

「オレンジカフェこうよう」について
～認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して～

高陽公民館

高陽公民館対象エリアの概要

地勢

広島市の中心地より北東約20キロ、太田川、根の谷川、三篠川の合流点より三篠川上流に位置している。

JR芸備線4駅、主要地方道（広島・三次線、広島・中島線）が通っている

豊かな自然

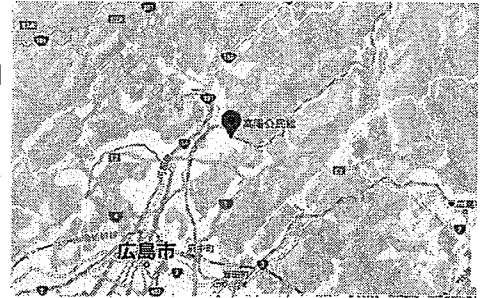
近くに三篠川や鬼が城山・木の宗山など貴重な自然があり、バードウォッチングや自然観察、ハイキングに適している。

また狩小川小学校裏の三篠川河川敷は国土交通省「水辺の楽校」に指定されるなど、自然体験活動に適した環境がある。

数多くの史跡

エリア内には多数の史跡や口頭伝承がある。

広島県重要文化財の薬師如来像、広島市指定重要有形文化財の明光寺薬師堂及び善徳寺の銅製梵鐘など文化財が多数ある。



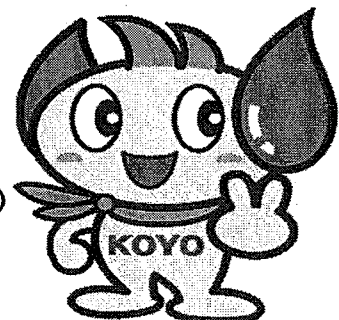
高陽公民館の概要

高陽公民館マスコットキャラクター
「こよよん」

昭和48年(1973年)4月1日 開館

対象エリア：高陽中学校区
(深川及び狩小川(狩留家・小河原・上深川))

職員：4名



深川・狩小川地域の豊かな水辺
「三篠川」の妖精

施設の概要



●和室2
(定員40人、25畳)



●研修室2
(定員18人、24㎡)



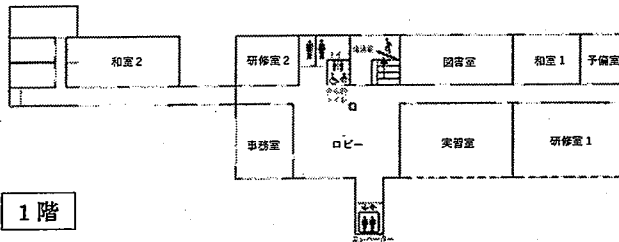
●図書室
(定員20人、48㎡)



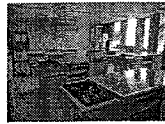
●和室1
(定員15人、12畳)



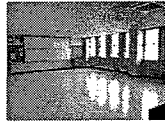
●研修室3
(定員24人、37㎡)



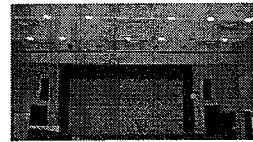
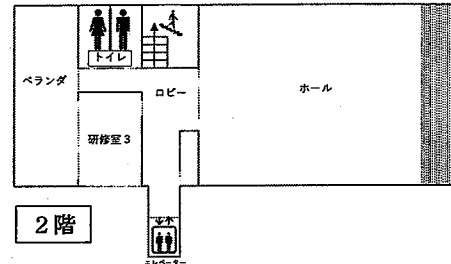
●ロビー



●実習室
(定員40人、73㎡)



●研修室1
(定員40人、73㎡)



●ホール
(定員200人、295㎡)

高陽公民館対象エリアの人口

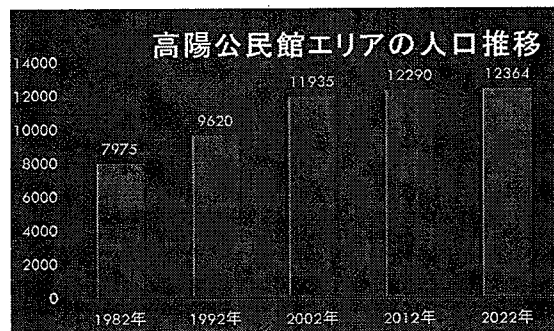
40年前(昭和57年3月31月末)

現在(令和4年3月末)

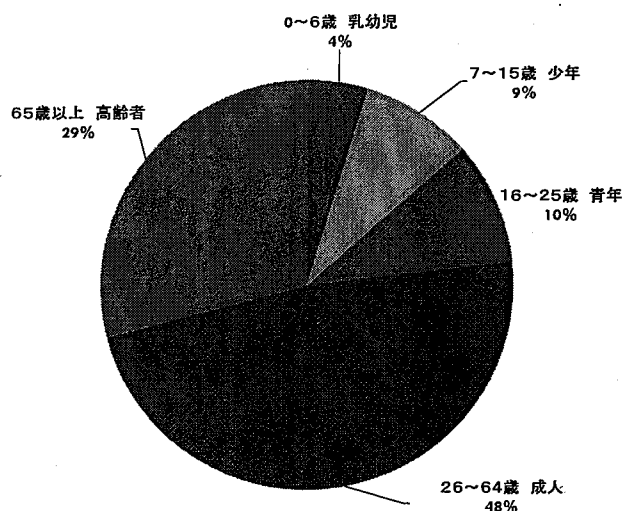
7,975人



12,364人 (約4,389人増)



世代別人口（令和4年3月末）



高齢化率
(65歳以上の割合)

約30%

背景

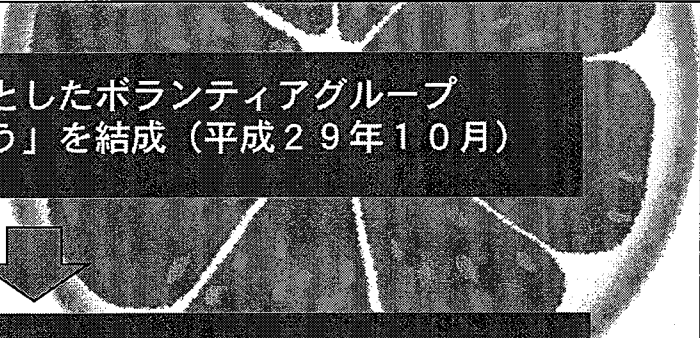
- 公民館対象エリアは、高齢化が進み、直近の5年で5%の高齢化率が増加（高齢化率約30%）
- 多くの地域で認知症カフェができているが、高陽公民館対象エリアにはない。
- 認知症に関して気軽に相談できる場所がなく、認知症の人のご家族や介護者は家の外に出づらい現実があり、孤立しがちである。
- 公民館で開催する「認知症予防教室」に多くの参加者があり、認知症に対する関心の高いエリア。



こうした背景から

平成28年10月から、これまでの認知症や認知症予防について学ぶ講座に加え、参加者同士でコミュニケーションをとり、認知症について現状や認識を共有できる場として認知症予防教室「いこうようサロン」を開催。

認知症や認知症予防について学んでいく過程において、家庭や地域のつながりの大切さを再認識した参加者の中に、地域ぐるみで「介護・認知症」に強いまちづくりを進めることで、認知症になっても安心して暮らせる地域を目指したいとの思いが芽生えた。



認知症カフェの開催を目的としたボランティアグループ「オレンジスマイルいこうよう」を結成（平成29年10月）



認知症カフェの平成30年4月からの開催を目標として、その実現に向けて、全5回の研修会（平成29年11月～平成30年3月まで毎月1回）を実施

この中で、認知症の方への接し方や認知症カフェに関する学習はもとより、高陽での認知症カフェの運営の仕方など、企画準備を行った。（その後も、「オレンジカフェ研修会」として、毎月1回継続実施）

企画準備の中で決定したこと

◎カフェの名称は「オレンジカフェこうよう」

◎3つの実施方針

- ① 認知症に関する正しい知識を習得し、理解を深めるとともに、認知症やその家族が気軽に交流・相談できる場所を提供する。
- ② 看護師・介護士等の専門職が相談にのることにより、包括支援センターと連携した早期の対応を行う。
- ③ 地域住民の認知症への関心を高め、認知症の人やその家族が安心して暮らせる地域づくりへ繋げていく。

第1回カフェの開催

H30.4.27 第1回「オレンジカフェこうよう」を開催



第1回開催チラシ

【内 容】

- 12:30 始まりのあいさつ
- 13:00 手遊び
(じゃんけんゲーム、お手玉遊び、おちゃらかほい、どんぐりころころほか)
- 13:30 ティータイム (歓談)
- 14:00 認知症ミニ講座 (体験談を聞く)
- 14:15 みんなで歌いましょう
(鯉のぼり・しょじょじのたぬきばやし)
- 15:00 おわりの歌 (幸せなら手をたたこう)

【参加者】 42人



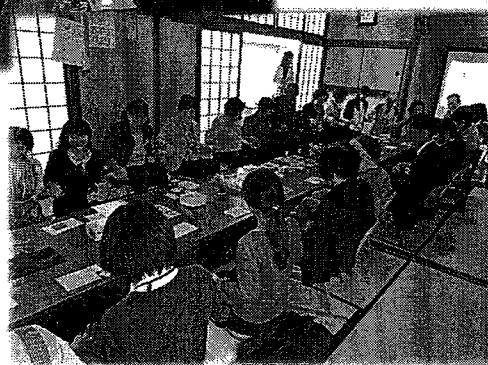
会場設営



手遊び



テーブルセッティング



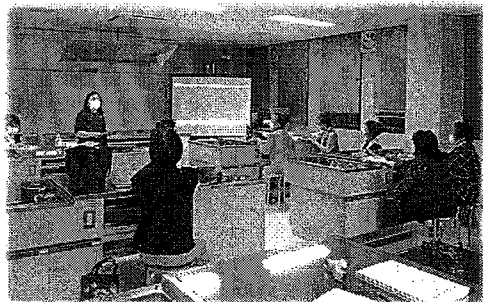
オレンジカフェ研修会

- ボランティアグループ「オレンジスマイルこうよう」のスキルアップのために！
- こんな「オレンジカフェこうよう」にしたい！

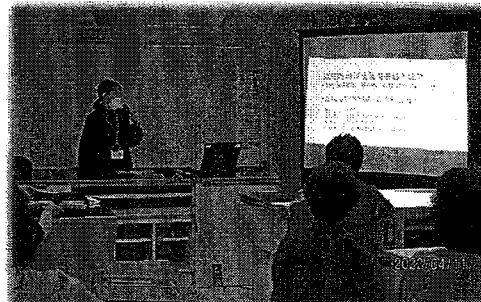
第1回のカフェ開催以降、毎月1回（原則第2月曜日）開催

- ① ボランティア個々のスキルアップのために、包括支援センターの専門職から話を聞いたり講師を招いての研修を実施。
- ② 当月（月末）の「オレンジカフェこうよう」（原則毎月第4月曜日）で、前月開催の反省も踏まえ、実施する内容の確認や、翌月以降の内容についての協議。

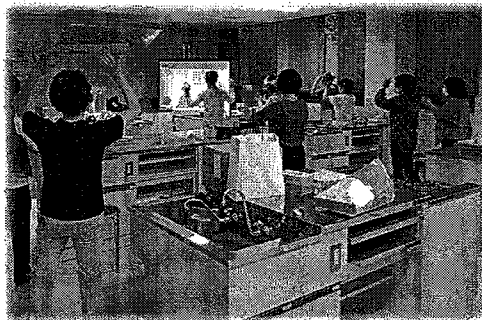
オレンジカフェ研修会の様子



令和3年11月 認知症の人がどのような世界で
生きているか映像で研修



令和4年4月 認知症に関する基本研修



令和3年10月
介護予防体操リハーサル

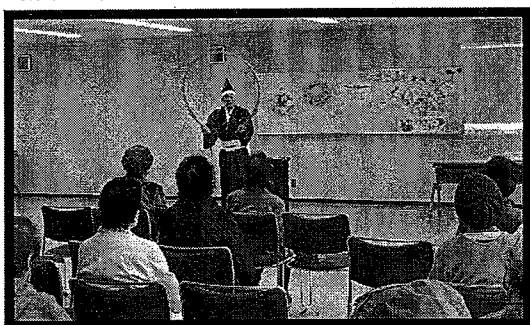
オレンジカフェこうよう（原則毎月第4月曜日）

「オレンジスマイルこうよう」の学習成果の還元・地域住民の絆づくり、憩いの場づくりのために

- ① ボランティアグループ「オレンジスマイルこうよう」が参加者からのニーズを踏まえて、「オレンジカフェ研修会」で協議、検討した多彩な内容で実施
- ② 地域の人たちが気軽に集い、認知症の人やその家族の悩みを共有しあいながら、参加者が専門職（看護師や介護士等）に気軽に相談できる場となっている。

オレンジカフェの様子

南京玉すだれ

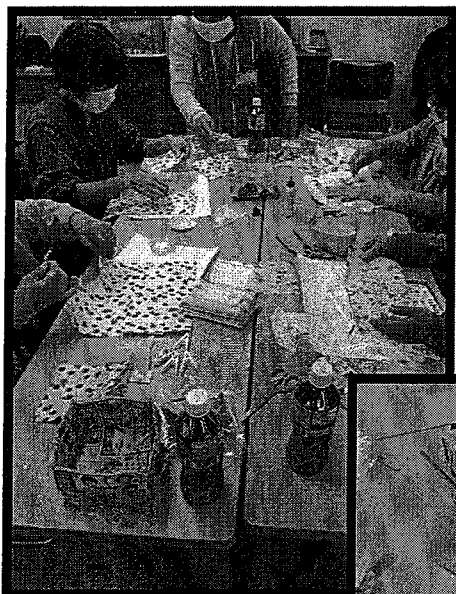


体操

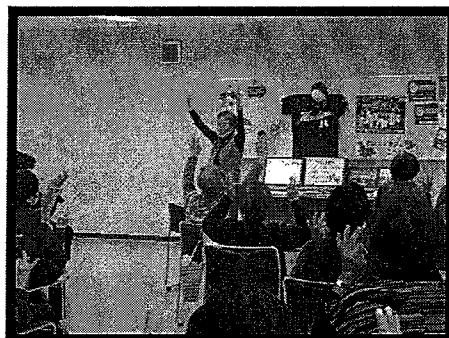
脳トレ



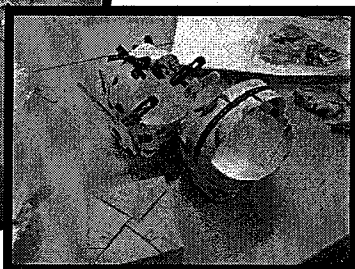
コンサート



小物入れづくり



脳トレ



腹話術



成果①

「オレンジカフェ研修会」について

- ・テーマを決めた研修の他に、運営ボランティアが個々に研修してきたことを共有することで、研修内容の充実を図っている。
- ・月に1回の定例会で、前回の「オレンジカフェこうよう」の反省や課題などを話し合い、今後の企画内容に反映させることで、カフェのスムーズな運営につなげている。



成果②

「オレンジカフェこうよう」について

- ・リピーターや新規の参加者が増え、地域に定着してきた。
- ・参加回数を重ねることで、参加者同士の交流が進み、地域住民のつながりに発展してきている。
- ・専門職が常駐し、参加者がいつでも相談できる体制であることを前面にPRしたことにより、地域から相談窓口として認識されるようになってきた。
- ・これまでの運営実績が、運営ノウハウの蓄積となり、ボランティア主導の運営が軌道にのっている。
- ・参加者が運営ボランティアとして新しく事業に参画する例があった。



今後に向けて

- 認知症の人とその家族が安心して暮らせる地域づくりのため、孤立化を防ぎ、つながりづくりの場として「オレンジカフェこうよう」を長く継続していく。
- 継続していく中で、ボランティア自身の高齢化など、様々な問題が出てくる。それを見据え、活動をPRし、ボランティアを募集・育成していくことはもとより、活動を支えてくれる地域団体などと連携を強め、地域全体で考えていく環境づくりに取り組んでいく。
- 認知症は高齢者だけの問題ではないため、「オレンジカフェこうよう」が老若男女問わずつどい、つなぐ場となり、地域課題を解決していける場となるように、内容や日程、また他の主催事業とのつながりも視野に入れ、今後の事業を展開していく。



公民館として

- ・この事業を長く継続実施していくためには、ボランティアが主体的に活動でき、その活動が円滑に進むように支援するファシリテーターとしての役割が大変重要である。
- ・今後とも公民館としてこの役割を十分に果たしていきたい。

