

**全体版**

# 広島市認知症カフェ運営の手引

**【第1版】**

- ・ 認知症カフェを運営する全ての団体等は必ずこの「運営の手引」をお読みください。
- ・ 認知症カフェ支援金の申請を検討している団体等においては「申請の手引」も必ず御確認ください。



## 問合せ先

**広島市 健康福祉局 高齢福祉部 地域包括ケア推進課**

〒730-8586 広島市中区国泰寺町一丁目6番34号

電話：082-504-2988

ファクス：082-504-2136

Eメール：[hokatsucare@city.hiroshima.lg.jp](mailto:hokatsucare@city.hiroshima.lg.jp)

## 目次

### — 立ち上げの前に知っておくこと（認知症カフェの基礎知識） —

<b>1</b>	認知症カフェとは・・・・・・・・・・・・・・・・	1
	(1) 認知症カフェの目的	
	(2) 認知症カフェの定義 <要件>	
	(3) 地域高齢者交流サロンとの違い	
<b>2</b>	認知症カフェの内容・・・・・・・・・・・・・・・・	5
<b>3</b>	認知症カフェの効果・・・・・・・・・・・・・・・・	6
<b>4</b>	利用者の声・・・・・・・・・・・・・・・・	7

### — 立ち上げ時に行うこと —

<b>5</b>	認知症カフェの立ち上げ・・・・・・・・・・・・・・・・	9
	(1) 思いの整理	
	(2) 仲間・協力者集め及び情報収集	
	(3) 具体的な準備	
	(4) 運営スタッフの認知症対応力の向上	
	(5) 広報・周知	

### — 立ち上げ後、運営に必要なこと —

<b>6</b>	留意事項・・・・・・・・・・・・・・・・	12
<b>7</b>	相談・問合せ・・・・・・・・・・・・・・・・	13
	(1) 認知症カフェの立ち上げや運営に関すること	
	(2) 認知症カフェ支援金に関すること	

## 1 認知症カフェとは

認知症カフェには、以下の要素が求められます。

### 環境

認知症の人への配慮がなされ、  
だれもが安心して入りやすい  
環境や場所で開催されること

### 交流

認知症の人や家族、地域住民、  
専門職が出会い交流すること

### 学び

認知症の理解促進・偏見  
の払しょくにつながる情報提供  
や講習会等が行われること

### 居場所

認知症カフェに来場する  
誰もが役割を得る機会を  
持つこと

### 予防※

認知症の一次予防ではなく  
二次予防を意識すること

※ 「予防」とは、「認知症にならない」ということではなく、「認知症になるのを遅らせる（一次予防）」、「早期発見・早期対応（二次予防）」という意味です。

このため、認知症カフェでは、この「二次予防」の観点で内容を組み立てることに留意してください。

## (1) 認知症カフェの目的

認知症の人が自分らしく住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるようにすること、また、認知症の人の介護者の精神的・身体的負担の軽減を図ることを目的とします。

## (2) 認知症カフェの定義

認知症の人と家族、地域住民、専門職等が気軽に集い、相互交流が図れ、専門職による相談・助言等を行うことなどによって、認知症の人と家族等の孤立化防止及び地域で認知症の人と家族等を支える体制づくりに資する活動拠点をいい、**次に掲げる要件**をすべて満たすものをいいます。

### 要件

- 専ら営利を目的としないこと。
- 活動拠点は市民等が利用しやすい場所に開設し、10人以上が活動できるスペースを有すること。

「市民等が利用しやすい場所」とは、集会所や公民館など、認知症の人への配慮がなされ、誰でも徒歩で容易に訪れることができる場所をいいます。

「10人以上が活動できるスペース」とは、少なくとも10人以上の利用者全員が座って話ができるよう、机、椅子又は座布団を置く面積があることをいいます。

- 地域団体等と連携を図るとともに地域に対して広く広報を行い、認知症の人と家族、地域住民、専門職等が気軽に集える環境であること。

「気軽に集える環境」とは、限られた人だけでなく、誰もが容易に利用できる、地域に広く開かれた環境であることをいいます。そのためには、地域包括支援センター、社会福祉協議会、民生委員、町内会・自治会、老人クラブ等との日頃からの情報共有や、地域の回覧板や掲示板などを用いた広報活動は欠かせません。

□ **主な活動内容として、次のアからエに掲げる全ての取組を行うこと。**

**ア 認知症の人及び家族等が安心して集い、交流する場の提供と交流の促進**

「安心して集い、交流する場の提供と交流の促進」とは、レクリエーションばかりではなく、カフェタイムなどを通じて、認知症の人及び家族等が専門職や地域住民と出会う場を提供し、交流を促進することをいいます。認知症の人が安心して参加できるようなプログラムを設けたり、認知症の人の席と家族の席を別々にし、それぞれが話しやすい環境を作るなどの配慮があることも、認知症の人及び家族等が安心して集うことができる要素です。

**イ 認知症の人及び家族等からの相談に対する医療・介護・福祉等の専門職による助言の実施**

「相談に対する助言の実施」とは、専門職が認知症の人の症状や家族が支援する上での困りごとなどを傾聴し、その人にとって有益な情報を提供したり、状態に合った支援方法などについて共に考え、助言することをいいます。

なお、専門職が常時在席している必要はなく、一部の時間だけでも専門職を配置していたり、電話などで専門職に即時相談できたりするなど、認知症の人及び家族等が相談したいときにできる体制を確保してください。

**ウ 認知症に関する本市の施策や地域におけるサービスに関する情報提供**

「本市の施策や地域におけるサービスに関する情報提供」とは、単に資料配布や開催場所にパンフレットが置いてあるだけでなく、利用者の状況などに応じて情報提供を行うことをいいます。

情報提供する内容の一例としては、介護保険サービスの内容や選択に関すること、広島市が作成している「認知症あんしんガイドブック」（認知症ケアパス）に掲載してある各種サービスなどがあります。

**エ 家族等の介護者の不安・負担を軽減するような取組**

「介護者の不安・負担を軽減するような取組」とは、家族等の介護者だけの席を設け、日々の介護の悩みについて話し、その対処方法について共に考えることや、専門職から認知症の人との接し方、対応方法の助言、介護保険サービスを情報提供することなどをいいます。

### (3) 地域高齢者交流サロンとの違い

項目	認知症カフェ	地域高齢者交流サロン
目的	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 認知症の人が自分らしく住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができる。</li><li>・ 認知症の人の介護者の精神的・身体的負担の軽減を図る。</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 介護予防の推進を図る。</li><li>・ 閉じこもり予防と住民同士のなじみの関係を作る。</li></ul>
対象者	認知症の人と家族、地域住民、専門職など	おおむね 65 歳以上のすべての人
専門職の配置	原則として医療・介護・福祉等の専門職の配置	不要

認知症カフェは、地域高齢者交流サロンとは**目的**や**対象者**等が異なります。  
**認知症カフェとサロンの違いを意識して運営**することが大切です。



## 2 認知症カフェの内容

認知症カフェの内容は、目的を明確にし、その地域や利用者のニーズに合わせて検討することが大切です。

要件	(例) 主な活動内容
認知症の人及び家族等が安心して集い、交流する場の提供と交流の促進	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 特別なプログラムは準備せず、カフェタイム（対話）を重視し、リラックスした雰囲気過ごす。</li> <li>・ 利用者同士の会話を促す運営スタッフを配置する。</li> <li>・ 認知症の人が取り組みやすいプログラムを行う。</li> </ul> <p>＜＜留意事項＞＞ 特定の者しか参加できないプログラムや認知症の人と地域住民の交流を深めることが難しいプログラムを設定したりしないよう心がけましょう。</p>
認知症の人及び家族等からの相談に対する医療・介護・福祉等の専門職による助言の実施	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 医療・介護・福祉等の専門職が個別の相談に対応できる時間や場所を設ける。</li> <li>・ 一部の時間帯だけ専門職が訪問するなど相談対応できるような体制を確保する。</li> </ul> <p>＜＜留意事項＞＞ 認知症カフェ支援金の給付を受けている団体は、カフェの開催時間中は、最初から最後まで、必ず1人以上の専門職（原則、地域包括支援センターの職員を除く）が在席していなければなりません。</p>
認知症に関する本市の施策や地域におけるサービスに関する情報提供	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 介護保険サービス、地域包括支援センター・相談窓口一覧などの情報提供を行う。</li> <li>・ 相談窓口のチラシやパンフレットを設置する。</li> </ul>
家族等の介護者の不安・負担を軽減するような取組	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 家族介護者同士のピアサポート（同じ立場の支え合い）の場や時間を作る。</li> <li>・ 認知症の人と家族が別々のグループで交流できる環境を提供する。</li> </ul>

## 3 認知症カフェの効果

### 認知症の人への効果

- ・ 様々な人と出会い、生きがいを感じることができる。
- ・ 楽しく集中できる趣味活動などで症状の進行を緩やかにすることが期待できる。
- ・ 社会とのつながりが持てたり、役割を得てやりがいを感じたりすることができる。
- ・ 認知症ケアの入り口となり、行政サービスにつながる場となる。

### 家族への効果

- ・ 悩みや不安を吐き出すことで、明るくなることができ、安心感が生まれる。
- ・ 家族同士で交流や情報交換ができ、実体験に沿った介護の工夫を学ぶ機会となる。
- ・ 認知症の人の普段と違う姿や第三者の関わり方を見て理解を深めることができる。
- ・ 介護保険サービス等の情報を気軽に得ることができる。

### 地域住民への効果

- ・ 認知症について理解し、自分ごととして捉えるきっかけとなる。
- ・ 認知症の人と出会い交流することで、認知症が特別な状態でないことを知ることができる。

### 専門職への効果

- ・ 自身の認知症ケアを振り返る場となる。
- ・ 認知症の人や地域住民と出会うことで、認知症ケアを通じた地域づくりを考えるきっかけとなる。
- ・ 認知症の人と家族と同じ立場で交流できる。



## 4 利用者の声

### 利用してよかったという声



認知症の人

- ・ 何もすることがなくて家で過ごしてばかりいたけど、出かける先ができた。
- ・ ここでは認知症であることを隠さずにいられる。

- ・ 介護に追われて家族以外の人と話す時間もなかったけど、認知症カフェに行って久しぶりに他の人と楽しく話げできた。
- ・ 怒ったらいけないとよく言われるけど、家族だから難しいときもある。どうしたら怒らず過ごせるか、どうやって気持ちを切り替えたらいいか、色々と工夫している人の話が聞けてとても参考になった。



家族



地域住民

- ・ 自分が認知症になってもここに来ればいいんだなと思った。
- ・ 認知症のミニ講座に参加したところ、認知症の基礎知識だけでなく、どのように困るのか、どうすればよいのかなど、日常生活に沿った話がきけて役に立った。

- ・ 認知症になって不自由なことも出てくるけど、できることもたくさんある。必要以上のサポートはいらない、寄り添うことの大切さに気付いた。
- ・ 関わっている専門職や機関同士で新たな連携が生まれた。



専門職

## 利用してみたが残念だったという声

どんなところがよくわからないし、どんな人がいるのかも不安だったけど、勇気を出して認知症カフェへ行ってみた。でも、そこにいる人はみんな知り合いみたいで輪ができあがっているようだった。誰も声をかけてくれないし、除け者にされた感じで悲しかった。



認知症の人



家族

仲間に出会えたらいいなと思って、認知症の夫と一緒に認知症カフェに行ってみたけれど、そこは認知症予防に力を入れているみたいで参加者は元気な高齢者ばかりだった。「認知症にはなりたくない」という話し声が聞こえてきて、夫の気持ちを考えると胸が苦しくなった。

## 利用者がまた来たいと思える場であるための工夫の一例

### 利用者同士の交流の促進

- ・ 利用者が孤立していたり、知り合いだけで盛り上がったりしないように仲介する。
- ・ 各テーブルに運営スタッフをファシリテーターとして配置し、会話の内容に気を付けたり、利用者同士の交流に偏りが生じないよう場の調整をしたりする。

### 運営スタッフ間での情報共有

- ・ 対応に困ったことなどについて、運営スタッフ間で情報共有や振り返りを行う。

### 利用者への対応

- ・ 初めての利用者には簡単にオリエンテーションするなど必要に応じて関わる。
- ・ 利用者にプログラムを押し付けず、話題に出たことからみんなで盛り上がるようにする。
- ・ 認知症の人が慣れるまでは、年齢などをあれこれ尋ねず傾聴を心掛ける。

## 5 認知症カフェの立ち上げ

### (1) 思いの整理

- ・ なぜ、何のために立ち上げたいのか。
- ・ どんな機能や役割を重視する認知症カフェにしたいのか。

#### 【代表的な例】

- ① 「情報提供や学び」を重視するカフェ  
ミニ講座や専門職等からの情報提供を中心に、利用者同士の情報交換も行われる。
- ② 「地域交流の促進」を重視するカフェ  
自由な時間の中で開催され、その中で専門職による相談などが行われる。
- ③ 「認知症の人等の希望」を重視するカフェ  
地域住民の参画・協力のもと、認知症の人同士や家族介護者同士の話し合いや、認知症の人等の希望に沿ったプログラムなどが行われる。

### (2) 仲間・協力者集め及び情報収集

#### ① 地域包括支援センターや認知症地域支援推進員への相談

- ・ (1)で整理した思いを、地域包括支援センターの職員等と共有したか。

#### ② 地域住民に関する状況や社会資源の有無などを確認

- ・ 地域包括支援センター等との連携により、地域の高齢者や認知症の人の状況、地域の生活課題やニーズなどの状況を把握したか。

#### ③ 地域の認知症の人や家族等の意見などを確認

- ・ 地域に認知症カフェが必要か、認知症カフェを必要とする人がいるのかなどについて、認知症の人や家族等から意見を聞き、情報を得たか。

#### ④ 運営スタッフとして協力してくれる仲間集め

- ・ 運営スタッフとして協力してくれる医療・介護・福祉の専門職などの仲間はいるか。

※ 認知症カフェ支援金受給団体は、運営スタッフとして毎回おおむね3人以上が配置され、そのうち1名以上は医療・介護・福祉等の専門職で、認知症に関する専門的知識及び相談支援等の経験を有する者である必要がある。

## ⑤ 地域団体等の活動情報の収集や協力依頼

- ・ 社会福祉協議会、民生委員、町内会・自治会、老人クラブなど地域の中で「かなめ」となる人たちに、(1)で整理した思いを共有し、認知症カフェの運営に対する協力を得たか。

## (3) 具体的な準備

### ① 所要経費の検討

- ・ 茶菓子代、チラシ作成などの広報費、会場使用料、備品費、プログラムの材料費などは開催ごとにいくらかかるかを見積もったか。
- ・ 利用者負担金を徴収するか検討したか。
- ・ 運営母体からの補助、寄付金の募集、フードバンク等民間支援の活用、認知症カフェ支援金の受給などの必要性は検討したか。

※ 認知症カフェ支援金の申請を検討している団体は、「認知症カフェ支援金申請の手引」を必ず確認すること。

### ② 開催場所の検討

- ・ 市民等が利用しやすい場所であるか。
- ・ 10人以上の利用者全員が座って話ができるようなスペースがあるか。

### ③ 開催日時・頻度の検討

- ・ 無理のない範囲で、余裕のある日時設定をしたか。

※ 認知症カフェ支援金の給付を受けている団体は、毎月1回以上定期的に開催され、1回当たりの活動がおおむね3時間以上である必要がある。



認知症の人や家族にとって「安心して通える居場所」となるために、**定期的な開催**を検討してください。

### ④ 活動内容の検討

- ・ カフェタイム、認知症に関する講座、相談対応などをどのように行うか検討したか。

### ⑤ 運営体制の検討

- ・ 運営スタッフはそれぞれの役割を理解したか。(代表、会計、専門職など)
- ・ 必要な運営の協力者は確保したか。(ボランティアなど)

#### (4) 運営スタッフの認知症対応力の向上

- ・ 認知症サポーター養成講座及びステップアップ講座の受講を検討したか。
- ・ 必要に応じて他の認知症カフェの見学を行ったか。

#### (5) 広報・周知

- ・ 掲示板・回覧板・地域の広報誌の活用、チラシの配布などにより地域住民に案内したか。
- ・ 医療・介護関連施設などの関係機関への案内を検討したか。

広島市では、認知症カフェの整備を促進するとともに、その運営を支援するため、「認知症カフェ支援金制度」を設けています。支援金の申請を検討している団体は、事前に各区の認知症地域支援推進員を通じて事前協議書を提出する必要があります。

詳しくは「認知症カフェ支援金申請の手引」を御確認ください。



## 6 留意事項

### ■ 認知症カフェの公表について

広島市ホームページにおいて、認知症カフェの団体等名、事業内容の概要等を公表します。公表に当たり、実施状況等の確認をすることがありますので、御協力をお願いします。

### ■ 衛生管理等について

- ・ 認知症カフェの活動に当たり、茶菓、食事等の提供を行う場合は、食品衛生法に基づく許可が必要になる場合があります。なお、手続きの要否は、活動内容によって異なるため、個別に広島市保健所食品指導課（電話：082-241-7404）に御相談ください。
- ・ 認知症カフェの運営スタッフは、活動の場（設備及び備品等を含む）の清潔の保持に努めてください。また、必要に応じて使い捨ての手袋を使用するなど、感染予防のための対策を講じてください。

### ■ 秘密保持

利用者の個人情報及びプライバシーの尊重・保護に万全を期すものとし、正当な理由なく、認知症カフェの活動において知り得た利用者又は家族の秘密を漏らすことのないよう、具体的な対応策を定めてください。

### ■ 事故発生時の対応について

認知症カフェの活動の場で事故が発生した場合は、運営スタッフが地域包括支援センター、当該利用者の家族等に連絡を行うとともに、必要な措置を講じてください。また、事故の状況及び事故に際して採った処置について詳細に記録してください。

## 7 相談・問合せ

### (1) 認知症カフェの立ち上げや運営に関すること

#### ・ 地域包括支援センター

担当圏域 (おおむね中学校区)	名称 ※「広島市」は省略	事務所 (令和7年4月1日現在)			
		住所	TEL	FAX	
中区	幟町(基町小学校区)	基町地域包括支援センター	基町19-2-425	502-7955	502-7966
	幟町(基町小学校区除く)	幟町地域包括支援センター	東白島町13-26	222-6608	222-6609
	国泰寺	国泰寺地域包括支援センター	昭和町12-2	249-0600	544-1456
	吉島	吉島地域包括支援センター	光南1-4-6	545-1123	545-1124
	江波	江波地域包括支援センター	江波二本松2-6-27	296-4833	533-7100
東区	福木・温品	福木・温品地域包括支援センター	上温品1-11-27-101	280-2330	562-2333
	戸坂	戸坂地域包括支援センター	戸坂中町2-29	516-0051	516-0052
	牛田・早稲田	牛田・早稲田地域包括支援センター	牛田本町5-1-27階	228-2033	221-7675
	二葉	二葉地域包括支援センター	若草町10-14はらだビル2階	263-3864	263-3870
南区	大州	大州地域包括支援センター	大州1-1-26	581-6025	581-6026
	段原	段原地域包括支援センター	段原南1-3-52 広島段原ショッピングセンター2階	261-8588	261-8688
	翠町	翠町地域包括支援センター	出汐2-3-46	252-5500	252-5530
	仁保・楠那	仁保・楠那地域包括支援センター	東本浦町26-8たおビル2階	286-6112	298-2234
	宇品・似島	宇品・似島地域包括支援センター	宇品神田3-7-15坂本ビル2階	252-6456	252-6458
西区	中広	中広地域包括支援センター	三篠町1-8-21 2階	509-0288	230-8190
	観音	観音地域包括支援センター	観音町16-19 3階	292-3582	292-3172
	己斐・己斐上	己斐・己斐上地域包括支援センター	己斐本町2-7-13	275-0087	275-0070
	古田	古田地域包括支援センター	古江東町5-3-104	272-5173	272-5186
	庚午	庚午地域包括支援センター	草津東2-8-5	507-1210	271-3410
	井口台・井口	井口台・井口地域包括支援センター	井口2-5-19	501-6681	276-5541
	城山北・城南	城山北・城南地域包括支援センター	緑井6-37-5-102	831-1157	876-1096
安佐南区	安佐・安佐南	安佐・安佐南地域包括支援センター	中須2-19-6 3階	879-1876	879-7764
	高取北・安西	高取北・安西地域包括支援センター	高取北1-17-41	878-9401	847-1475
	東原・祇園東	東原・祇園東地域包括支援センター	東原3-14-4	850-2220	850-1107
	祇園・長束	祇園・長束地域包括支援センター	山本1-4-25	875-0511	875-0513
	戸山・伴・大塚	戸山・伴・大塚地域包括支援センター	伴中央2-5-12	849-5860	849-5861
	白木	白木地域包括支援センター	白木町小越218-2	828-3361	828-7188
安佐北区	高陽・亀崎・落合	高陽・亀崎・落合地域包括支援センター	亀崎1-1-67ジグザグ高陽2階	841-5533	845-8811
	口田	口田地域包括支援センター	口田南7-11-22	842-8818	842-8835
	三入・可部	三入・可部地域包括支援センター	三入5-16-31	516-6611	516-6681
	亀山	亀山地域包括支援センター	亀山4-2-36	819-0771	814-0501
	清和・日浦	清和・日浦地域包括支援センター	あざひが丘3-18-13-7-101	810-4688	810-4185
安芸区	瀬野川東(中野東小学校区含む)	瀬野川東地域包括支援センター	瀬野2-17-33	820-3711	554-5021
	瀬野川(中野東小学校区を除く)・船越	瀬野川・船越地域包括支援センター	中野2-15-7	893-1839	893-1866
	阿戸・矢野	阿戸・矢野地域包括支援センター " (阿戸連絡所)	矢野東6-23-15 阿戸町418-1	889-6605 856-0613	889-5666 856-0115
佐伯区	湯来・砂谷	湯来・砂谷地域包括支援センター	湯来町白砂82-4	(0829) 86-1241	(0829) 86-1242
	五月が丘(石内小学校区除く)・美鈴が丘	五月が丘・美鈴が丘地域包括支援センター	美鈴が丘西1-3-9	208-5017	208-5018
	三和(石内小学校区含む)	三和地域包括支援センター	五日市町石内6405-1	926-0025	929-0200
	城山・五日市観音	城山・五日市観音地域包括支援センター	千同1-30-6	924-7755	924-7761
	五日市	五日市地域包括支援センター	五日市中央2-4-40	924-0053	921-2865
五日市南	五日市南地域包括支援センター	楽々園4-2-19-101	924-8051	924-8052	

・ **認知症地域支援推進員**

区 分	配置先の地域包括支援センター（所在地／電話番号）
中 区	江波地域包括支援センター （江波二本松 2-6-27 ☎ 082-296-4833）
東 区	福木・温品地域包括支援センター （上温品 1-11-27-101 ☎ 082-280-2330）
南 区	大州地域包括支援センター （大州 1-1-26 ☎ 082-581-6025）
西 区	観音地域包括支援センター （観音町 16-19 3階 ☎ 082-292-3582）
安佐南区	安佐・安佐南地域包括支援センター （中須 2-19-6 3階 ☎ 082-879-1876）
安佐北区	亀山地域包括支援センター （亀山 4-2-36 ☎ 082-819-0771）
安芸区	瀬野川東地域包括支援センター （瀬野 2-17-33 ☎ 082-820-3711）
佐伯区	五日市地域包括支援センター （五日市中央 2-4-40 ☎ 082-924-0053）

(2) **認知症カフェ支援金に関すること**

広島市健康福祉局高齢福祉部地域包括ケア推進課

広島市中区国泰寺町一丁目 6 番 34 号

電 話 : 082-504-2988

ファクス : 082-504-2136

Eメール : hokatsucare@city.hiroshima.lg.jp

**【出典】**

「認知症カフェのあり方と運営に関する調査研究事業報告書」

2013 年（平成 25 年）3 月 公益社団法人認知症の人と家族の会

「認知症カフェ運営マニュアル」（平成 30 年度地域住民の認知症理解促進事業（愛知県））

2019 年（平成 31 年）3 月 公益社団法人認知症の人と家族の会愛知県支部

「認知症カフェの類型と効果に関する調査研究」

2023 年（令和 5 年）3 月 認知症介護研究・研修仙台センター