

「認知症カフェ」の 『認知症当事者の集い』

横道 正克 氏

一般社団法人久留米健康くらぶ 理事長



1.目的：

認知症当事者【認知症初期・軽度(MCI)】同士の集いの場を提供し、参加する当事者1人1人が本音の話し合いを通じて、思いを伝えお互いで共有化し不安解消と同時に生きがいづくりを支援し認知症の改善・進行防止を図ります。

2.背景：

当“認知症カフェ（ほっとカフェ）”は、認知症ご本人や家族、心配な方々が進行防止・早期発見・予防で気軽に集う居場所づくりを平日毎日(10時～16時)運営し、5年目になります。

利用者は、約70名となり支援体制も久留米市始め地域の病院・介護事業所等26団体、市民サポーター専門学生等約40数名となり、全国でも稀な会費制で県知事表彰も連続2年頂きました。

その中で、月1回3組限定の“家族相談会”を丸3年、“介護者の集い”を丸2年実施して、家族が認知症を正しく理解し、接し方を学び負担軽減を行い、本人の進行改善・防止を図ってきました。

そして2019年度は、認知症ご本人同士が本音を語り合うことで、不安の解消や精神的な安定により進行の改善・防止を目指す当事者の集いを実施する事で総合的な“認知症カフェ”事業の確立を目指しています。

3.方法：

毎月第3日曜日14時～16時に認知症当事者が主役となり、気軽に集い専門家1～2名とくらぶ事務局が加わり、当事者同士が本音の話を円滑にできるようにサポートします。

4.意義：

(1)認知症カフェ（ほっとカフェ）事業の総仕上げ(今年度で5年目)の位置づけ

①平日毎日の運営(現在利用者約70名⇒100名)の補助金に頼らない自立体制の確立へ

②認知症当事者・家族・一般市民が笑顔で楽しく気軽に過ごす居場所づくりの確立へ

③その為の支援体制(行政・関連団体・病院・介護施設・市民ボラ・学生)の確立へ

(2)当事者・家族のサポート体制『3本の矢』の構築

①家族相談会(3年間実施：毎月第4土曜午後3組限定)
・認知症ご本人と家族の集いで、認知症を正しく理解し家族との連携により本人の進行防止を図ります。

②介護者の集い【笑進の会】(2年間実施：毎月第2土曜14時～16時)

・介護する家族の精神的負担の軽減とご本人への接し方を学び認知症の改善・進行防止に寄与します。

③当事者の集い【喜楽な集い】(1年目：毎月第3日曜14時～16時) ⇒ 上記説明済み

5.今後の展開：

2019年度5年目となる平日毎日運営の“認知症カフェ”の確立を目指すと共に、若年性も含めた認知症初期・軽度の方へのサポーター体制を確立し、進行改善・防止は勿論、ご本人の就労や地域貢献活動への橋渡しにもなればと考えています。

尚、本年4月発足の「久留米認知症カフェを広める会」主催で、認知症カフェの先駆者である武地一先生を久留米にお招きして、本年11月に第1回福岡県認知症カフェ交流会を開催予定です。最終的には、上記3本の矢の推進で、健常者から認知症になっていく空白期間の対応をしっかりと行う事で、2025年問題や将来の医療費・介護費の削減に寄与し、地域包括ケアにも直結する認知症になっても安全安心なまちづくりに大きく貢献するものと考えています。