

生活支援体制整備事業研修  
“つながり”が生み出す にこやかな暮らし  
～身近な地域の取組紹介～



# 認知症カフェ 「あずまカフェ」

～安心して散歩できるまちを目指して～

2019年12月2日(月)

武藤道子実行委員長

市川妙子副委員長



# 認知症カフェとは

- 認知症の方と家族を支える  
心のよりどころ
- 地域の方が直接認知症の方と  
交流できる場所



## ■ 認知症カフェのメリット

気後れなく本音で話せる

地域の関わりができ、  
友人ができる

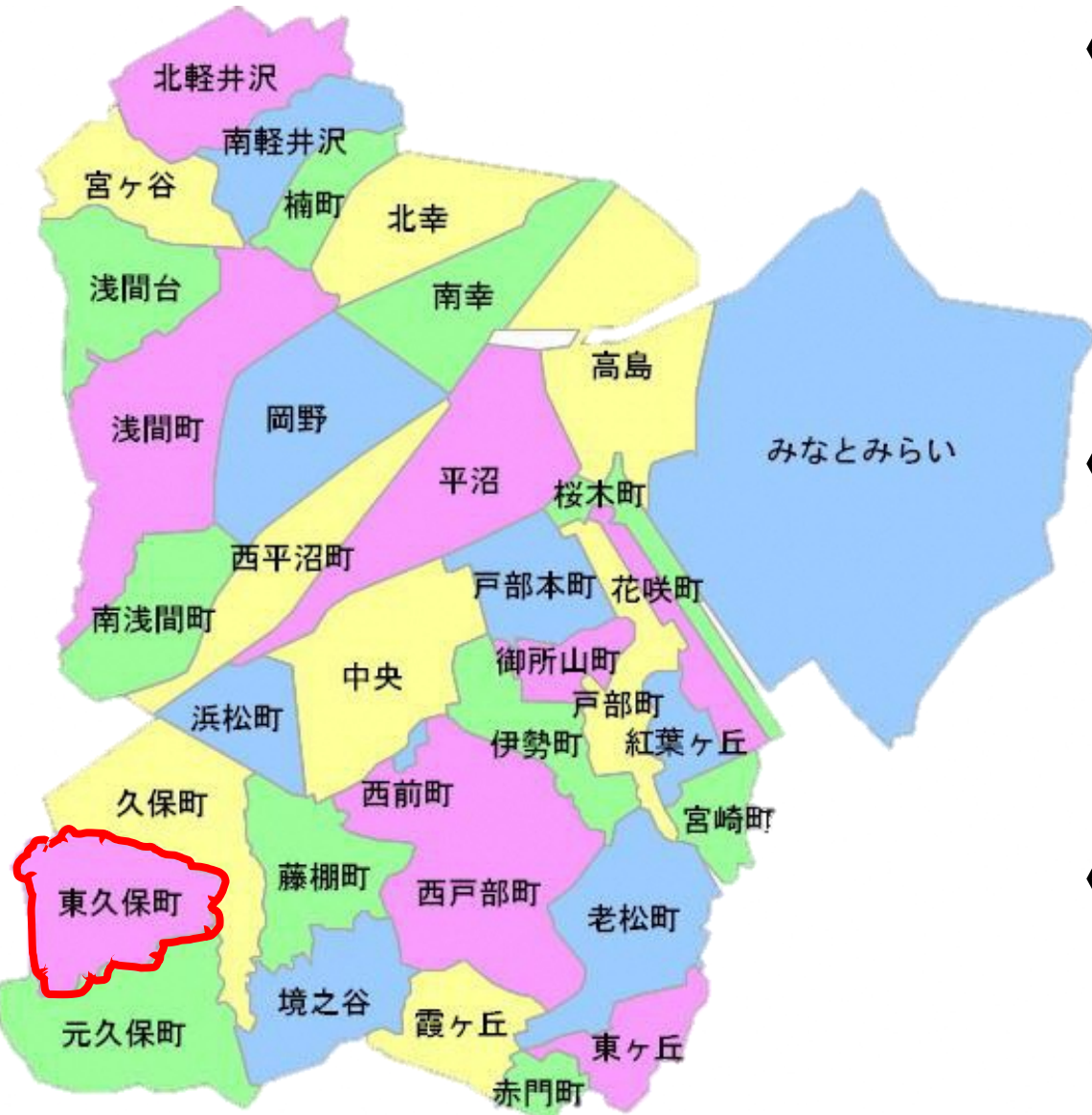
心理的な不安の軽減

症状の早期発見、治療

娯楽として息抜きになる



# 私たちの町、東久保町について①



〈西区〉 横浜市ポータルサイト H31.3現在

- ・人口 101,962人
- ・高齢化率 19.8%

〈東久保町〉 横浜市ポータルサイト H31.3現在

- ・人口 3,883人
- ・高齢化率 24.4%

〈町内会〉

- ・4つある  
(東朋会/東台会/東睦会/東風会)

# 私たちの町、東久保町について②



県営藤棚アパート

野毛山方面  
標高31.8m

聖隷横浜病院  
保土ヶ谷区  
標高55.1m

## 〈地形〉

- ・ どこに行くにも山坂階段
- ・ マンション18階建て分の標高

## 〈町の様子 昔と今〉

# 東久保町と 生駒医院(G.Hフィニックス)

## 〈生駒医院について〉

- 東久保町の真ん中、唯一
- 運営開始から地域と交流あり
- 3 F 建て(G.H/デイサービス)





# 認知症カフェ 立ち上がりのきっかけ

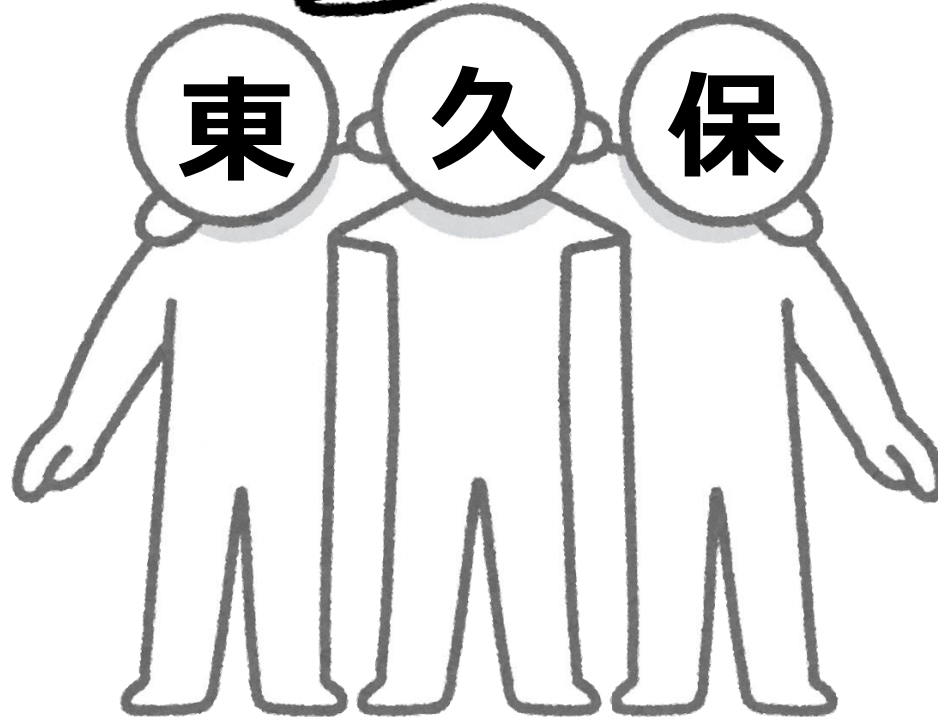
空いている2Fを  
提供しますよ!!

生駒医院  
（フイニックス）



やってみよう!!

東 久 保



地域に認知症の方  
住んでますよ

藤棚地域ケアプラザ





# H30年10月13日 理念とともにスタート

## あずまカフェの理念

- 安心できる場であること
- 悩みを共有できる場であること
- 自分で選び決定する場であること

特別な人がいるわけでもなく、  
特別でもない場所

### 〈あずまカフェの楽しみ方〉

- ◎入り口で参加費100円をいただきます。
- ◎好きなコップを選んでください。
- ◎好きなドリンクを選んでください。
- ◎好きな席にお座りください。
- ◎お話をしても良いですし、しなくても良いです。
- ◎お知りの方、そのご家族、介抱した経験者等様々な方がいらしゃいます。
- ◎疑問や悩みが共有できると、気持ちが軽くなりますね。
- ◎ドリンクのおかわりは自由です。
- ◎おかわりの際は、係の方を呼ぶだけではなく、自分で歩いて、自分で選んで、自分で運べると理想です。
- ◎お菓子をご用意しています。
- ◎お好きな時間に来て、お好きな時間にお帰りください。



安心できる、平等な、あずまカフェ

あずまカフェ実行委員会

- 安心できる場であること
- 悩みを共有できる場であること
- 自分で選び決定する場であること

特別な人がいるわけでもなく、  
特別でもない場所



# あずまカフェの様子



色とりどりの食器



楽しいイベント



季節を彩るあたたかい看板



手作りの看板



東久保町 認知症カフェ  
**あずま カフェ**

**認知症カフェ「あずまカフェ」が開店中です!**

お茶やコーヒーを飲みながら、ゆったりとしたひとときをごしませんか。  
認知症の方・ご家族の方・東久保町の方、どなたでも立ち寄れる「つどいの場」です。  
ボランティアや相談員がいます。ちよこっと相談なども大歓迎! お気軽におこしください。

お問い合わせ  
〒組合 フィニックス 東久保町 35-20  
担当: 遠藤・小林  
TEL: 231-6932 / 231-5983  
\*主催\* あずまカフェ 実行委員会  
\*後援\* 藤原地域ケアプラザ

場所: 生駒医院 2F  
日時: 毎月第2土曜日(原則)  
13:00~16:00  
メニュー: コーヒー・紅茶等  
100円





# H30年10月～R元年11月 参加者数

(R元年10月台風のため中止)

お待ちしております

雨の日も  
風の日も  
雪の日も

平均  
36人

あずまカフェ  
看板娘

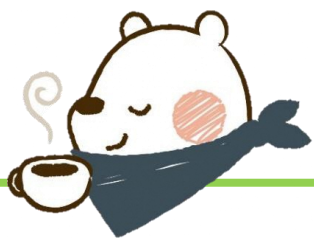




# スタッフの気持ち



- 来た方々が  
「**いてくれたのね。ほっとする。**」  
と言ってくれるので、**休まない**で出ようと思う。
- 来てくれる方との関係ができ、  
**皆さんの顔が見られる**のが、楽しみ。



# 参加者の気持ち

認知症の方を介護するご家族

母と一緒に来ました。  
スタッフに、知り合いの方もいらしゃって、  
少し、ホッとしています。  
他の皆様（お客様）のパワーに  
負けない様に、ここからも頑張ります  
としても、このような場所を与えて下さって  
ありがとうございます。

認知症の方を介護するご家族

（妻）が大勢の人がいて話かけると楽しそうです。私も  
家にいると話ることがないので楽しいです。



ノートより抜粋

認知症当事者

あ、い、し、こ、に、こ、ち、そ、う、さ、ま  
し、あ、め、せ、な、気、持、ち、で、す。

地域の高齢者

ここが一番の楽しみ。  
みんなに声をかけて  
教えているの。



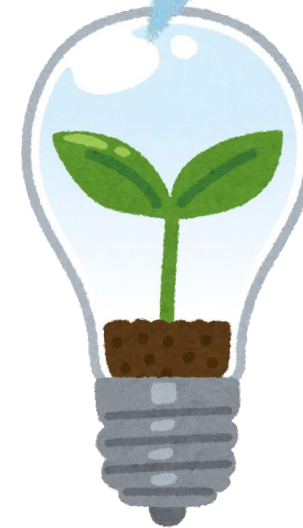
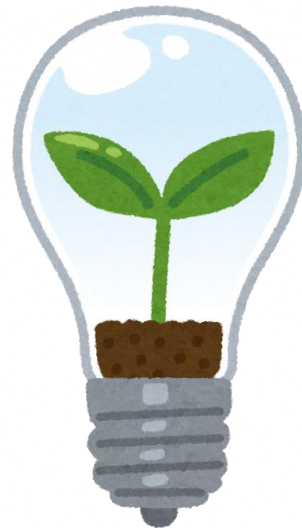
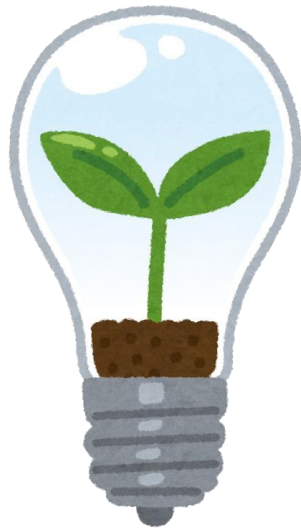
# カフェ開催後の変化①

挨拶の輪が  
広がった

待ち合わせは  
カフェで

認知症の方を  
介護する  
ご家族の支援

毎月楽しみ



肩の力が  
抜けた



# カフェ開催後の変化②

## 認知症の方とそのご家族の支援

「妻は認知症です」  
「閉じこもって心配」  
「妻には外出してほしい」

「自分の悩みを  
誰かに聞いてほしい」

「閉じこもりでは  
ありません」  
「私は病気じゃ  
ありません」  
「介護サービスは  
不要です」



認知症カフェ「あずまカフェ」に参加して

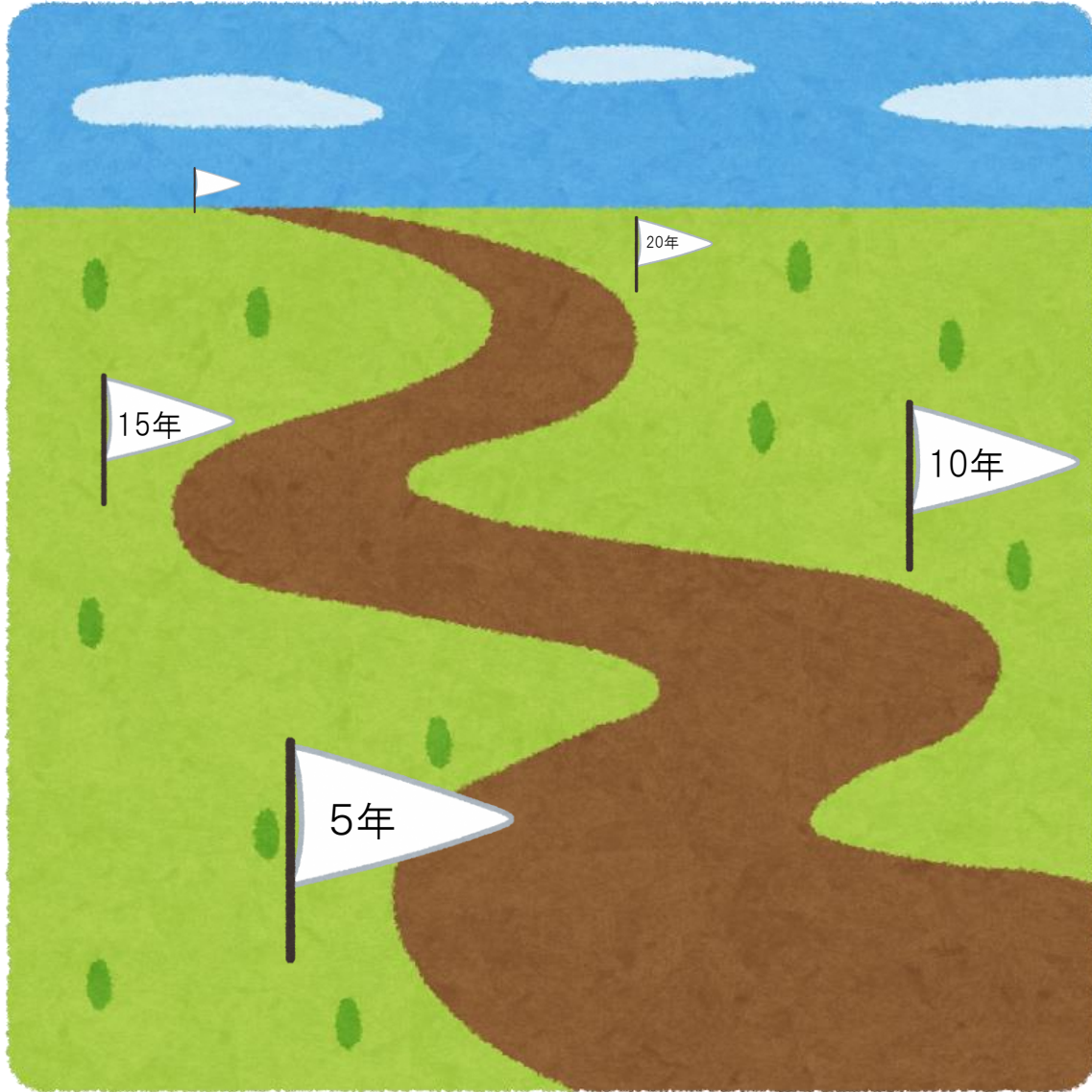


- 【夫】
- ・ 新たな出会い  
（運営する地域の方  
参加する地域の方）
  - ・ 相談相手が出来た

- 【本人(妻)】
- ・ 友人との再会
  - ・ カフェへの参加
  - ・ 介護サービス利用



# これからのあずまカフェ



継続

財産

拠所

発見

学び

変化





# 安心して 散歩できるまち