

# 「若年性認知症カフェ」始めました！

神奈川県 厚木市

株式会社ミュー みどりの丘

若年性認知症カフェ「そらとうみとたいよう」との会プロジェクト

プロジェクトリーダー：幸田 裕介・山崎 則子

メンバー：杉山 浩子／佐藤 菜穂／太田 小百合／大聖寺 吉美

## 1. はじめに

2017年4月 若年性認知症カフェ「そらとうみとたいよう」と始めました！

きっかけは、私たち「みどりの丘」デイサービスに若年期発症の認知症の方がたの利用が開始されたことにより、主介護者であるご家族の悩みを耳にする機会が多くあったことにあります。

その悩みは、老年期認知症とは異なり「悩みを打ち明ける場所や相談先がない」「共有・共感してもらうことが難しい」や「情報の少なさや制度の複雑さ」など、どれも認知症介護のテキストなどには載っていない難題ばかり…。さてどうしようかなあ… 課題は山積みだなあ… 情報もつどいの場も近くにないし… 誰に聞けばいいのかなあ… とあれこれ悩み… そしてヒラメキマシタ！そうだ「自分たちではじめてしまえ」という結論に至り、ボランティア有志が集まり取り組みが始まりました。

ちなみに、「若年性認知症」とは65歳未満で発症した「認知症」のことを指し、2015年1月に策定された新オレンジプラン「7つの柱」の3番目に「若年性認知症施策の強化」が組み込まれています。

## 2 事例や取り組みの紹介

カフェのコンセプトは、「若年性認知症」と診断されたご本人・ご家族が気兼ねなく、困りごとの相談や情報交換・共有ができる場所、そしてメディアを通じて目や耳に入る機会が増えてきた「若年性認知症」というワードをもっと多くの人々に知ってもらうことに決定。

しかし、経験ゼロからのスタートであるため、誰にどうやって「カフェ」の営業？（お知らせ）をしたらよいのかも分からず…そして他市で開催されている幾つかの「若年性認知症のつどい」等に参加させて頂きました。

そこで学んだノウハウを活かし2017年4月に「そらとうみとたいよう」を開催し有志スタッフ8名を含む21名の参加者とともにスタートを切りました。

気になる内容は、ご家族・支援者・関係機関の方々からは発症から現在に至るまでの病状や困りごとの共有また、意見交換では「適したサービスがない」「社会資源が見つからない」「相談先（相談者）がない」「情報が少ない」「制度が複雑・誰も教えてくれない」などが挙げられました。

その間、ご本人様たちは「デイルーム」でレクリエーションゲームを！そして隣接する屋外のグラウンドで転倒の心配もなく（唯一の心配事はスタッフの体力不足と翌日の筋肉痛が…）縦横無尽に駆け回り「バスケットボール」や「サッカー」「パターゴルフ」などで汗を流されました。

その活動の様子をガラス越しに見ていたご家族からは「久しぶりに主人の真剣な眼差しと自然な笑顔がみられた」と感激されていました。そして最後は皆で楽しいランチミーティングを行い、

お腹と心をたっぷり満たす内容となりました。

第2回目からは、「神奈川県厚木保健福祉事務所」の後援も頂き広域での「カフェ」の周知そして「カフェ」つながりから「スターバックスコーヒー 厚木及川店」に趣旨賛同のうえ「テイスティング」のご協力を頂いております。「コーヒー」の良い香りとともに、「カフェ」はリラックスした空気のなかで進行され、参加者・スタッフから多くの「いいね！」が寄せられております。そんな中、2018年7月までに計6回の開催と1回の啓発運動を終え、厚木市は素より近隣地域8市1村から、12名のご本人を含めた83名（スタッフ含む）述べ195名のご本人・ご家族・支援者及び関係機関の方がたに参加して頂くことが出来ました。

### 3 考察

回数を重ねるごとに参加者が増え様々な難題・課題の提供や情報の共有が図れておりますが... 何故か？ 支援の現状や取り巻く環境の大きな変化は感じられない現実があります。

その中でも「公に認知症と言えない」「地元のカフェやつどいの場には行きづらい」などの地域による「認知症」の温度差そしてイメージの違いには想像以上の驚きがありました。

これらを踏まえ「そらとうみとたいようと」の会プロジェクトとして出来ること、成し遂げたいことの最終目標を「若年性認知症ご本人の居場所と役割の確立」に設定し6つの柱を掲げました。

- |                       |   |                |
|-----------------------|---|----------------|
| 1. 情報共有「場」の提供         | ⇒ | 「カフェ」等の開催      |
| 2. 初期～中期 若年性認知症の方への対応 | ⇒ | 経済的困難や不安解消を目指す |
| 3. 中期～後期 若年性認知症の方への対応 | ⇒ | 病状悪化時の対応構築     |
| 4. 認知症ケアスタッフの育成       | ⇒ | 認知症精通スタッフの育成   |
| 5. 認知症ケア方法の確立         | ⇒ | 周辺症状の先回りケアの確立  |
| 6. 若年性認知症の情報集約及び啓発活動  | ⇒ | 情報提供及び啓発運動の実施  |

そして「誰のために＝若年性認知症の人のために」ではなく「誰のために＝みんなのために」と限定しない活動そして「サービスや制度がない」「情報がない」... 等々は私たちのなかでは周知の事実でありますので、行政だけに頼らず「若年性認知症の人と家族」と「支援者」が先頭になり私たちが必要とするもの「創り出そう」という気持ちが芽生えました。

### 4 おわりに

「若年性認知症・認知症の人」への対応が自然にできる地域づくりが理想にあります。

そして「認知症」は恥ずかしい病気ではなく「隠す」病気でもありません。

病気ということを正しく理解していただくためにもまずは、啓発活動そして多くのオープンな居場所造りが必要と考えます。今私たちは、「明日に向かい、<sup>いま</sup>現在をたのしみ、今日を生きる」をスローガンに掲げています。

近い将来には特別な「カフェ」や「居場所」が無くてもすべての地域ですべての人々が共存できる当たり前の生活環境づくりを「Made by そらとうみとたいようと」の気持ちで精一杯楽しみながら目指します。