



高知県立大学
リ・デザインプロジェクト

令和7年度
高知県立大学 地域共生学研究機構

共生社会の未来を描く 認知症カフェ

矢吹 知之
高知県立大学 社会福祉学部

自己紹介

矢吹知之

専門：教育情報学、社会福祉学（高齢者）

2001年 認知症介護研究・研修仙台センター, 東北福祉大学

2023年 高知県立大学 社会福祉学部



はじめに

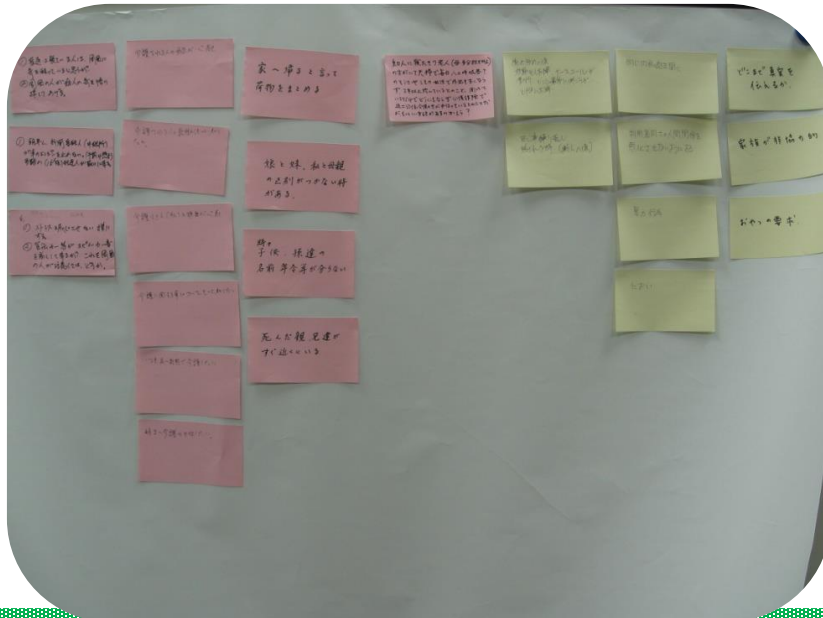
なぜ虐待をしてしまうのか？
専門職と学びあう機会を

継続参加により相互の
介護負担感軽減、肯定感向上

虐待は男性、息子が多い．．。支援・教育。

男性は虐待をしてしまうというバイアス、ステレオタイプ

相互参加型教育プログラムの開発 (2004～2007)





土曜の永国寺カフェ、わたし達の現在地(知)。



「ようこそ」からはじまる、程よい距離感

来場者数

2024年

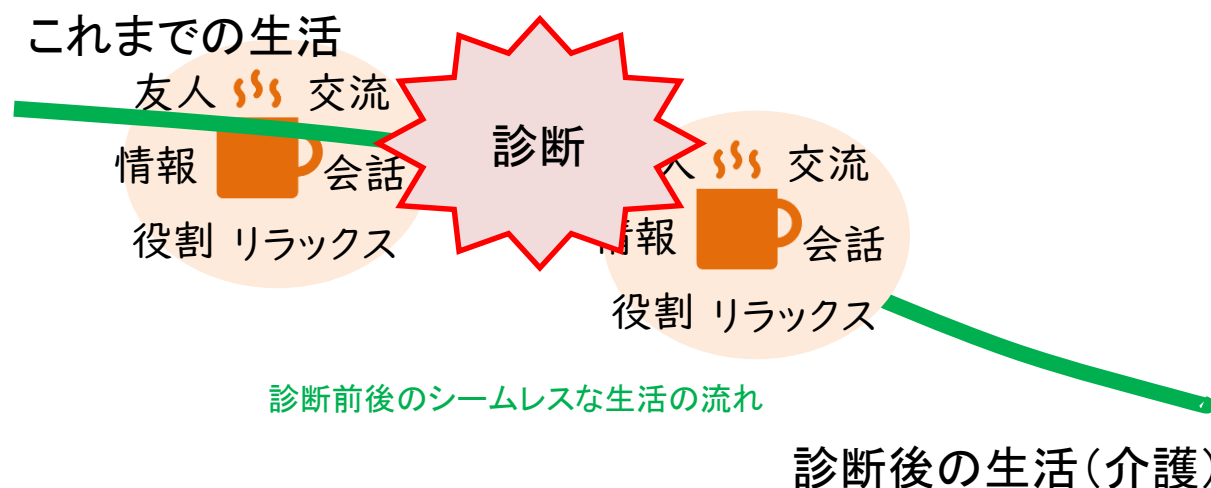
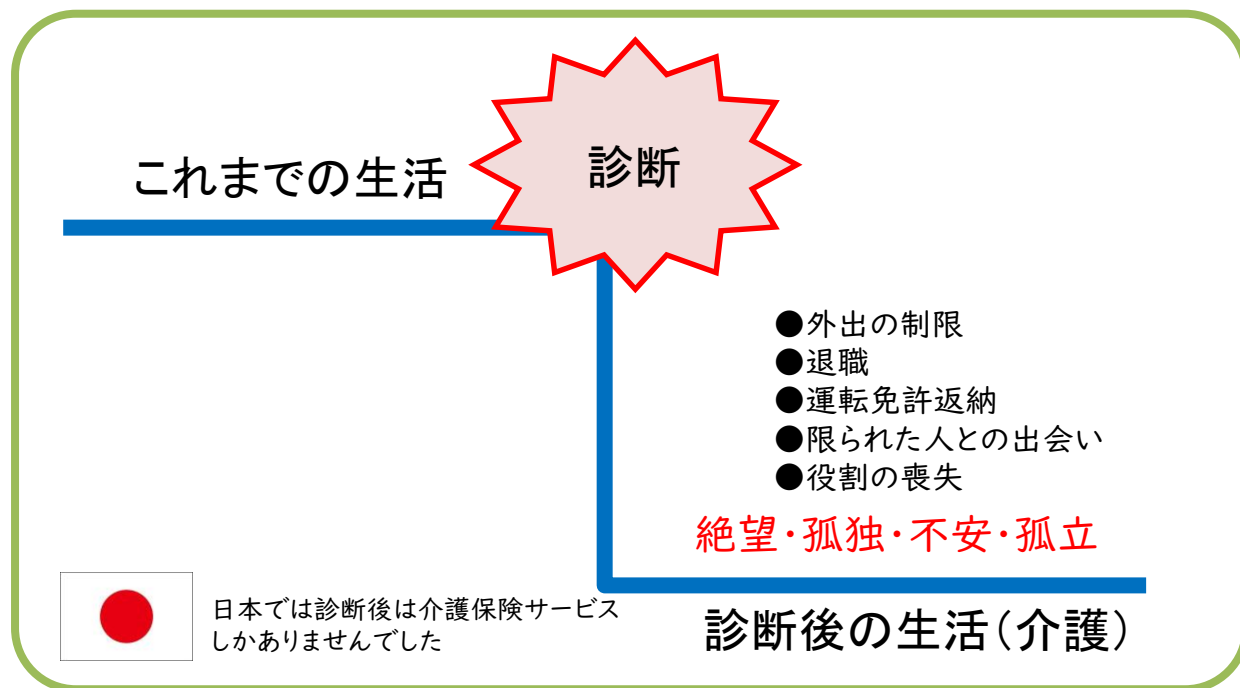
3月	4月	5月	6月	7月	9月	10月	11月	12月
60人	50人	51人	58人	66人	104人	74人	18人	53人

2025年

2月	3月	4月	5月	6月	合計（延べ）
63人	60人	57人	96人	74人	884人

認知症カフェ、仕掛けた本当の狙いは？

認知症の診断前後の社会の落差



共生社会の実現を推進するための認知症基本法

2024年1月施行

共生社会とは

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する活力ある社会**(＝共生社会)の実現を推進

共生社会の実現の推進という目的に向け、基本理念等に基づき認知症施策を国・地方が一体となって講じていく

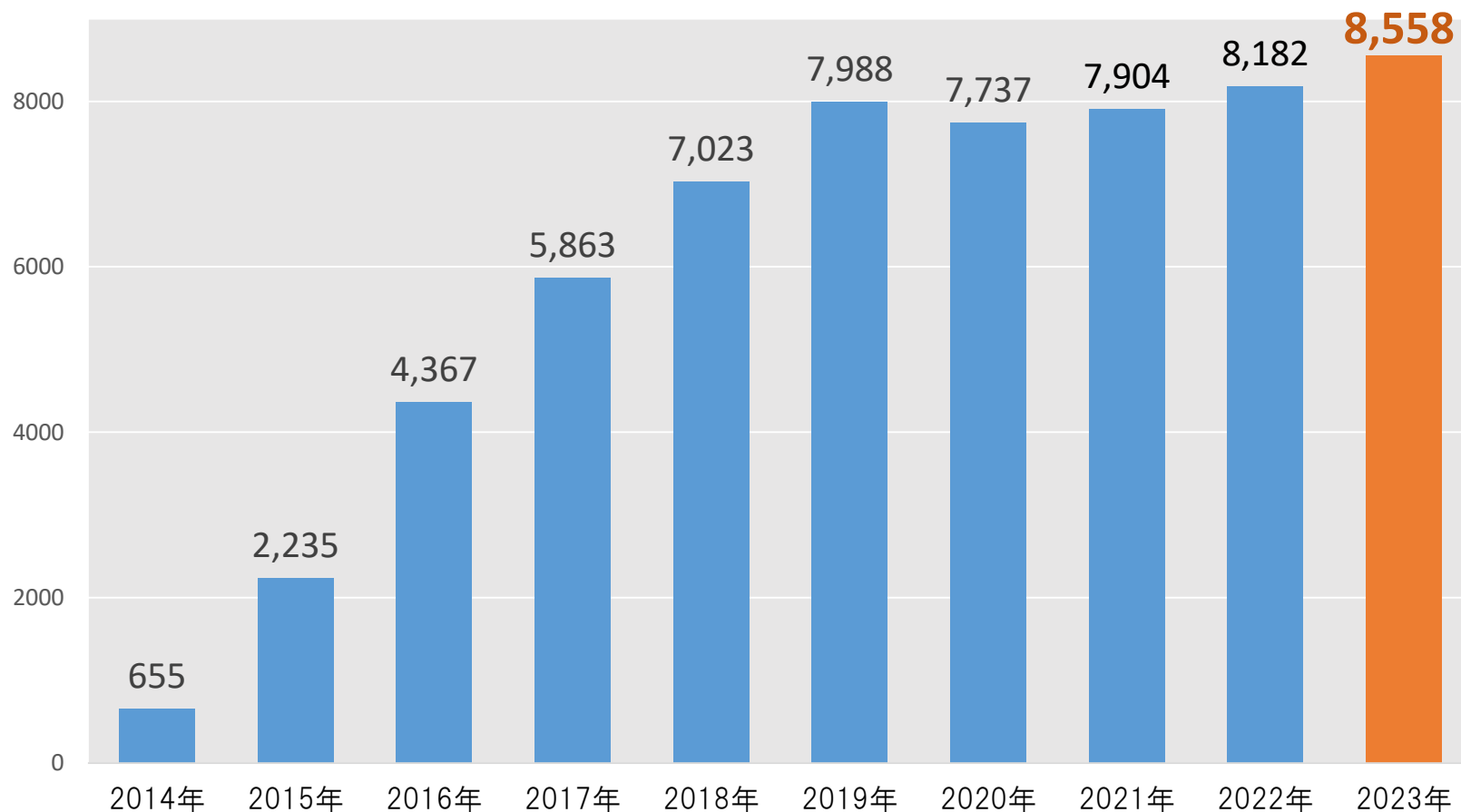


認知症施策推進計画

令和6年12月3日閣議決定内閣官房 認知症施策推進本部

「新しい認知症観」とは、認知症になったら何もできなくなるのではなく、認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方である

認知症カフェの本質と哲学を感じてほしい



2012年 オレンジプラン (認知症地域支援推進員が企画運営)
2015年 新オレンジプラン (KPI：2020年までに全市町村設置)
2019年 認知症施策推進大綱 (KPI：2020年までに全市町村設置)

高齢者サロンと認知症カフェは違うのか？



サロン
ミニデイサービス



- ・高齢者が中心
- ・レクリエーションやアクティビティ
- ・高齢者の孤立防止
- ・専門職は不在
- ・地区社協などが主催
- ・住民主体



認知症カフェ



- ・子どもから大人まで誰でも
- ・講話と対話
- ・寛容な地域社会の醸成
- ・専門職の存在
- ・どこでも誰でも
- ・住民との協働

認知症＋カフェは居場所づくりなのか？



学びがつながり浸透するための活動
いつのまにか、共生社会が育まれる地域を作る

なぜ、認知症をゆるやかに学ぶのか

- ①仕事をしながら学ぶ(OJT)
- ②座学で学ぶ (Off-JT)
- ③自分で学ぶ(SDS)

【会社や学校が学んでほしいこと】

仕事の知識やスキル OJTとOff-JT
授業でのカリキュラム、実習、演習

【個人が学びたいこと】

会社では自己啓発 SDS
学校では予習と復習、宿題、課題
⇒一人で学ぶことの苦しさ、大変さ

【みんなで少しずつ自律的にまなぶ】共同体をつくる

みんなで楽しく学ぶまち・共生社会

しかも継続的に⇒継続することはしみ込むこと⇒振り返ってみるといつの間にか身についていた(態度、しぐさ、姿勢)

これを“**実践共同体** (*community of practice*) ”

「あるテーマに関する関心や問題、熱意などを共有し、その分野の知識や技能を持続的な相互交流を通じて深めていく人々の集団」(松本)

個人学習VS組織学習 ではなく

学びのコミュニティで学ぶ。学びのコミュニティを認知症カフェと位置付ける

学びあい助け合う文化の醸成(即効性はなく継続と積み重ね)
共生社会をつくる→課題は偏見→「新しい認知症観」

なぜ認知症カフェは、すべての人が対象なのか？

偏見はそんなにシンプルじゃないから

なぜか？

同じ立場の人→意見の偏り(偏見へ)

多様な立場の人→問題を多面的に見る

→有効な解決策が見つかる

認知症カフェ＝認知症の人、家族、地域住民、専門職

地域の人に参加してもらうために

高齢化、共生社会への対応：地域課題

一番影響を受けるのはその地域（まち）の人びとの関心

これまでは

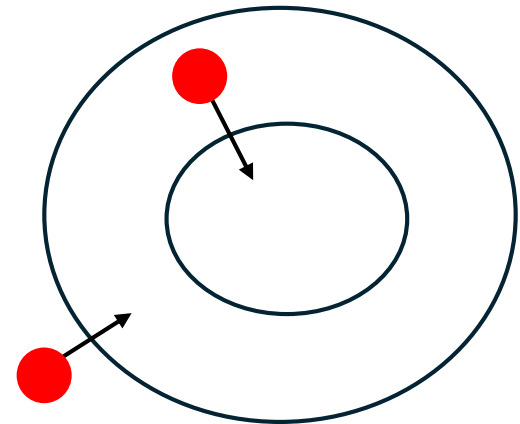
「欠陥モデル」(Sturgis&Allum2004)

その土地の人しか持っていない知識（土着的知識、地域環境知）の反映

変革の当事者は、**地域住民**

「関心のない人」を巻き込むには

正統的周辺参加→十全参加へ(Lave & Wenger 1991)



ひとはなぜカフェに行くのか？

あれやこれやと悩みが尽きないならカフェに行くことさ！

Si vous avez tout cela et bien plus encore en tête...Allez dans un café !

気の合う人が見つからないのならカフェに行くことさ！

Si vous ne trouvez personne avec qui vous vous sentez à l'aise.

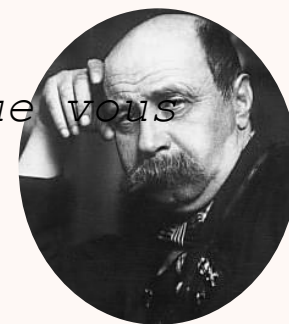
Allez dans un café !

人を嫌い軽蔑しながら、

それでも人がいなくちゃ困るならカフェに行くことさ！

Si vous détestez et méprisez les gens, mais que vous avez quand même besoin de leur présence.

Allez dans un café !



(Peter Altenberg 1859-

カフェは避難所

独特の連帯感

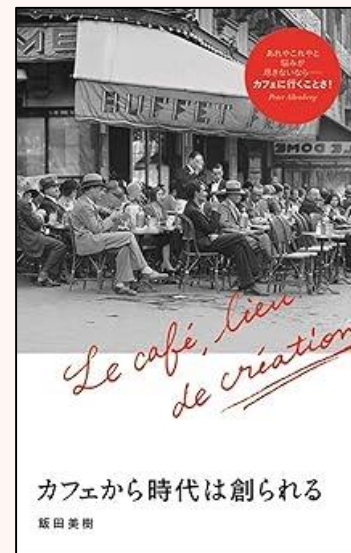
居続けられる自由

権利の平等

時間的束縛からの自由

振舞いの自由

かけがえのない避難所

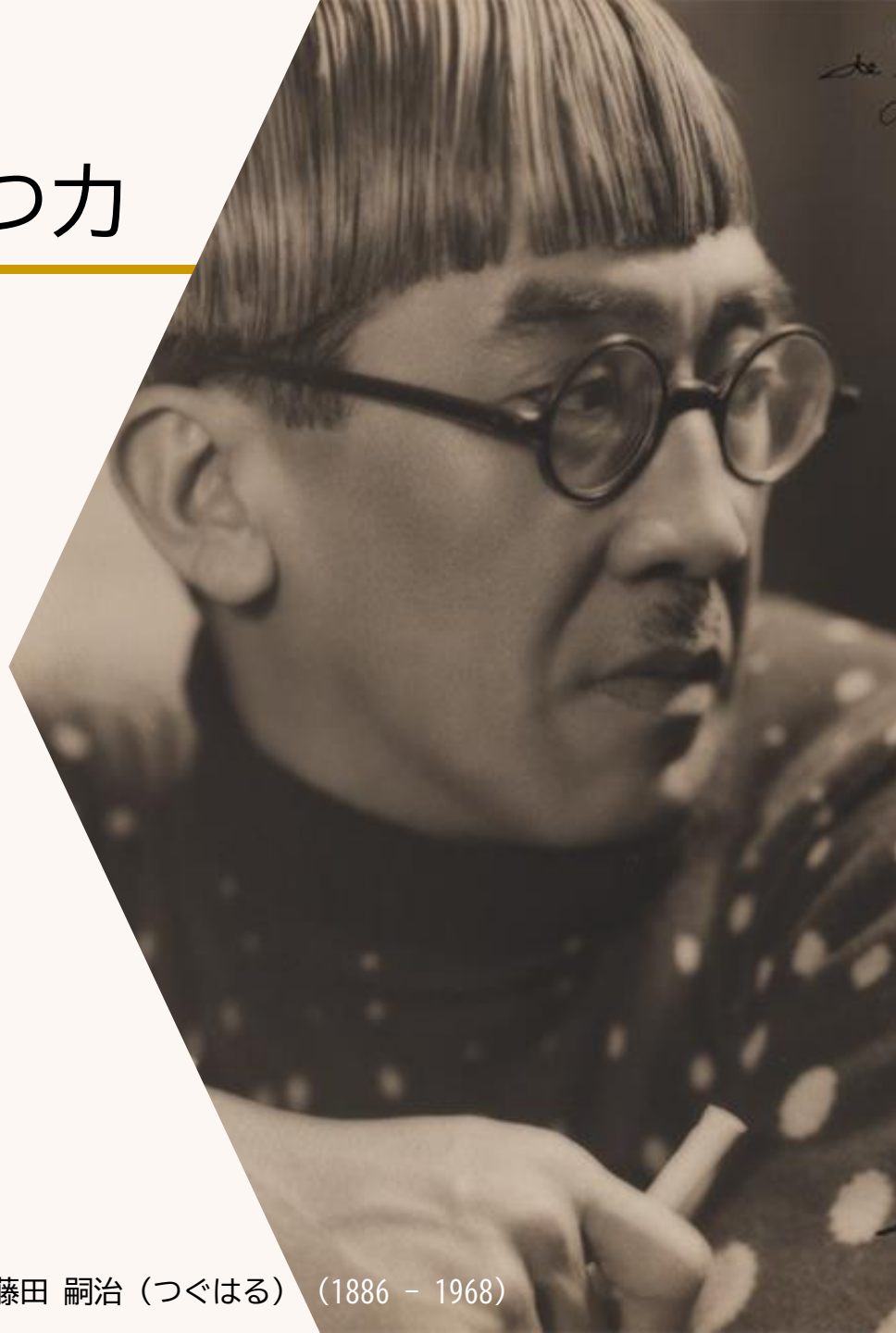


飯田美樹クルミド出版2020



カフェという場の持つ力

媒介者の存在
自己表現をする勇氣
先輩世代との出会い
議論で育む共有知
仲間との出会い
予期せぬ会話
予期せぬ出会いと偶発力
ノイズからヒントへ
複数の視点と普遍性



カフェという“ことば”は、ベンチとなり
こころの足かせをはずし、学びの継続を促進させる

オランダスタイルの4部構成が大切だと思うわけ

2. 認知症カフェと認知症 2014年春 ベレミーセンとの出会い



日本の認知症カフェについて教えてほしい。

どうなっているのだ？

と何度も問う。

わたしは、実情を話す。

すると彼は、

「それはそれでよいことなのだから、残念ながら、それは認知症カフェとは言えない…」

認知症カフェのルーツ:1997年オランダで始まったアルツハイマーカフェ、
ベレ・ミーセンはそのコンセプトの発案者(老年心理学者)

アルツハイマーカフェの哲学

認知症カフェは何を目指すのか？



- 単なる社交目的の集まりではなく、介護専門職、認知症の人とその家族や友人がいる、敷居が低く理解のある環境の中で提供される、複合的なレベルの教育と支援の組み合わせられた構造である。
- 否定したい気持ちを乗り越え、それを受容し、様々な感情や長期に渡る病気と共に歩む生き方を学び、その苦しみをオープンに（解放）する場となることを目指している。

アルツハイマーカフェは、患者/認知症の人とその家族が孤立感を打ち破り、病気について話すことのタブーをなくし、参加によって認知症の人と家族を解放する手助けとなる

認知症：何もわからないわけではない



出版年：2009

出版社：Bohn Stafleu van Loghum

認知症は、長期にわたる疎外感、生活のコントロール困難による無力感そして苦痛などを伴う、日常生活への支障をもたらす脳の病気です。

そして、認知症はその人の持つ古傷を定期的に活性化させるトラウマ的な出来事でもあるのです。「**認知症の小さな心理学**」を目指した本書では、認知症に対する「気づき／自覚」「回避／否定」「受容」を扱っています。

これは、認知症の人がもつ不安、恐れ、疑念、そして恐怖といった感情を伴う対処のプロセスです。そして、認知症の心理学的な視点からは、「**愛着(行動)**」という**概念**も中心的な役割を担っています。また、認知症の人やその家族、介護者の考えや体験をわかりやすく紹介しています。

私は、本書で記したことを1990年代初頭から整理してゆく中で、認知症の人たちの多様な行動の大部分は、**その人が異常なのではなく、異常な状況に対する正常な人間の反応として理解することができると、確信するようになりました。**

Dementia I'm still me わたしは私のままです



ワールドプランニング (2022)

臨床場面で数多くの孤立する認知症の人、その家族と出会ってきました。その家族と接する中で、パートナー間や家族内で病気についてほとんど、あるいは全く話し合いが行われていないことが多いことに気づくのです。だからこそインフォーマルな場でお互いに出会い、経験を交換し、病気についてタブーとしないで語り合える安全な空間が必要だと思ったのです。そして、少なくともオランダでは、「インフォーマルな雰囲気」を表現するのに、「カフェ」という言葉以上にふさわしいものはないと思い立ったのです。それが1997年春の事です。

アルツハイマー・カフェは、医学的・神経生物学的な情報を得る場という説明だけでは不十分です。アルツハイマー・カフェは、普通のカフェの良さを生かした、本当の意味でのカフェの特徴を持っていることが求められます。つまり、事前に申し込む必要はなく、自由に出入りでき、食べ物や飲み物があり、しばしば音楽もあり、自分の話をする事ができ、いつも親身になって聞いてくれる人がいて、そして何より、望む限り匿名のままでいることができるのです。



ヴィクトールEフランクル (1905-1997)

1. 収容ショック

異常な状況では異常な反応を示すのが正常である

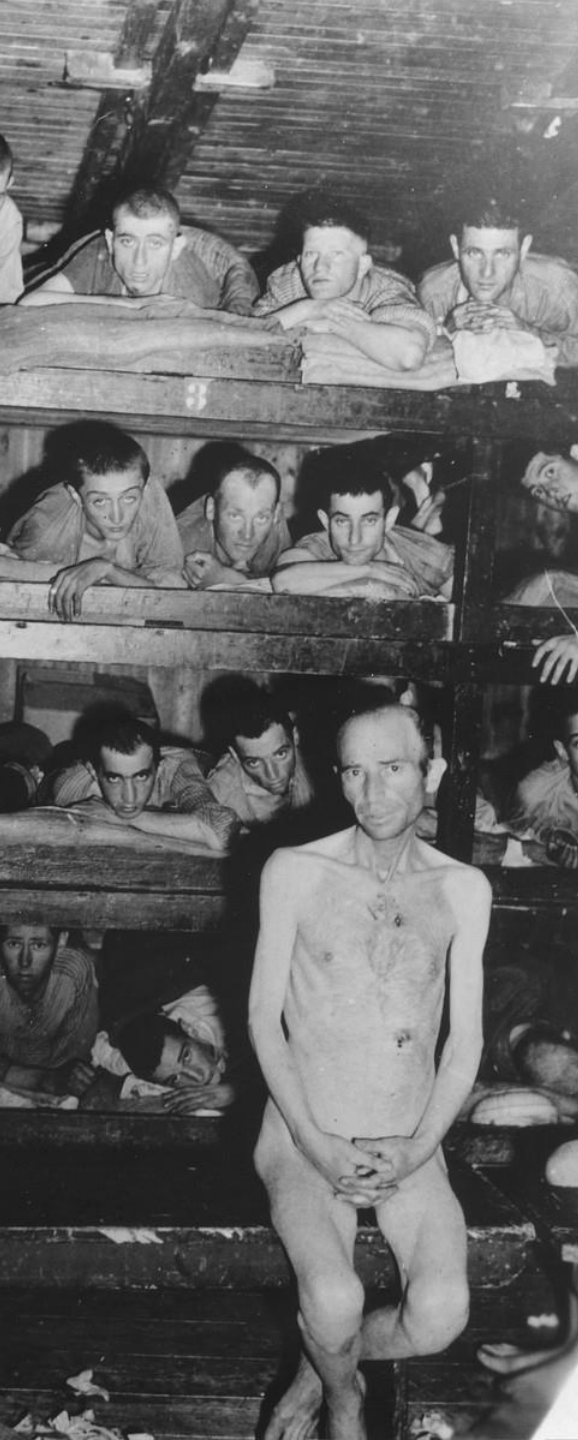
2・慢性的な無感動

ある夜隣で眠っていた仲間が何か恐ろしい悪夢にうなされて、うめき、身をよじっているのを目を覚ました。悪夢にうなされた仲間を起こそうと差し伸べた手を即座にひっこめた。
収容所でわたしたちを取り巻くこの現実よりまだましだ。

ほんの些細な恐怖を免れることができれば、わたしたちは運命に感謝した。

3. 解放後のトラウマ

→理解されない、語れないという思い



当事者しかわかりえない

人間は何事にも慣れることができるというのが、それは本当か、本当ならそれはどこまで可能か、と訊かれたら、わたしは、ほんとうだ、どこまでも可能だ、と答えるだろう。

だが、どのように、とは問わないでほしい…。
P27

収容所から解放され、まっとうな生活に戻ってからかなりたったあるとき、わたしに収容所の蚕棚のような段ベッドに横わたるうつろなまなざしの被収容者の写真を見せた。

「おぞましいじゃないですか」と言われたが、相手の言うことがさっぱりわからなかった（中略）
わたしは、幸福ですらあったからだ。

P86

認知症は特別な誰かではなく、誰にでも訪れる

認知症によって、社会生活の基本的構造が打撃を受けることによって起きる。人々を結びつけていた絆が破壊され、コミュニティの内に生きているという感覚が傷つけられるのである。

認知症への集団的トラウマが社会的孤立を生む

安全な基地

何とかなるかもしれないと思える街（まち） “定型的な学び” “あいまいで持続的な学び” へ

☑家庭環境で身近に接することによって少女は産婆の実践のエッセンスを、教えられることなく、自然と学んでいく（正統的周辺参加→十全参加へ）

◆「関係の再定義を行う場面」=これは短期間でできるものではない
認知症と生きることの**主体化のプロセス**（社会学者Foucault）

◆**状況に埋め込まれた学び**の環境からいつのまにか学ぶ、いつのまにか身につく

●わたしたちもその環境から学ぶ：変わる⇒できる

規定された認知症ではない、あいまいで持続的な学びから主体的で、全人的な理解につながる（十全参加へ）

「模倣」と「非段階性」そして「評価の非透明性」の学び（生田：1987）

完全な知識から「大体できればよい」学び方へ

レイヴとウェンガー著／佐伯胖訳『状況に埋め込まれた学習——正統的周辺参加』産業図書, 1993

認知症カフェを続ける

本人の孤独な深い苦しみは確かに存在する

認知症は自分ではない、なりたくない

または

認知症もだいじょうぶから

どんなことがあっても
この地域で生き抜くことができるかも
と思える街(まち)へ

そのために必要な人を育てる

「実践のコミュニティをコーディネートする」とは、関係者全員がwin-winの関係になるようにコーディネートする

- ・ひとり一人が主体となるためには
- ・そのコーディネーターが必要です。

認知症カフェモデレーター研修

2025年11月8 - 9日 (仙台)

2026年3月14 - 15日 (東京)



お知らせ
2025 年度開催
(全3回)

A.C.M. JAPAN
Alzheimer Café Moderator Workshop in JAPAN

認知症カフェモデレーター研修

共生社会の未来を描く、認知症カフェ
その理念と哲学を知る

継続に向けた展開を修得
認知症カフェの本質を知り、未来につながる学びと交流の場

※本研修会はオランダのアルフハイマー協会 (Alzheimer Nederland) が主催し講師を務めるベレミセン氏より許可を得て Training Gespreksleider Alzheimer Café 日本版として作成されています。許可なく研修カリキュラムや研修資料のコピーや二次利用は禁止されています。(参考 Bere Miesen Summary Training Gespreksleider Alzheimer Café, 2016)

研修日程	開催月日	会場	定員
第1回	2025 年 8 月 2 日～3 日	からでる 2・7 北海道立道民活動センター (北海道札幌市中央区北 2 条西 7 丁目)	30 名
第2回	2025 年 11 月 8 日～9 日	認知症介護研究・研修仙台センター (仙台市内の会場に変更もあり)	25 名
第3回	2026 年 3 月 14 日～15 日	高齢福祉施設ありすの杜 きこのこ南麻布 (東京都港区南麻布 4 丁目 6-1)	30 名

研修費 18,000 円 (税込・研修費)
申込先 (メールのみ)
認知症介護研究・研修仙台センター 研究事業室
j-suisin2@dcnet.gr.jp
(問合せ先) 022-303-7556 船越 (田村)

加藤孝司 次矢田之 Bere Miesen

認知症介護研究・研修仙台センター

土曜の
永国寺カフェ
OPEN

また、来月も土曜の永国寺カフェで

土曜の永国寺カフェ
1部 カフェタイム
2部 ミニ講話
3部 カフェタイム
4部 ディスカッション



この一年での成果 カフェが、認知症をひらく

運営メンバー

- ・高知市基幹型包括支援センター
- ・上街・高知街地域包括支援センター
- ・高知市社会福祉協議会
- ・居宅介護支援事業所
- ・市民ボランティア
- ・高知県立大学

見学者

- ・県外の認知症カフェ運営者・予定者
(島根、兵庫、熊本、福岡、大阪、香川など)
- ・市内地域包括支援センター



土曜の永国寺カフェ

- ・青果の堀田
- ・出雲大社
- ・カフェすろー
- ・バーMs
- ・バイオリン教室
- ・ラーメン屋
- ・商工会
- ・掃除屋さんなど

就労支援B型作業所

行政書士

- ・未来屋書店
- ・スターバックスコーヒー
- ・イオン（マルナカ）

地域のステークホルダー拡大、診断前・後の選択肢(アセット)の拡大

認知症カフェの“本当の意味”を、ゆるやかにひろげる

認知症カフェ、仕掛けた本当の狙いは？

1. “認知症を理解する”“理解が広がる”につながる内容
→ 偏見の払しょく(予防ではなく備え、社会が変われば人が変わる)
2. 新たな出逢い、地域の広がりにつながりがある
→ 対話が基盤であること(サロンやミニデイとの違い)

「対話」は、2つの事柄を摺り合わせ、3つ目の新しい概念を生み出すものです(平田オリザ)

ありがとうございました



ようこそ！永国寺カフェへ
そして来月も待っていますね。永国寺で。