

## II 社会貢献・地域連携

### 対人援助看護きんさいカフェ呉-「あがりんさい」の活動

きんさいカフェ呉あがりんさい実行委員

土肥敏博 加藤重子 浅香真由美 今坂鈴江 岡田京子  
進藤美樹 高橋登志恵 棚崎由紀子 棟久恭子 山内京子

#### 呉市きてくれサロン事業との業務委託契約について

対人援助看護きんさいカフェ呉の事業は、2016年度文部科学省研究ブランディング事業採択により開始されたもので、本事業は2020年3月をもって終了後、2020年4月より現在にいたるまで呉市きてくれサロン事業委託契約を受けて、阿賀地区サロン（サロン名：きんさいカフェ呉）として、呉市の支援の基に運営されている。2021年度（令和3年度）は新型コロナウイルス感染症予防のためあがりんさい3回の開催に留まった。

#### 認知症カフェ（通算20回）「あがりんさい」

##### テーマ：秋祭り

令和3年10月29日（金）14:00～15:30

参加者：一般市民参加人数27名

スタッフ：学生2年生17名、学生3年生16名（見学） 教員：土肥、加藤、浅香、今坂、岡田、進藤、棚崎、高橋、棟久、山内、古屋敷、空本

内 容 ①演奏と歌 ②健康状態を知る：血圧測定、握力測定 ③お口の体操  
④転倒予防体操 ⑤思い出の祭り（回想）

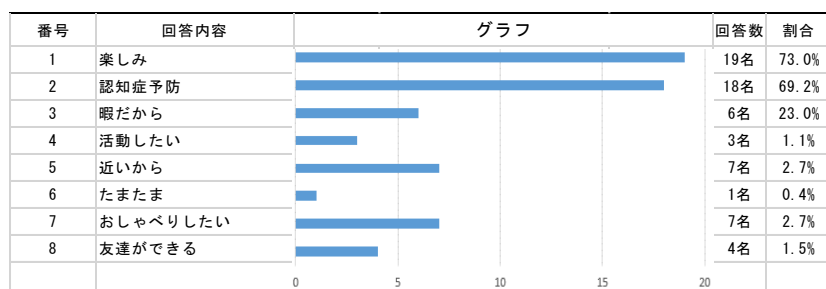
#### 2021.10/29 認知症カフェ「あがりんさい」アンケート結果

・対象：参加者28名 回収率92.8%

設問1 カフェを何で知りましたか。n=26（複数回答）

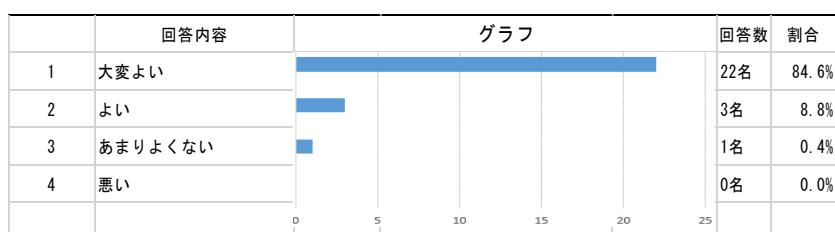
番号	回答内容	グラフ	回答数	割合
1	参加証はがき		17名	65.3%
2	チラシ配布		2名	7.6%
3	声かけ		16名	61.5%
4	掲示板		0名	0.0%

設問 2 参加の動機は何ですか。n=26(複数回答)

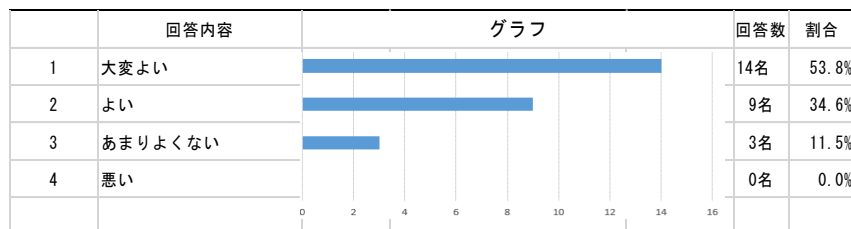


設問 3 本日のイベントについて

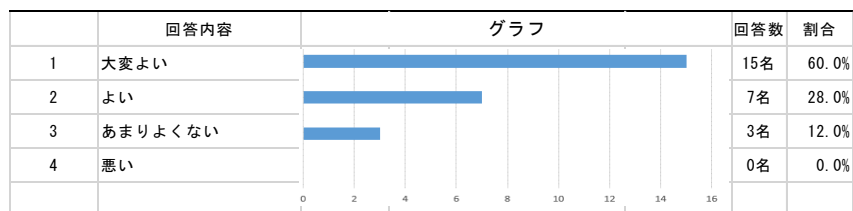
1) 楽器演奏 n=26



2) お口の体操 n=26



3) 転倒防止体操 n=25



設問 4 今後のご希望や感想(自由記述) \* 重複内容は省略

○久しぶりにサロンに参加しました。楽しかったです。 ○今後も引き続きお願いします。楽しみにしています。 ○このまま継続して頂きたい。 ○演奏も半年に1回程度プログラムに追加下さい。 ○歌を楽しむ、本当に楽しかったです。 ○2年生の司会・進行、初々しくこの市区感まし

た。○歌が歌えて楽しかったです。○久しぶりに大きな声で歌うことができました。○楽しく一日を過ごさせて頂きました。○今回のようにみんなが参加されることは良かったと思います。特に若いときの歌だったので楽しませて頂きました。○いつも楽しい時間が過ごせる様、色々考えて頂きありがとうございます。先生、生徒さんに感謝申し上げます。○出前(自治会サロン)など対応はお願いできますか？生徒さんは？孫と遊びたい気分。

あがりんさいメンバー集合写真

令和3年10月22日



## 認知症カフェ（通算21回）「あがりんさい」結果報告

### テーマ：健康調査

1. 日時：令和3年11月19日（金） 14:00～15:30
2. 場所：広島文化学園大学 呉阿賀キャンパス 2階実習室・205教室

案内と参加者管理 参加人数 25名

カフェ参加者にあがりんさいだよりを発行し、カフェ開催の案内を実施した。

10月末日号 申し込み方法は、はがきによる事前申し込みとした。

当日、来られた方は、その場で氏名、連絡先を記入してもらい対応。（追跡可能に）

### 3. 方法

- 1) 参加数 30名程度(40名まで) 2グループに分けて検査を実施。

	2階実習室(70名収容可能)	205講義室(93名収容可能)
14:00	受付、非接触体温測定、速乾性アルコールによる手指の消毒	
14:20	山内学部長挨拶 205講義室	
	1時間で入れ替え 15名～20名	
	2階実習室	1時間で入れ替え 15名～20名
	骨密度、体脂肪、身長、体重、Inbody (体内水分量、筋肉量、脂肪量、脂肪率)、嚥下力テスト	205講義室
14:40	嚥下体操、転倒防止体操	認知機能検査(物忘れ診断、イシス) 介護必要度調査(呉市提出用)
15:30		嚥下体操、転倒防止体操
15:40	挨拶	

### 2) 感染防止

- (1) 当日受付(9:00～西門・玄関2か所) 出席の確認 名簿チェック、氏名、住所

①速乾性アルコール製剤による手指消毒 ②非接触体温計による検温を実施する。(密空間がないように誘導する。) ③名票に、体温、健康状態、コロナ等感染症の症状の有無を聞き取り記入する。④体温が37.0℃以上の場合は、再度、時間をおいて測定する。再度、測定

しても下降しない場合は、帰宅していただく。場合によっては、電話連絡や引率をする。⑤健康問題のない参加者にマスクを常に装着するように促し、会場の指定席へ誘導する。⑥健康調査の項目ごとに、速乾性アルコール製剤手指消毒を行う。

以下の点において十分な感染防御体制を実施する。

- (2) 教室環境 (3) トイレの使用 (4) エレベーター・検査コーナーのソーシャルディスタンス等 (5) 学生の配置 老年看護学実習Ⅰの科目履修者より各会場 10 名 (6) 検査時の注意 各検査コーナー (7) 体操時の注意 (8) 帰りの誘導 (9) 後始末

## 認知症カフェ（通算 22 回）「あがりんさい」結果報告

### テーマ： 「クリスマス」

1. 日時：令和 3 年 12 月 17 日（金）

2. 場所：広島文化学園大学 呉阿賀キャンパス 大講義室 参加人数 38 名

案内と参加者管理：カフェ参加者にあがりんさいだよりを発行し、カフェ開催の案内を実施した。当日、来られた方は、その場で氏名、連絡先を記入してもらい対応。（追跡可能に）新型コロナウイルス感染症予防のため、大講義室で密を避け、検温、血圧測定、マスク着用、手のアルコール消毒、換気を徹底した。席は、ご希望のところに自分のラベルを貼り、席を立ったらそこに戻ることにした。



陶山君挨拶



プラチナレディースハンドベル部演奏



歌、プラチナクラブ補助



まつぼっくりを50個提供してくれました。



嚙下体操



全員参加の体操



感謝の言葉(2年生が企画運営してくださって、素晴らしい！感謝です)



個性豊かに がんばりました



## あがりんさいの足跡

「あがりんさい」発足 6 年を経過しました。ここでこの間の歩みを振り返ってみました。

2016 年 10 月 第 1 回 認知症カフェチーム会議が開催された。議長は加藤先生、メンバー 7 名。この会議で、認知症カフェの趣旨、開催場所、対象者、活動内容などがフリーティングされ、概ね方針が示された。なんといっても、会名を、阿賀の認知症カフェにお気軽に“あがっていきんさい”という意味をこめて“あがりんさい”が提案され、ここに「あがりんさい」が産声をあげた。

記念すべき第 1 回「あがりんさい始めました」（阿賀集会所）（2017 年 6 月 3 日）が参加者 34 名のもとで開催された。以来 2022 年 3 月までに 22 回開催いたしました。以下はその足跡です。

### “あがりんさい”の内容

1) 期間：2019 年 4 月～2022 年 3 月

2) 実施場所・回数：阿賀集会所、広島文化学園大学阿賀キャンパスにおいて通算 22 回開催

3) カフェプログラム：

＊テーマ・イベントは季節に合わせた夏祭り、クリスマス、鏡開き、節分祭、ひな祭りなど、また、人気の足浴、ハンドマッサージ、学生の発表と評価・座談会など。イベントボランティアは、西延先プラチナクラブメンバーによるハンドベルとピアノ演奏、歌と演奏のハワイコールズ、日本舞踊の寿報会、フラダンスのモハラプアナニなど盛り沢山の内容をお楽しみいただきました。高大連携高等学校ボランティアは、清水ヶ丘高等学校教員・生徒、一般ボランティア、看護師が運営に協力。

＊教員・学生による健康調査（認知機能調査はもの忘れ診断、イシス、タッチエム。イン・ボディによる各種生体機能調査、自律神経均衡度&ストレス検査、精神・心理調査、改定 PGC モラール・スケール、生きがい意識尺度（Ikigai9）他）と健康指導。

4) 公開講座プログラム：子どもから高齢者まで美味しく食べられるソフト食の講義と調理実習

5) 認知症サポーター養成プログラム

①認知症サポーター研修

内容：疾患の理解、認知症予防、お口のケア(歯科医)、介護技術実習、座談会、ふりかえり、修了証書授与式(4 回シリーズ)

②認知症サポーターフォローアップ研修

講座名：認知症の話あれこれ 介護予防教室

実施日：2019 年 11 月 17～28 日(4 回シリーズ)

講義内容：認知症の理解を深めみんなで支え合うわが町づくりを目指して、認知症サポーター養成・介護予防教室を開催するとともに介護者のストレス解消(息抜き)の場を提供する。

参加者：16 名

参加者の参加前後における意識の変化に関して、以下の項目について調査した。



講師：湯川和子先生

楽しく調理実習

初めてのメニューに挑戦

学生は、レシピを読み上げ

途中休憩をとります。

学生・生徒からの学び発表

1:認知症の理解 2:サポーター・介護の理解 3:サポーターへの携わり希望

4:認知機能調査希望

結果 認知症サポーター養成講座に参加することによる意識変化では、認知症理解度、サポーター・介護の理解度、サポーターとしてかかわりたい希望がいずれも上昇していた。認知機能調査希望度は変わらなかった。

#### 6) 学生派遣

1) 学生派遣あがりんさい（西延崎プラチナクラブ）

2) 認知症カフェへの学生派遣（派遣先：○△□えがお、憩いのオレンジカフェ、高揚フラワーカフェ、きてくれサロン夢プラス、認知症カフェハレルヤ、はっぱカフェ、高揚フラワーカフェ、デイサービス結サロン）

#### 7) 地域の要請による介護予防講演

講師：加藤重子、土肥敏博、棚崎由紀子、認知症看護強化コース学生

依頼先：西延崎自治会館、阿賀まちづくりセンター、くれすこやかセンター、広まちづくりセンター、呉市老人クラブ 阿賀地区 東浜寿楽会、阿賀地区 原第3親和老人クラブ

#### 8) “あがりんさい”ネットワーク会議

2018年度 第1回 認知症カフェ「あがりんさい」ネットワーク会議議事録

1. 日時:2018年8月27日 水曜日 13時30分～15時間30分

2. 場所:広島文化学園大学 呉・阿賀キャンパス

3. 出席者(敬称略)

・広島文化学園大学看護学部 学部長山内京子 土肥敏博 加藤重子 進藤美樹 今坂鈴江

岡田京子 高橋登志枝 空本恵美 事務部長 富永泰三

・公益財団法人広島県老人クラブ連合会理事長・呉市老人クラブ連合会会長 鈴木孝雄 ・呉市介護保険課 介護予防グループ 保健師 埴生雅恵 ・阿賀市民センター 副センター長 竹内和人 ・阿賀地区民生委員児童委員 会長 藤岡述史 ・西延崎プラチナクラブ会長 小田和子 ・呉市社会福祉協議会 地域福祉課 加藤志保美 ・認知症疾患医療センター 精神保健福祉士 濱田識敬 ・安芸灘地域包括支援センター 保健師 賀島えり ・認知症家族の会 呉地域代表 前田ミツエ ・非常勤講師 管理栄養士 環境カウンセラー 湯川和子 ・呉市委託事業 認知症カフェ ○△□ 沖原富子 ・呉市委託事業 憩いのオレンジカフェ 岩崎俊輔 ・株式会社 ひかり 上長祥敬

#### ネットワーク構築について意見交換

・委託のカフェと大学主催のカフェでは目的がちがうように思う。・委託のカフェはボランティアが急に休むなど人材不足が運営上の問題となっている。学生に来てもらえたらと思う。認知症カフェの派遣実績を教えてほしい。・高齢者も勉強しながらスタッフになるとよい。大学とタイアップしていけたら。さきほどの報告でプラチナクラブから鬼役でカフェに参加されたと聞いた。人材はいると思う、世話してもらえばかりでなく老人クラブにも潜在的に人材はいるのでは。社協もそのように理解して活用してほしい。老人クラブの活動は良いことだと思う。・高齢者とかかわりは学生が嫌がるかと思ったが一緒に楽しくできている。参加者がボランティア・提供者になっていく、そのような雰囲気が良いと思う、以前ふたばでもそのようなことがあったと思う。来た人がやってみたい、となっていくのがよいのではと思う。・高齢者も勉強しながらスタッフになるとよい。大学とタイアップしていけたら。さきほどの報告でプラチナクラブから鬼役でカフェに参加

されたと聞いた。人材はいると思う、世話してもらえばかりでなく老人クラブにも潜在的に人材はいるのでは。社協もそのように理解して活用してほしい、他多数の意見があった。

### まとめ

大変貴重なご意見を多数いただき有難うございました。このネットワーク会議のご意見は、認知症カフェが抱える共通の諸問題対応に役立つものと思われます。更に“あがりんさいネットワーク会議が”実効性のあるものとなるように、広島文化学園大学が中心となって情報を発信していかなくてはならない。まずは、各カフェ・サロン・クラブ、家族の会、各種センターでの来年度活動予定をお送りいただければ纏めて配信いたします。その中で、次回はテーマを絞って、知恵を出しあいながら、解決の糸口に繋げていきたいと思います。これらの諸問題は、一朝一夕にはいかない、継続している問題であります。何か新しい突破口が必要です。阿賀は体制が整ってきていると思う。大学を使っただき、皆様のお知恵を得て一緒に考えていきましょう。

### 特筆すべきこと

**参加者の感想：**「あがりんさい」感想-アンケート自由記述より

参加者にとっての認知症カフェ「あがりんさい」の自由記述の重要文脈から【地域に開かれた大学、心地よい空間】【今日行く(教育)こと、今日用(教養)があること】【楽しく過ごせることが幸せ、感謝】【内容がとても良い、楽しみ】【左手日記、自分にできるところからやってみる】

【学生との交流にエネルギーをもらう】の6個のカテゴリが抽出された。参加者にとって、認知症カフェ「あがりんさい」は、心地よい居場所であり、「幸せ、感謝、楽しみ」といった通所による他者との交流の機会となっており、わくわく感、目標を持つなど認知症予防に効果を示すものとなっている。また、大学のカフェには、豊富な内容と教養があり参加を継続したい要因があった。

参加者の中には「あがりんさい」でいつも行っている学生主導の健康体操（パタカラ体操やスクワット、かかと落とし）や左手書写などを日頃ご自身で励んでおられると聞き、皆様の健康増進、認知機能低下防止に一役買っていると思われる。

また、自らの認知症予防だけでなく、サブカテゴリにある〈親の介護で自分の時間がない中、若いエネルギーをもらって優しく接することができ有難く思う〉と学生との交流が介護負担の軽減につながり、親御さんを優しく介護することができていることが分かった。これまで持っていた〈認知症に対する偏見が無くなった〉と併せて、本カフェのもう一つ目標、「認知症になっても住み慣れた場所で幸せに暮らせる社会の構築」にも大きな意義があると思われる。

さらに、参加者が模擬患者を努めていただいたり、学生が「あがりんさい」を自主的に企画・運営するようになって、「学生さん、上手になったね」「成長したよ」という声をいただき、教育上も大変有意義だと実感している。

最近では、広島文化学園祭学看護学部では“あがりんさい”というカフェに行っていることを知った友人が「私も行きたい」というので連れてきた」という声は、着実に地域に浸透していることが実感できて一同喜んでいる。

順調に育ってきた「あがりんさい」の歴史の中で**特筆すべきことが2つ**ある。

**災害と認知症カフェ「あがりんさい」の活動**

6 7 8 9 10 11 12 1 2 3 4月

↑  
呉市断水  
JR呉線不通  
国道31号線、185号線、375号線通行止め  
クレアライン通行止め

- ・ネットワーク会議
- ・ソフト食調理実習
- ・定例あがりんさい「節分祭」
- ・定例あがりんさい「読み書き」健康調査
- ・定例あがりんさい「クリスマス」
- ・定例あがりんさい「調査」
- ・定例あがりんさい「防犯会」、「ロイヤルシニエ健康群手防体操」
- ・収穫祭
- ・臨時「ねがらい」あがりんさい
- ・家庭訪問
- ・あがりんさい登録者の安否確認
- ・西延崎セツタ出張中止
- ・お菓子セツタ届ける
- ・中町出張
- ・定例あがりんさい健康調査

↑  
呉市委託認知症カフェ学生派遣

↑  
認知症サポーター研修

↑  
あがりんさいサポーター養成

マスクの着用、人との接触機会を減らす、3蜜を避けるなど生活様式の大きな変容が定着しつつある。このような変化が元の姿にもどることができず新たな常識が定着することをニューノーマルというそうです。皆様におかれましてもニューノーマルに対応すべく、是非、「ご自宅あがりんさい」を行っていただき、肉体的にも精神的にも健康被害を最小限にとどめるのにお役立ただければ幸いです。

あがりんさいが開催されないというこのような状況に鑑み、スタッフ一同何か参加者の皆様と交流する方法はないものかと相談した結果、ニュースレターを発行して情報交換をしたらどうかという提案があり、さっそく「あがりんさい便り」が誕生する運びとなった。2020年7月に第1号をお届けして依頼毎月1号、現在まで21号になり、皆様からのメッセージを掲載するなど、大変お楽しみいただいています。

[illegible]



## あがりんさいスポット写真の一部です



記念すべき第1回あがりんさい



人気のハンドマッサージと足浴



健康調査 咀嚼・嚥下力



参加者が扮する鬼と節分会



筋トレ  
看護師によるスクワットの指導

## ボランティアの皆様



ハワイコールズと懐かしの歌



モハラブアナニとフラダンス



寿報会の皆様と日本舞踏

## プラチナクラブとカフェ “一番の応援団です” 5年間有難うございました



プラチナクラブの皆様から野菜づくりを教わる

“モルダウ”の演奏はプロ級！？



プラチナレディーズの  
ハンドベル

“ハンドベルはこう  
ふるの”と教わる



初めての演奏会 ちょっと緊張！

