------	------------	-------------

■ 横のつながりづくりに向けて

- 緑区では、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、対面での開催ができていない認知症カフェが多くありました。中には2年以上休止している認知症カフェもあり、認知症カフェ運営者やスタッフのモチベーション維持なども懸念されていました。
- また、地域包括支援センターが認知症カフェ運営者との連絡会を実施していましたが、運営者同士の交流や横のつながりづくりまでには至っておらず、交流機会の必要性を認識していました。
- そこで、連絡会にて認知症カフェ運営者に対して、オンラインを活用したカフェ開催について、どのような方法ならばできそうかの意見をもらいました。また、アンケートで参加意向を確認したところ、11か所の認知症カフェから参加意向が示されました。
- 一方で、オンライン活用に対する認識の違いや通信環境といった運営上の課題も浮上しました。

取組のプロセス



■ オンライン活用の「3つの目的」を関係者で共有

- 認知症カフェ運営者の意向を踏まえ、いきいき支援センターと名古屋市認知症相談支援センターで、オンライン活用の取組の実施目的や具体的な方法についてイメージ共有を行い、以下の3つの目的を定めました。
 - ① 感染防止
 - ② 区内の認知症カフェがつながる媒体としてオンラインを活用すること
 - ③ インターネットを活用したプログラムを体験すること
- 最終的には、オンラインで複数の認知症カフェをつなぐ「オンライン合同認知症カフェ」の開催を目指すことにしました。その前段階として、オンライン活用のイメージを知ってもらうため「オンライン体験会」を実施し、その様子を連絡会にて各認知症カフェに共有することになりました。

「なぜオンラインを活用するのか」といった目的を丁寧に検討し、関係者と共有したうえで取組を始めました。



■ 試してみたからこそ見えてきた課題(第1回オンライン体験会)

- オンライン体験会では、区内の対面で開催している認知症カフェに参加者が集まり、別の認知症カフェの運営者とZoomで接続しました。(次頁イメージ図参照)
- 開催にあたっては、事前に必要な備品をレンタルし、実際に外部と接続しながら動作確認等のリハーサルを重ねました。
- 当日はZoomの画面共有機能を使い、地図上のある地点の景色を写真で映し出すGoogleストリートビューで馴染みのある場所を散策するなど、オンラインならではのプログラム実施を試してみました。
- 参加者は緊張した様子でしたが、「初めてのことだったが、面白かった」「次は(ストリートビューで)別の場所も見てみたい」といった前向きな感想が聞かれました。また、参加した認知症カフェ運営者からは、「休止中のカフェの運営者が参加することで、今後に向けたモチベーションにつながるのではないか」といった意見も聞かれました。
- 一方で、レンタルしたWi-Fiの通信速度やマイクの收音性能・配置など、オンライン実施の運営方法に関する今後の課題が浮かび上がりました。

～レンタル品～



ポケットWi-Fi



WEBカメラ



マイク・スピーカー



■ オンラインならではの工夫を实践(第2回オンライン体験会)

- 次に、複数の認知症カフェをZoomで接続し、カフェ間での交流を行う「オンライン合同認知症カフェ」を開催しました。メイン会場となる認知症カフェで実施するプログラムに、オンライン接続したカフェの参加者が参加するものです。(次頁イメージ図参照)
- 事前に関係者と打ち合わせを行ったほか、オンライン体験会での課題を踏まえ、收音性の高いマイクを用意するなど機材を変更しました。
- 当日は4つの認知症カフェがオンラインで参加しました。メイン会場の参加者とオンライン参加者が一体感を持って実施できるよう、全体で体操を行ったり、〇×クイズを行い、各会場の参加者からも発言をしてもらうなど工夫しました。
- また、画面共有機能を使い懐かしい画像や映像を見たり、馴染みの場所をストリートビューで散策するなど、インターネットならではのプログラムを取り入れました。

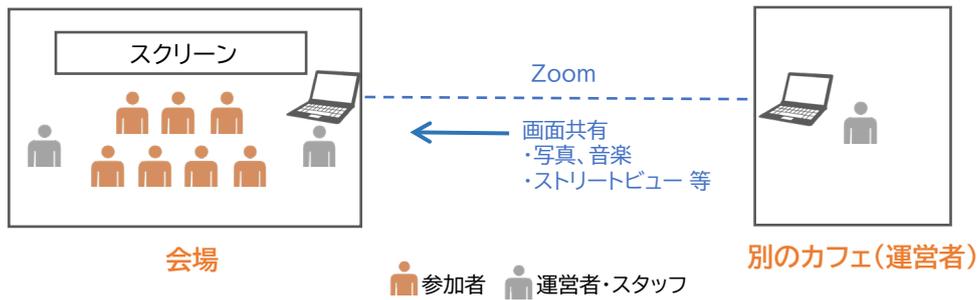
オンライン体験会のプログラム

- ①体操
- ②年末年始やお正月にまつわる〇×クイズ(画面共有)
- ③回想法(懐かしいモノや歌を画面共有)

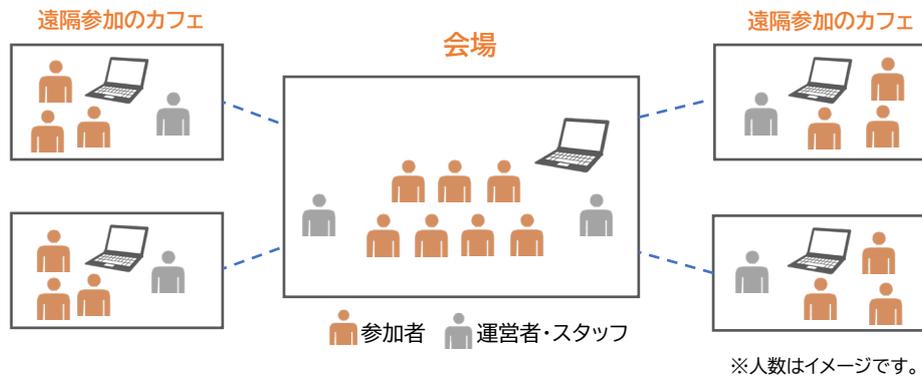
【ポイント】参加型のプログラム

- ✓ ハイブリッドで実施する場合、メイン会場のみで話が進み、オンライン参加者は視聴しているだけの状態になりやすいです。
- ✓ オンラインであっても一体感を持って実施できるよう、一緒に体操を行ったり、クイズに答えてもらうなど、同じコンテンツを共有することは有効です。

<第1回オンライン体験会の接続イメージ>



<第2回オンライン体験会の接続イメージ>



■ 試してみて、できることからやってみる

- まずは体験の機会を設けることで、オンライン活用が有効か、実際にできそうかなどを各認知症カフェ運営者が検討することができます。また、休止中の運営者の方にも参加していただくことで、今後の活動に向けたモチベーションにつながることも期待されます。
- 複数の認知症カフェや参加者をオンラインで接続して実施することは難しくても、各カフェでインターネットを使ったプログラムを取り入れることは比較的实施しやすいでしょう。

◆ 取組を振り返って

- オンラインの活用にも様々な方法があるため、地域の認知症カフェ運営者と話し合い、オンライン活用が有効かどうか、どのような方法であれば実施しやすいか、楽しめるのかなど、認知症カフェの活動の幅を広げる視点から、今後もより良い方法を考えていきたいです。

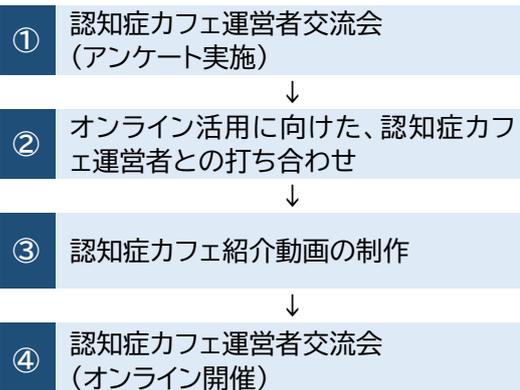
話し合いから始めよう 認知症カフェの運営向上に向けた取組

認知症カフェの数 (2023年2月時点)	11か所	現在の開催状況 (2023年2月時点)	開催中	9か所
			休止中	2か所

■ 運営者と話し合うことから

- 安城市では認知症カフェの推進に向けて、認知症カフェに関する理解・周知の促進、認知症カフェに対する支援体制、当事者の視点を取り入れた開催方法などが今後の課題となっていました。
- これまで認知症カフェ運営者が集まる場などなかったため、コロナ禍での休止・再開などの状況や課題、今後の認知症カフェの継続や運営向上に向けて話し合うため、行政と運営者との意見交換(交流会)を行うことにしました。

取組のプロセス



■ オンラインは活用前提ではなく、まずは運営者の意見を聞いてみる

- 交流会には講師を招くこととし、事前に講師と打ち合わせを行いました。その結果、「コロナ禍の今だからこそ、認知症カフェの必要性を改めて確認する」ことを交流会の趣旨とし、今後の認知症カフェの運営向上に向けて幅広く意見交換をすることになりました。
- なお、講師は認知症カフェの運営にも関わっており、オンラインを活用した開催経験もある方です。今後、スマートフォンやパソコンなどのオンラインツールを使用する高齢者が増えていくことも踏まえ、オンライン活用は効果的な取組であると考えられますが、その一方で、課題も多くあることも聞きました。
- そのため、交流会では、オンラインの活用は前提とせず、まずは話題の1つとして、認知症カフェ運営者の意見を聞いてみようと考えました。

講師による専門的な知見からの話題提供や、他市での取組情報があることで意見交換がしやすくなったと思います。
また、講師との打ち合わせを通して市担当者としても、認知症カフェについてより理解を深めることができました。



■ 意見交換を通して認知症カフェの役割を再認識

- 交流会は対面で開催し、認知症カフェ運営者や認知症地域支援推進員など計 18 名が参加しました。
- はじめに講師から「今、改めて認知症カフェを考える」をテーマに、認知症カフェが必要とされる背景や他市でのオンラインを活用した取組などを紹介してもらい、その後、参加者による意見交換を行いました。
- 認知症カフェ運営者からは、カフェの参加者を増やすための工夫や上手くいったプログラム、対面で実施するために気をつけていることなど、様々な視点から質問があげられました。また、運営者同士で運営状況などを話し合い、相互に理解を深めました。講師への質疑応答や運営者同士の意見交換を通して、認知症カフェの意義や役割を再認識することができました。
- オンライン活用については、交流会の参加者アンケートで 18 名中 13 名から「活用を検討してみたい」という回答を得ましたが、オンラインを活用する目的や具体的なイメージなど、詳細な点までは話し合いができなかったため、別途機会を設けて、認知症カフェ運営者とオンライン活用について話し合うことにしました。

交流会のプログラム

- ① 講演「今、改めて認知症カフェを考える」
- ② 参加者との意見交換
 - ・活動にあたっての悩み
 - ・これから実施したいこと
 - ・オンライン活用の可能性

< 交流会の様子 >



■ 必要なことは、認知症カフェを多くの人に知ってもらうこと

- 認知症カフェ運営者との話し合いでは、オンライン活用の目的や有効と思われるケースなどについて、率直に意見交換を行いました。運営者からは、まだ認知症カフェに参加していない当事者や家族などに対して、認知症カフェの様子を知ってもらうことが重要という意見が多く、カフェの周知や広報を効果的に実施するための手段としてオンライン活用を検討することになりました。
- そこで、認知症カフェの紹介動画を作成し、関係者やチームオレンジの活動者などと共有することで、必要な方に認知症カフェの様子を知っていただき、参加につなげていくことを目指すことになりました。

【ポイント】 課題をベースとしたオンライン活用の検討

- ✓ オンライン活用を前提とするのではなく、「今ある課題に対して、オンラインが役立つことはあるだろうか？」といった視点で検討することが大切です。
- ✓ その結果、オンライン活用が有効策でなければ無理に取り組む必要はありません。

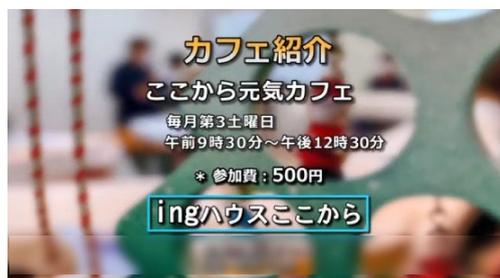
■ 動画で運営者の思いを伝える

- 認知症カフェの紹介動画の制作は、市内のボランティア団体に依頼しました。カフェの様子を写した画像・動画に加え、認知症カフェ運営者のインタビューを入れることで、チラシや文章などでは伝わりにくい、運営者の思いなどが直に伝わる内容になりました。
- 制作した動画を認知症カフェ運営者に視聴してもらうとともに、普及方法を検討することをテーマの1つとして、2回目の交流会をオンラインで開催しました。動画の活用方法として、参加者からは、市のホームページへの掲載や医療機関での紹介など、様々なアイデアが出ました。

事前に動画を見ることで、認知症カフェへの参加を迷っている方などが、安心して足を運べるようになってもらいたいです。



<制作した動画>



■ 試してみて、できることからやってみる

- 認知症カフェ運営者と意見交換を行ったことにより、認知症カフェの役割や継続の必要性などについて、再認識することができました。
- オンライン活用を前提とせず、「解決手段としてオンライン活用が有効となる課題は何か」という視点で意見交換を行いました。オンライン活用という選択肢をきっかけにして、各認知症カフェの運営について改めて考える機会が生まれ、課題解決に向けた一歩となりました。

◆ 取組を振り返って

- 意見交換や交流の場があることで、認知症カフェ運営者の横のつながりも生まれるため、参加者の無理のない範囲で定期的の実施していったらと感じるとともに、今後も必要に応じてオンライン活用の可能性について考えていきたいです。
- また、認知症カフェとチームオレンジとの連携も視野に入れ、認知症になっても住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくりを一体的に進めていければと思います。

認知症カフェの数 (2023年2月時点)	8か所	現在の開催状況 (2023年2月時点)	開催中	5か所
			休止中	2か所
			準備中	1か所

■ コロナ禍でのつながりの維持に向けて

- 大府市には取組を始めた当時、7か所の認知症カフェがありました。そのうちの1つ、「カフェくちなし」は認知症介護研究・研修大府センターが運営しています。
- カフェくちなしでは、2020年10月からオンラインを併用したハイブリッド型で開催していますが、オンライン開催に向けては、参加者の通信環境やオンラインツールの習熟度に課題を感じていました。
- 市内の認知症カフェにおいても再開できていないカフェがあり、認知症の人や家族が気軽に集えて相談できる場や機会の喪失、認知症カフェ運営者同士の交流・連携機会の減少が懸念されました。

取組のプロセス

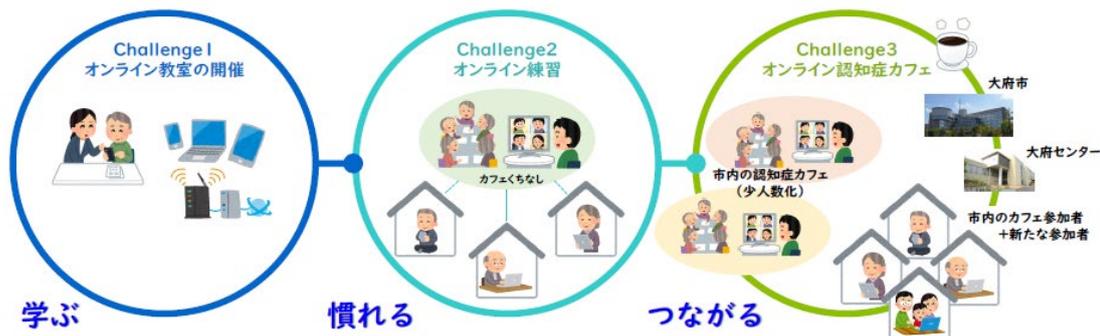
- ① 認知症カフェ運営者交流会
(取組説明、協力呼びかけ)
- ↓
- ② オンライン教室の開催
- ↓
- ③ オンライン練習会の開催
- ↓
- ④ オンライン認知症カフェの開催

■ 「学ぶ」・「慣れる」・「つなげる」の3ステップを計画

- 市とカフェくちなしで検討を重ねた結果、今回の取組を通して、オンラインへの抵抗感の軽減を図るとともに、認知症カフェ運営者間の連携促進や認知症カフェの周知・啓発の推進を目指すこととし、「おおぶ・あったか認知症カフェ“つなげる”オンラインチャレンジ 2022」として、以下の3つのステップで取組を計画しました。

- ①学ぶ: オンラインツールについて理解を深めるためのオンライン教室
- ②慣れる: 実際にオンラインツールの活用に慣れるためのオンライン練習会
- ③つなげる: カフェ同士がつながり、広く周知・啓発するためのオンライン認知症カフェ

<「おおぶ・あったか認知症カフェ“つなげる”オンラインチャレンジ 2022」3ステップの取組>



■ まずはオンラインツールを学ぼう(Challenge1)

<プログラム>

- まずは、オンラインツールについて学ぶためのオンライン教室を開催しました。プログラムは、講義と実践の2日間を計画し、多くの人に参加してもらえるように2回の日程で開催し、計28名の参加がありました。

	1日目	2日目
目的	Zoomの基本的な知識を高める	ミーティングに参加できるようになる
テーマ	オンラインツールZoomについて学ぼう	オンラインツールZoomを使ってみよう
プログラム内容	【講義】オンラインの基本 【講義】Zoomの基本 【実践】Wi-Fiをつなぐ 【実践】Zoomのダウンロードとミーティングに参加 ・ 質疑応答と事務連絡	【講義・実践】前回の復習 【実践】ミーティングに参加 名前の変更、ビデオのON/OFF、音声とミュート(チャットの入力) 【実践】ブレイクアウトセッションで自己紹介 ・ 質疑応答と事務連絡
90分		

<教室の様子>



- 講師は、今後つながりを持てることを期待して、市内で高齢者向けのパソコン教室等を開催している方に依頼しました。教室資料は講師の方が中心となり、実際の操作画面の画像なども挿入しながら、基本的な操作方法を一つひとつ丁寧に説明したものをオリジナルで作成しました。
- 「おおばオレンジサポーター」(認知症サポーター・ボランティア)にオンライン教室でスタッフとして協力いただくよう、お願いしました。
- 機器は参加者が普段使用しているパソコンやスマートフォンを持参いただいたほか、不足する端末や通信機器についてはレンタルなどで対応しました。
- 実施後のアンケートでは、約半数の参加者が自宅から Zoom へ「参加できる」と回答しました。一方で、教室開催にあたっての適当な参加者数やサポート方法など、様々な課題も見えてきました。

当初、カフェ運営者の方からは、オンライン活用は「難しい」という声を多くいただいていた。しかし、初心者向けの教室を行うことや、どうしても対面開催ができない場合の代替手段としての活用といった意図を丁寧に伝えることで参加いただくことができました。



【ポイント】 オンライン教室開催にあたって

- ✓ 募集時に参加者が普段使用している機器や使用頻度、習熟度などを把握しておくことで、あらかじめサポート方法を検討できます。
- ✓ なるべく少人数(10名程度)での実施が望ましいです。

■ 学んだことを実践してみよう(Challenge2)

- 次に、オンライン教室で学んだ内容を活かして、実際に自宅からオンラインでカフェくちなしへ参加する練習を3回行いました。オンライン参加者は、音声トラブルなどはあったものの、スタッフのフォローによって全員が無事に参加できました。

<接続のイメージ>



- 一部のオンライン教室参加者から Zoom のホスト側を習得したいという声があり、ホスト操作(ミーティングの設定等)を練習しました。

【ポイント】 実践を重ねることで徐々に慣れてくる

- ✓ オンラインツールの活用に慣れるためには、フォローがある環境で実践できる機会を多く設けることが効果的です。

■ オンラインを活用して認知症カフェがつながる(Challenge3)

- オンライン教室(Challenge1)や練習会(Challenge2)の経験を活かし、オンライン認知症カフェを12月に開催しました。
- 当日は複数の対面会場を設け、各会場と市内7か所の認知症カフェ運営者、参加者をオンラインで接続しました。カフェマスターに扮した市長の「カフェオープン！」の言葉で開店し、有識者の講話、市内の全認知症カフェの紹介を行いました。認知症カフェ紹介では認知症地域支援推進員が司会をしました。
- 開始前に30分ほど慌てず入室できる時間を設け、操作に困った際に電話対応できるスタッフを配置しました。また、当日の運営は「おおぶオレンジサポーター」にサポートを依頼しました。
- オンライン参加でも手元に飲み物を用意するよう案内したり、オレンジ色の紙飛行機を画面越しに投げて各認知症カフェをつなぐ演出など、カフェらしさや一体感を出すための様々な工夫をしました。
- 県内外から計87名の参加があり、そのうちの約半数は、今回初めて認知症カフェに参加した人であり、「一度に7か所の活動を聞けて良かった」といった声が寄せられました。

<当日の様子>



■ 初心者向けオンラインツール活用のためのテキストを作成

- 既存のオンラインツールの解説サイトなどは、ネット利用に慣れた人向けのものが多いことから、オンライン教室の際に独自で作成した資料は、今後も地域住民に広く使ってもらえるようにテキストとして整理しました。

「オンラインでつながるための手引き～初めてでもズームに参加できます～」
こちらで無料公開しています↓

<https://www.pref.aichi.jp/soshiki/chiikihoukatu/ninchisho-cafe-model.html>



◆ 取組を振り返って

- オンラインによる認知症カフェは、様々な方が気軽に参加しやすく、これまで認知症カフェを知らなかった人にも、各カフェの特徴を紹介することができて良かったです。
- オンラインだからこそ「カフェらしさ」や「一体感」を意識することが重要です。
- オンライン活用は、その方法によって様々なメリットが期待できると思います。認知症カフェ運営者や参加者の状況・思いを踏まえて、1つの選択肢として活用を考えていきたいです。

4. より良い認知症カフェの実現に向けて ～モデル事業から得られた気づき～

- 前項で紹介したとおり、今回のモデル事業では、認知症カフェの運営向上やオンラインの活用に向けた様々な試行錯誤がなされ、その取組プロセスの中から多くの気づきが得られました。
- モデル事業の結果は、「2022年度愛知県認知症カフェサミット」（2023年2月16日開催）にて報告が行われ、当日は有識者とモデル事業実施市とのディスカッションにより多角的な視点から意見が交わされました。
- 本項では、今回のモデル事業から得られた気づきを踏まえて、市町村や地域包括支援センター職員、認知症カフェ運営者等が、認知症カフェの運営向上やオンライン活用を進めるためのポイントを整理しています。

認知症カフェ運営者や行政等がつながること

- 認知症カフェは、ボランティアや医療機関、介護事業所、NPO法人など地域の様々な団体が開設・運営しています。カフェ同士の横のつながりは少なく、認知症カフェ運営者同士の交流は必ずしも活発ではありません。
- 認知症カフェ運営者同士がつながれば、同じ立場から苦労や悩みを共有したり、お互いの活動を参考にし合うことができ、活動のモチベーション向上といった効果も期待できます。また、地域の認知症カフェと行政や地域包括支援センター等がつながることで、運営者にとっては相談等がしやすくなり、行政にとっては現場の具体的な課題の把握にもつながります。



機会づくり

- 認知症カフェ運営者や行政等がつながるための手段の1つとして、交流の機会を設けることが考えられます。

■モデル事業から得られた気づき

目的に応じた交流等の機会の設定

今回のモデル事業で行われた交流等は、主に2つの形式がありました。どちらも認知症カフェ運営者や行政関係者のつながりの創出に資するものであり、目的や地域の状況に応じて検討することが望まれます。

①認知症カフェ運営者の自主的な交流の場として

- 地域の認知症カフェ運営者が横のつながりを作るために、自主的に交流や学習の機会を創出する場合などが想定されます。基本的には運営者の主体性を尊重しながらも、必要に応じて行政関係者が情報提供や調整などのサポートを行うことが効果的です。(次頁参照)

②行政関係者が認知症カフェ運営者の声を聞く場として

- 行政関係者が認知症カフェ運営者に対して情報提供を行ったり、地域の状況や運営に関する課題について運営者の声を聞く場合などが想定されます。定期的な情報共有の場(連絡会)として運用するケースや具体的なテーマがある際にスポット的に開催するなど、様々な方法が考えられます。

■モデル事業から得られた気づき

交流会のテーマは参加者と一緒に考える

- モデル事業で実施された交流会では、交流会で話し合うテーマを参加者同士で話し合っ決めて決めるケースがありました。
- 認知症カフェに対する認識や抱える課題などは、認知症カフェ運営者によって異なります。交流会で話し合うテーマを幹事や支援者のみではなく、参加者とともに考えることで各参加者が関心を持って主体的に参加しやすくなります。

<名古屋市の例>

意見交換したいテーマを
参加者が提案

話し合い



皆が関心のある
テーマの決定

■モデル事業から得られた気づき

意見の可視化により、効果的な話し合いになるよう工夫

- 認知症カフェ運営者同士の交流を行う際は、まずはそれぞれの活動紹介などを通して相互理解を深めることが重要です。多様性のある認知症カフェだからこそ様々な課題に気づいたり、課題に対してお互いの活動が参考となる可能性があります。
- 今回のモデル事業では、KJ法を用いた意見交換・集約や事前アンケートで寄せられた意見をもとに意見交換を行う工夫などが見られました。意見交換の内容を可視化することで、前回の振り返りなどもしやすくなります。

■モデル事業から得られた気づき

行政関係者によるバックアップ

- 認知症カフェの運営や関連した取組を進める際、地域の認知症カフェ運営者のみでは運営に関するノウハウなどの情報収集等が難しい場合があります。そのため、認知症地域支援推進員をはじめとした行政関係者によるサポートが求められます。
- 認知症カフェ運営者の判断や主体性を尊重した支援が基本となりますが、行政関係者だからこそできる後方支援もあります。今回のモデル事業では、交流会の会場手配、講師や有識者の紹介・つなぎなどを行政関係者が支援していました。他にも、地域資源や関連施策、他地域での取組に関する情報提供などを通じた支援も想定されます。
- 認知症カフェ運営者が困った際に、気軽に行政関係者に相談ができる関係づくりが認知症カフェの運営向上につながります。

認知症カフェでオンラインを活用すること

- オンラインの活用は目的ではなく手段です。まずは「何のために認知症カフェでオンラインを活用するのか」「どのような課題の解決に効果的か」といった目的を考えることが重要です。
- オンラインは感染症対策をきっかけに活用されることが多いですが、今回のモデル事業においては、取組主体ごとに以下のように様々な目的を定めていました。
 - * 認知症カフェ運営者の横のつながりづくり
 - * インターネットの活用による活動(プログラム)の幅の拡大
 - * 認知症カフェの幅広い周知 など
- こうした目的を認知症カフェ運営者や行政関係者間で共有することで、納得感を持って取組を進められます。目的に対してオンライン活用が有効でなければ無理に実施する必要はありません。

■モデル事業から得られた気づき

オンライン活用の多様な選択肢

- オンライン活用といっても様々な方法があります。取組目的や参加者の状況などに応じて、各地域やカフェに合った方法を検討することが大切です。

<オンライン活用の方法・留意点等>

		利点・活用イメージ	留意点等
完全オンラインでの開催		<ul style="list-style-type: none"> ✓ 感染症対策として有効 ✓ 家族やカフェ運営者同士の交流で活用しやすい ✓ 連絡会や情報共有の場として活用しやすい ✓ マンツーマン実施に効果的 ✓ 会場準備等が不要 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 各参加者にオンライン環境が整備されている必要あり ✓ 認知症の人にとっては、画面を通じたコミュニケーションが難しい場合もある
ハイブリッド開催	一部の参加者がオンライン参加	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 参加者が予定や環境に応じて、参加形式(会場・オンライン)を選択することが可能 ✓ 講師やゲスト、遠方の家族、会場に来られない人をオンラインで招くことなども可 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 会場のマイク・スピーカー等の設置がやや複雑 ✓ 会場のみ盛り上がり、オンライン参加者が置いていかれやすい ✓ オンライン参加者も一緒にできるプログラムの検討や一体感を出すための工夫が望まれる ✓ オンライン参加者の技術的なフォローが必要となる
	複数のカフェをオンライン接続	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 各運営者がオンラインツールを利用できれば実施可能(参加者による操作は必要なし) ✓ 行政等が主導してイベント的に実施することも有効 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 開催時間や実施方法など、カフェ同士で事前の調整を行う必要がある(調整役が必要) ✓ 参加者同士の交流を行う場合は、各カフェにマイク・スピーカー等の設置が望まれる
インターネットを活用したプログラムの実施		<ul style="list-style-type: none"> ✓ パソコンとネット環境があれば実施可能(従来の開催方法を変える必要なし) ✓ プログラムの幅が広がる(画像検索や動画サイト、Google ストリートビュー機能の活用など) ✓ オンライン活用に慣れるためのステップとしても有効 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ モニターやスクリーンなどでパソコンの画面を投影することが望ましい ✓ オンラインやハイブリッドで実施する場合は、画面共有機能を用いて、オンライン参加者にもコンテンツを共有する

■モデル事業から得られた気づき

練習会などを通して、楽しみながら継続する

- オンライン活用に向けて、まずは練習や体験の機会があるとよいでしょう。今回のモデル事業においても、オンラインツールの勉強会から始め、徐々に実践的な練習をする場合がみられました。
- 使用する機器が異なると、少しの画面表示の違いなどで混乱を招くこともあります。練習の際は、なるべく参加者が普段使用している機器を使用できるとスムーズです。
- 接続や音声のトラブルが生じることは決して珍しいことではありません。上手くはいかなくても、焦らず参加者と一緒に楽しみながら取り組むことが継続につながります。こうした試行錯誤を続けることで、将来的に認知症カフェでの取組の幅が広がる可能性があります。

■モデル事業から得られた気づき

離れていても一体感を出すための工夫

- オンラインあるいはハイブリッド開催では、会場の様子や細かな表情などが伝わりにくく、一般的に対面と比べてコミュニケーションが取りづらくなります。そのため、離れていても一体感をもってコミュニケーションができるような工夫が有効です。
- 例えば、同じ体操をする、同じ映像を見るなど、画面共有などで同じコンテンツを共有することのほか、参加者が同じものを身に付けたり、雑談の時間を設けるなどの工夫も考えられます。

■モデル事業から得られた気づき

より良い認知症カフェの実現に向けた選択肢の1つとして

- 認知症カフェサミットにおいても、認知症カフェにおけるオンライン活用に対して様々な意見が出ました。コロナ禍により、対面での開催の大切さを再認識した方もいるでしょう。
- オンライン活用はあくまで手段であり、1つの選択肢です。オンライン・対面の「どちらか」ではなく、状況に応じて使い分けるなど、各カフェの目的・思いを踏まえ、その在り方を柔軟に考えることが大切です。

カフェごとの目的や思い、地域の状況を踏まえて検討



