

認知症との共生社会実現に向けて

～認知症カフェの現状と課題～

主任研究員 江頭 達政

わが国の認知症高齢者数は 2025 年には約 700 万人、65 歳以上の高齢者の約 5 人に 1 人に達することが見込まれている。認知症との共生社会の実現に向けて、新たに認知症基本法が制定され、2023 年 6 月に可決された。日本ではオランダを参考とした認知症カフェが普及し、認知症に関係する人々の繋がりを醸成する場所とされている。近年では民間企業と連携した取組みも見られ、認知症基本法の基本理念、基本的施策に資する認知症カフェが、現状の課題を解決しながら共生社会実現に向けた一助となることが期待される。

1. はじめに

わが国の認知症高齢者数は、2025 年には約 700 万人、65 歳以上の高齢者の約 5 人に 1 人に達することが見込まれ¹、今や認知症は誰もが関わる可能性のある身近な病気と言える。認知症について「共生社会の実現を推進するための認知症基本法（以下、「認知症基本法」という。）」が新たに成立し、2023 年 6 月 16 日に公布された。新法では「認知症の人を含めた国民一人一人がその個性と能力を十分に発揮し、相互に人格と個性を尊重しつつ支え合いながら共生社会の実現を推進する」ことが定められた。さらに、国、地方公共団体は認知症施策を策定・実施する責務を有し、国民は認知症に関する正しい知識及び認知症の人に関する正しい理解を深め、共生社会の実現に寄与するよう努める義務が明文化された。今般の法制化によって認知症共生社会実現に向けた動きがより具体化することが期待される。

共生社会の実現を考えるうえで、認知症の人の声、その主たる介護者である家族の声を把握することは重要である。全国的な実態調査²では、認知症診断を受けた時の本人の気持ちは「ショックだった」や「よく覚えていない」との回答が多く、その後の気持ちの変化についても後ろ向きな回答が多い。同調査での家族の声は「漠然とした不安がある」、「イライラする」、「気分が落ち込む」などが多い。認知症であることを本人や家族が認め、前向きにとらえ、周囲の理解を得ながら社会参加して共に生きることが重要とされる。家族の負担を軽減し、悩みを相談できる環境があることも重要である。これらの一助となる集いの場「認知症カフェ」では近年、民間企業と連携した取組みなど新たな動きも見られる。共生社会の実現に向けた「認知症カフェ」の現状と課題について考察する。

2. 日本における認知症カフェの現状と課題

(1) 認知症カフェとは

認知症カフェは、「認知症の人やその家族が地域の人や専門家と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う場所」とされ、家族支援と初期の認知症の人の支援の場となることが想定される。また、早期診断がなされ

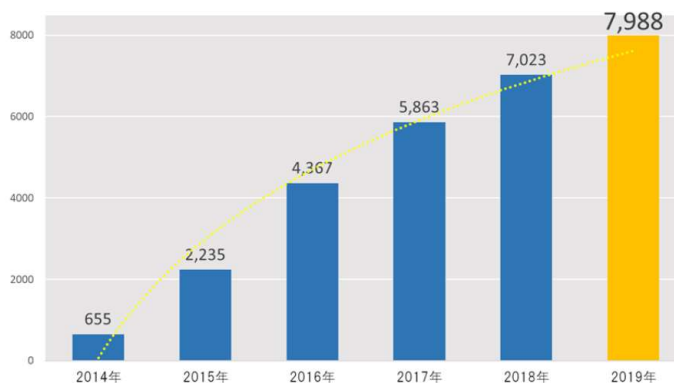
¹ 厚生労働省「認知症施策推進総合戦略（新オレンジプラン）～認知症高齢者等にやさしい地域づくりに向けて～（概要）」（2015 年）

² 公益社団法人認知症の人と家族の会「認知症の人と家族の思いと介護状況および市民の認知症に関する意識の実態調査報告書」（2020 年）

ても何も支援がない期間(=空白期間)の戸惑いを支える役割も果たすとされている。

認知症カフェは1997年にオランダで始まったアルツハイマーカフェを起源とし、その後世界各国に様々な形で広がった。日本では2012年の「オレンジプラン」で「認知症カフェ」として紹介され、2015年の「新オレンジプラン」では全市町村への設置を目指すことが明示されて普及が進んだ(図表1)。コロナ禍では一部規模縮小もあった³が、7,904か所(2021年)まで拡大し、全市区町村の88.6%で開催されている⁴。

《図表1》認知症カフェ設置数の推移



(出典) 医療介護情報ネットワーク「認知症カフェを知らう」

(2) 一般的な認知症カフェの形態

認知症カフェの開催にあたって開設基準はなく、行政等への申請や許可も必要ない。場所、資金、人員が揃えば自由に開催できる。「新オレンジプラン」で全市町村への設置を目指すことにより、各自治体は補助金⁵などを用意して開催に対する支援、推進を行っているが、実際の運営はすべて開催者に委ねられている。そのため補助金などを有効活用しながら、場所や人員確保、開催内容の決定まですべて自分で賄う必要がある。

その運営主体は自治体、社会福祉法人、地域包括支援センター、ボランティア団体など様々で、市役所や公民館の会議室、社会福祉法人施設、民間施設などを利用して定期的(月1回など)に開催されている。参加者は本人、家族のみならず元気な高齢者(周辺の施設利用者、認知症予備軍など)も含まれる。参加費は一定の料金(100円など)を支払う場合もあれば無料の場合もある。カフェの内容は、講話やゲームなどが取り入れられる場合もあればフリートーク(自由に歓談)の場合もあり、筆者が視察したいくつかのカフェにおいては後者が多かった。開催情報は地域内で連携され、主催者を含む地域包括支援センター、介護事業所、ケアマネージャーなどが中心になって参加の声掛けを行い、地域包括支援センター関係者なども本人、家族と同行するケースが多い。

(3) 認知症カフェの現状と課題

2012年のオレンジプラン以降、日本国内で急速に普及した認知症カフェは、地域における交流の場となり、認知症への理解や情報交換の促進、参加者の心理的な安定をもたらすなどの成果もある一方で課題も見られる。近年、認知症カフェに関する全国規模の実態調査が2016年⁶、2022年⁷と2回にわたり実施された。市区町村自治体への調査結果からは、「立ち上げ資金補助の実施」が全体の30.9%(2016年)から21.3%(2022年)へ、「運営費の補助の実施」が52.8%(2016年)から44.7%(2022年)へと減少している。一方で「周知・広報支援の実施」が77.3%(2016年)から86.4%(2022年)へと増加し、全体として「運営・立ち上げの補助」から「普及啓発の補助」へと移行していることがわかる。

³ 例えば東京都西東京市では市内15か所で認知症カフェを開催していたが、コロナ禍の影響を受けて現在12か所に縮小している。その後、閉鎖カフェの再開に向けて動いている(西東京市健康福祉部へ2023年11月に実施したヒアリングより)。

⁴ 厚生労働省「認知症カフェ」

⁵ 例えば東京都西東京市では「認知症カフェ補助金」を「開催月数×2,000円」を限度として交付している。

⁶ 厚生労働省平成28年度老人保健事業「認知症カフェの実態に関する調査研究事業報告書」

⁷ 厚生労働省令和4年度老人保健事業「認知症カフェの類型と効果に関する調査研究報告書」

運営者への調査結果を 2016 年、2022 年と 2 か年について纏めたものが《図表 2》である。この中で注目すべきは、「参加者数」、「運営上の課題」の 2 点である。まず、「参加者数」については、2016 年調査では平均参加者数が 17.6 人、認知症本人は 4.4 人、家族介護者は 3.5 人であり、本人および家族を合計しても 7.9 名の参加にとどまる。さらに、2022 年調査では平均参加者数が 13.2 人、認知症本人は 3.0 人、家族介護者は 1.8 人となっており、前回調査と比較して減少している。認知症カフェは本人、家族のために開催されているが、実際にはその本人、家族の参加は多くないのが実態である。

次に「運営上の課題」については、2016 年、2022 年ともに「認知症の人の参加」が 80%近くと最多になっており、多くのカフェが上述の本人の参加が少ないという課題を抱えている。さらに、両年ともに「継続の不安」が約 60%と多い。これらの具体的な内容としては、「認知症カフェの名前に家族や本人が抵抗を感じている」、「本人と一緒に家族が参加すれば相談できない面がある」、「宣伝方法や告知方法をどうすればよいかわからない」、「資金的に厳しい」などの声が挙がっている。

共生社会実現に向けて本人、その家族のために設置された認知症カフェは増加の一途だが、その反面、本人や家族の参加は多いとは言えず、カフェ継続に不安がある運営者も多いという現状が浮き彫りになっている。本人や家族の参加というのは多くのカフェに共通する課題と言えるが、本稿ではこれらの課題解決に資する取組事例をもとにカフェ継続、共生社会実現に向けた姿を考察する。

3. 課題解決に向けたヒントとなる取組事例

(1) 「Dカフェ」(スターバックス町田) 8

町田市では 2016 年から市内にあるスターバックスコーヒーの協力を得て、認知症カフェ「D カフェ《図表 3》」を開催している。2019 年には市内全 9 店舗へと拡大、月 1 回、午前 10 時から正午までの開催である。その立ち上げ時には、開催意義や店舗運営への影響など社内での折衝に時間を要したが、「スターバックスは『人々の心を豊かで、活力のあるものにするために一ひとりのお客様、一杯のコーヒー、そしてひとつのコミュニティから』という同社のミッションを認知症カ

《図表 2》 認知症カフェの実態調査結果

	2016 年	2022 年
運営主体	地域包括支援センター33.9% グループホーム・小多機 15% 特養・老健 13%	地域包括支援センター39% 市区町村 15.2% グループホーム等 10.7%
参加費用	無料 30.3% 平均 129 円	無料 40.7% 平均 177 円
内容やプログラム	ミニ講話 54.1% アクティビティ 63.1% 介護相談 70% それぞれの話し合い 8.8% カフェタイム 87.6%	ミニ講話 54.5% アクティビティ 69% 介護相談 55.2% それぞれの話し合い 6.5% カフェタイム 70.7% 認知症一次予防 53.1%
参加者数	全体平均 17.6 人 認知症本人 4.4 人 家族介護者 3.5 人 地域住民 8.8 人 専門職 3.9 人	全体平均 13.2 人 認知症本人 3.0 人 家族介護者 1.8 人 地域住民 5.9 人 専門職 1.7 人
運営上の課題	認知症の人の参加 76.9% 地域の理解 47.1% 運営方法が不安 46.5% プログラムや内容 43.9% 費用の不安 36.9% 継続の不安 59.3%	認知症の人の参加 76.7% 地域の理解 48.2% 運営方法が不安 44.1% プログラムや内容 43.3% 費用の不安 24.4% 継続の不安 60.2%

(出典) 令和 4 年度老人保健事業「認知症カフェの類型と効果に関する調査研究報告書」より当社にて作成

《図表 3》 Dカフェの様子



(出典) 町田市「認知症カフェ『D カフェ』」

8 スターバックスコーヒー「私たちが、いずれ歩く道。コーヒー片手に認知症を語る場をつくる。(東京都・町田市)」

9 東京大学高齢者総合研究機構アカデミー「フィールドワーク Take4 生活支援サービス：ゆる認知症カフェ 町田市×スターバックス」2024/1/15

フェの開催意義と重ね、開催に至ったという。開催初期より「参加者の多くから『楽しかった!』との声が印象的で、皆が普段外でつけている『外向けの顔』という仮面を外して素の自分で心から楽しんもらえた。」との感触を運営者は得ていた。閉ざされた空間の中ではなく、普段よく行くカフェで何気なく開催されていることもあり継続して高い参加者数を実現している。

(2) 「ほっとカフェ2号店」(Cafe MUJI 二子玉川)¹⁰

二子玉川あんしんすこやかセンターとSOMPO ケアの共同開催により、二子玉川駅近くにある無印良品の3階「Cafe MUJI 二子玉川」で認知症カフェ「ほっとカフェ2号店」が毎月開催されている。店舗来客数が比較的少ない平日の15~16時あたりに店舗内の屋外テラス席(猛暑時など除く)を間借りし、参加者は必ずドリンクを1杯注文することが条件である(参加者が支払うのは注

《図表4》ほっとカフェの様子



(出典) 社会福祉法人「大三島育徳会」WEBサイトより

文した飲食物の料金のみ)。本人や家族の参加は開催回によりバラつきがあるものの全体として常に一定数の参加者を得ており、本人と家族はそれぞれ離れて着席するなどの配慮がなされている。ここでは美味しい飲食物が提供され、あわせてカフェ近接の百貨店で一緒に日用品の買い物もして帰るといった流れが出来る。カフェ開設にあたっては、最初から認知症本人(症状が軽度のうちは一緒に考えることが十分に可能)と一緒にカフェを考えていくことも成功の大きなポイントの一つであり、美味しい飲み物、美味しい食べ物、雰囲気、また相談しやすい環境が成功の要素であると主催者は述べている¹¹。

以上の2事例は、Dカフェ、ほっとカフェという名前で、店舗運営企業の協力の下、店舗営業になるべく影響の出ないよう工夫しながら店舗を一時的に利用させてもらうことで「費用面の不安」を軽減させている。また、ほっとカフェでは本人や家族は離れて座るよう配慮がなされており、さらに、店舗で提供される飲み物や食べ物が参加意欲を喚起し、参加することで満足感が得られ、継続的な参加、開催にも繋がっている。

《BOX》オランダにおけるアルツハイマーカフェの近況¹²

アルツハイマーカフェは2022年現在、オランダ全土で263か所開催されている。2021年よりUnforgettable Cooking Club(料理教室)が新設され、認知症の人が家族、友人とともに楽しみながら夕食をつくり、一緒に食べる場所となっており、現在では20か所で開催されている。

また、2022年から40人の専門家(ボランティア)による認知症ラインが開設された。これは無料で利用できるオンライン相談で、年中無休、9時から23時まで受け付けている。すでに5,000件の相談実績があり、1回あたり約20分程度、本人や家族から認知症に関連する相談を行い、専門家によるアドバイスを受けることも可能である。

一ボックス 人と人をつなぐ「場」のチカラ(2022年8月9日)

¹⁰ ほっとカフェ主催者(SOMPO ケア株式会社認知症プロジェクト室リーダー尾田淳氏)へのヒアリング及びほっとカフェ開催現場視察(2023年8月実施)より

¹¹ ほっとカフェ主催者であるSOMPO ケア株式会社認知症プロジェクト室リーダー尾田淳氏へのヒアリングより(2023年8月実施)

¹² オランダアルツハイマー協会「2022年度年報要約」

4. おわりに

認知症共生社会の実現に向けて、認知症の人やその家族が周囲の理解を得ながら前向きに明るく生きることが重要である。本人、家族が気軽にやって来て会話し、悩みを共有し、相談ができる場所として「認知症カフェ」の果たす役割には期待が大きい。

認知症カフェは急速に普及したが課題も見られ、まずは開催することから実効性が求められる過渡期にあると言える。認知症カフェ以外にも、本人ミーティング、サロン、家族会、若年性認知症家族会¹³など様々な形態の集いの場があるが、認知症カフェと同様に運営や継続に対する課題を抱えているところが多い。それぞれの運営主体も様々であるが、例えば家族会に原資がない場合、主催者の強い「使命感」だけで継続することは難しい。地域と繋がり、家族会を通じて主催者である介護事業所にやってくる利用者が増え、介護報酬に繋がるという流れの恩恵を受けることで継続に繋がっているようなケースもある¹⁴。

オレンジプラン、新オレンジプランの流れを受け、自治体からのトップダウンで、開催プロセス、開催意義などの検討が不十分なままカフェを開催したようなケースもあるが、結果的にはうまくいっていないという¹⁵。認知症共生社会実現に向けた認知症カフェ成功のポイントは、自治体、地域包括支援センター、介護サービス事業所、民間企業など地域の人々との密な連携をベースにしながら、本人と一緒に共生社会の実現に向けたよりよい姿を考え、本人や家族が魅力を感じるような集いの場を実現することである。筆者が視察したカフェでは、パフェを美味しそうに食べて満足そうな高齢者の姿や、「カフェに参加する前は少し不安だったが初めて参加してみて良かった。」という声などを見聞きした。魅力あるカフェを設営することで参加者は満足し、継続的に参加、周囲への声掛けが新たな参加者へ繋がる可能性もある。

カフェへの本人、家族の参加が少ないという課題に対して、カフェ運営者、周辺地域の関係者は元気な高齢者へ積極的な社会参加を促す意味で、認知症カフェへの参加を呼びかけ、参加者増に至っているケースも散見される。このような場合には本人、家族が同席することで、本人、家族から発言しにくい、居心地が悪いといった状況が起らないよう配慮しながら運営する必要もある。現状の認知症カフェの課題を解決しながら、今後も様々な認知症カフェが開催され、共生社会実現に向けた一助となることが期待される。

本資料は、情報提供を目的に作成しています。正確な情報を掲載するよう努めていますが、情報の正確性について保証するものではありません。本資料の情報に起因して生じたいかなるトラブル、損失、損害についても、当社および情報提供者は一切の責任を負いません。

¹³ 東京都西東京市では平成31年2月より若年性認知症当事者・家族の会「かえるの会」を年4回、西東京市役所会議室にて開催している。65歳未満で発症した認知症を若年性と位置付けているが、参加者は年々、高齢化の傾向にある。

¹⁴ ケアソーシャルワーク研究所所長・金山峰之氏へのヒアリングより

¹⁵ 同上