

## 空き家活用型ケアラズカフェの地域浸透・連携の拡大

—みちくさ亭を中心としたケアラーサポートの定着を目指す実践—

主査 梅本 舞子\*<sup>1</sup>

委員 布川 佐登美\*<sup>2</sup>, 小林 秀樹\*<sup>3</sup>,

### 「空き家活用による地域の居場所づくりでケアラーサポートを強化する」

家族介護者であるケアラー支援の拠点づくりを進めるケアラズカフェ・みちくさ亭において、地域連携の強化と水平展開に向けた課題検証を目指した実践である。1. 開放型リノベーション、2. 地域住民発案の利活用により、近隣利用者増など一定の成果を挙げた。また地域の居場所として一般利用者も居ることが、多様な役割や効果を循環的に生み出していること、空き家活用であることが、利用者の主体的かつ日常的な場づくりを可能にしていることを見出した。さらに、3. 運営者へのアンケートや座談会を通して、運営形態は常設型カフェが望ましいが課題も多いため、住み開きによるお料理教室方式や、飲食店との連携も拡充されるべきことを明らかにした。

キーワード：1) ケアラー（家族介護者）、2) 認知症、3) 認知症カフェ、4) 障害者、5) 空き家等の福祉転用  
6) 地域の居場所づくり、7) コミュニティカフェ、8) なわばり化

## REGIONAL COOPERATION OF CARER'S CAFÉ UTILIZING VACANT HOUSE

- Case study in carer's cafe "Michikusa Tei" -

Ch. Maiko Umemoto

Mem. Satomi Nunokawa, Hideki Kobayashi

### Strengthening carer support by creating vacant homes to create a community place.

This report is a practice aimed at verifying issues related to regional cooperation and horizontal development of Carer's Cafe Michikusa-tei, which promotes caregiver support. Through the 1. Open renovation, 2. Utilization based on the idea of local residents, we achieved certain results such as increase in nearby users. In addition, the presence of general customers as a place to live in the community creates a variety of roles and effects cyclically, and the utilization of unoccupied houses enables users to create independent and everyday places. Finally, we mentioned the management styles through questionnaires and roundtables for the management.

#### 1. はじめに

##### 1.1 ケアラーの支援体制の現状

ケアラーとは、「身体的あるいは精神的な疾患や障害または高齢からくる諸問題を抱える家族や親戚、友人や隣人に対して、同居・別居を問わず、無報酬で介護をする人」と定義され<sup>文1)</sup>、高齢者介護に限らず難病の介護や障害児の療育も含め、広く家族介護者を指す用語である。

15歳以上で「ふだん介護をしている人」は698万7千人に上る。そのうち4割は男性、また半数は59歳以下、39歳以下も1割を占める<sup>文2)</sup>。介護・看護が理由の離職は年間約10万人<sup>文3)</sup>、子育てと介護を同時に担うダブルケアも約25万人に上ると推計される<sup>文4)</sup>。心理的・社会的に孤立し易く経済的にも逼迫し、ケアラー自身の生活

や人生が大きな影響を受けている現状がある。

しかしながらケアラー支援は、平成27年の介護保険法改正や認知症施策推進総合戦略（以下、新オレンジプラン）でようやく位置付けられたばかりである。またその内容も、自治体の任意事業の一つに規定されているのみであり、ケアラーの健康や仕事を保証する仕組み作りは一部の自治体の取り組みに止まるのが現状である。

そこで本実践活動は、ケアラーの居場所・身近な相談の場の創出が、これからの住生活向上の鍵であるという認識のもと、その支援拠点づくりを進めるケアラズカフェ&オレンジカフェみちくさ亭（以下、みちくさ亭）の地域浸透・連携をはかるものである。これを通して、ケアラーサポートの定着に向けた課題解明を目指している。

\*<sup>1</sup>筑波技術大学産業技術学部 講師・博士（工学） \*<sup>2</sup>NPO法人ケアラーネットみちくさ 理事長 \*<sup>3</sup>千葉大学大学院工学研究科 教授・工博

## 1.2 ケアラーズカフェの位置付け

日本で最初の例は、NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン（以下、アラジン）によって2012年4月、杉並区阿佐ヶ谷で開設されたケアラーズカフェである<sup>文5)</sup>。アラジンは、ケアラーの孤立防止を目指し、「介護者の会」のネットワーク化をはかってきた団体であるが、会の多くが月1回の開催であり、ケアラーが行きたい時に行ける場こそ必要との思いで開設された。

一般のカフェとの違いとして、「介護者の気持ちに寄り添って話を聴けるスタッフやボランティアがいる」ことを特徴とし、①安心できる居場所、②話を聞いてもらえる、③地域情報（制度以外のサービスや居場所情報など）がある、④仲間ができる、⑤食事や飲み物がある、⑥学習の機会の提供がある、を機能として挙げている。みちくさ亭も、アラジンをモデルとしており、現在ケアラーズカフェは全国に約20ヶ所あるという。

一方、同時期に日本で紹介され、急速に普及するものに認知症カフェがある。平成24年（2012）「認知症施策推進5カ年計画（オレンジプラン）」にて認知症の人やその家族等に対する支援として紹介されたのが始まりであり、今や全国に2,253件見られる<sup>文6)</sup>。自由に開設することができ、認知症の人と家族、地域の人、専門職が集う場であること以外は設置基準や内容にルールがない。

家族介護者であるケアラー支援を掲げる市民による場という点は共通しているが、ケアラーズカフェは支援対象を認知症等と特化していないこと、また認知症カフェは公的に位置付けられており、開設・運営に係る公的補助のあるケースが多い点が、違いとして挙げられる。

## 1.3 みちくさ亭の概要

みちくさ亭は、ケアラーを支える居場所・情報交換の場を目指して、運営代表者の布川を中心に、2013年10月より千葉県柏市郊外の空き家にて運営されている。2015年12月移行は、NPO法人ケアラーネットみちくさとして活動しており、飲食店として週4日間カフェを営む。

最寄りの逆井駅から1.2km、徒歩17分に位置するみちくさ亭は、布川が実母から相続した家であり、7年間の介護を経験した場所でもある。農業集落と旧開発住宅地の境目の市街化調整区域に立地しており、目の前には豊かな田園風景が広がる（図1-1）。近隣は全体的に高齢化が進んでおり、農業集落の藤心や旧開発住宅地の一部は高齢化が4割に迫る。つまり、介護を担うケアラーが多く住んでいることが予測される地域である。

この地で、ケアラーが抱える苦悩をケアすることを目的に、①週に4日のカフェ営業による居場所事業、②介護予防事業として介護に関する知識・情報提供と健康づくり、③講演・研修等啓発事業を進める（図1-2）。運営は毎月委託費を支給する7名（以下、スタッフ）と、年に1回支給の11名、計18名の有償ボランティアを中心

に担われており、うち7名はカフェで傾聴も担う。但しその謝礼や家賃は、柏市の補助金に依るところが大きい。

利用者数は年々増加しており、2017年度は延2,428人、地域包括支援センター等公的機関との連携も取れつつあった。しかしながら、主に1km圏外から車でアクセスする利用者が中心であり、徒歩圏の利用は少なかった<sup>注1)</sup>。つまり、近隣に住むケアラーのサポートをはじめとして、近隣への波及効果は不十分であろう事が予測された。

## 1.4 活動の目的と内容

そこでみちくさ亭の近隣地域浸透・連携をはかるべく、次の実践・検証活動を計画、遂行した（図1-3）。

はじめにSTEP1（2章）では、認知度向上を目指した近隣住民参加型のみちくさ亭リノベーションの実施である。相続した空き家をほぼそのまま活用していたみちくさ亭の空間計画<sup>注2)</sup>、活用方法の見直しであり、ケアラーのほか、小学生や高齢者等の住民参加型で進めることで、みちくさ亭やケアラー問題を知ってもらう機会をつくる。

STEP2（3章）では、地域住民の発案による利活用である。ケアラーサポートに限らず地域の声に応える形で居



	藤心(一)	藤心(二)	藤心(三)	藤心(四)	藤心(五)	藤心
世帯数/高齢化率	610/27.4%	411/43.8%	321/21.2%	356/33.9%	276/25.3%	371/44.9%

※2011年4月住民基本台帳より

図1-1 みちくさ亭の周辺環境

曜日	うどん day	ワンコインランチ day	土	有償	役職・立場	人数	属性
1週目	13:00~16:00 ○健康マージャン	10:00~17:00 ●ケアラーズ & オレンジカフェ 毎週月・火・水・木 (第3月曜除く)	13:00~17:00 若者 引きこもり支援	✓	理事長	1名	元ケアラー1
2週目	13:00~16:00 ○健康マージャン 14:00~16:00 ○健康カラオケ		13:30~15:30 ●介護者のつどい	✓	副理事長	1名	元ケアラー1
3週目	13:30~15:30 ○健康教室		13:00~17:00 若者 引きこもり支援	✓	理事	1名	-
4.5週目	13:00~16:00 ○健康マージャン	13:00~15:00 ●認知症 本人会	13:30~15:30 ○PCスマホ教室	✓	監事	1名	-
				✓	事務局	1名	本人1
				✓	メニュー・調理	1名	元ケアラー1
				✓	週2~3回	3名	元ケアラー1 元ケアラー2
				✓	月12回~不定期	11名	元ケアラー4 元ケアラー3
					無償 ボランティア	3名	本人1 元ケアラー1

【凡例】●居場所事業 ○介護予防事業 飲食有り 無し □定休日空きスペース貸し

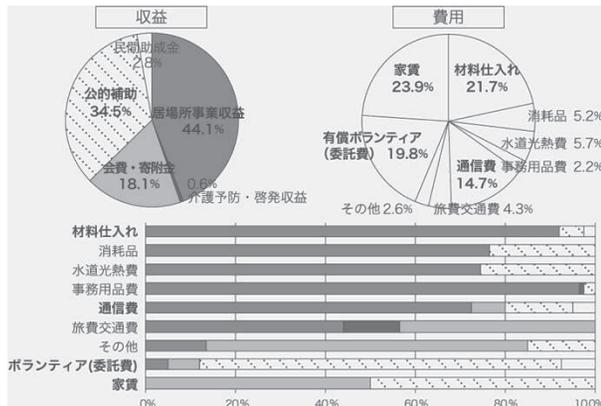


図1-2 みちくさ亭事業内容と運営体制

場所化が進むことで、ケアラーの発掘や、ケアラーサポーターの拡充に繋がることを期待するものである。

最後に、STEP3（4,5,6章）では、地域浸透・連携の実践効果や意義、並びにこれを水平展開する上での課題検証である。他のケアラー支援の拠点の運営実態を捉えるアンケート調査や、運営者との座談会を通して実施する。

以上の活動と検証に基づいて、次の3点の考察を目的としており、ケアラーズカフェの普及、及び空き家活用による地域福祉の拡充に資する知見を得られると考える。

### 目的1：ケアラーズカフェ定着に向けた課題の解明

ケアラーズカフェの定着に向けて活用できる手法と、一方で課題を明らかにする。

### 目的2：地域の居場所で行うことの意義の解明

ケアラーのみでなく、多様な人が集う地域の居場所でのケアラーサポートを行う意義を明らかにする。

### 目的3：空き家活用で行うことの魅力と課題の検証

ケアラーサポートの拠点づくりにおいて、空き家活用だからこその事項と課題を明らかにする。

## 2. 近隣浸透を目指したリノベーションとその効果

### 2.1 活動組織と内容

企画の骨子は当委員会メンバーと、みちくさスタッフ、学生で検討した（図2-1）。内容は次の3点である。

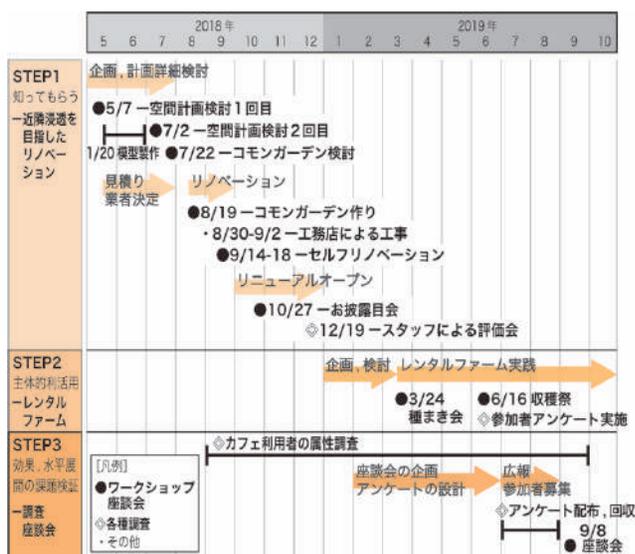


図1-3 活動スケジュール

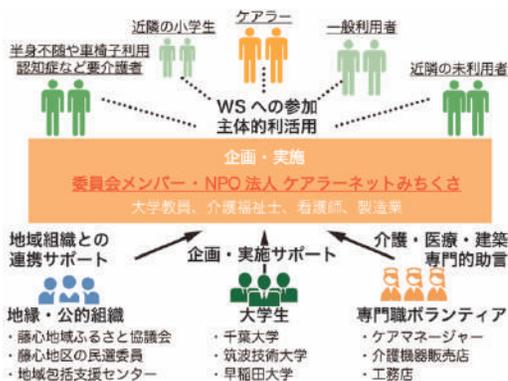


図2-1 活動組織

### 1) アクセシビリティの向上

みちくさ亭には車椅子利用者や半身不随者など身体障害者が訪れていたが、通りから屋内に至るまでに段差が多く、簡易的に設けられた手摺も機能していなかった。そのため、出入り時には毎回複数の介助者が必要であり、このことが遠慮や、みちくさ亭へ足を遠のかせる原因の1つにもなっていた。また玄関は暗くて狭く、段差も高いため、高齢者にとって靴の脱ぎ履きは容易でなかった。

### 2) 通りへの開放性の確保

東に面する通りには、玄関と玄関脇洋間の窓が面しているものの、格子戸に磨りガラスやカーテンで覆われた窓であり、内外の視線の交流はできない状況であった。近隣住民らが中の様子を伺い知ることは困難であり、このことが、訪れにくさに繋がっていると予測された。

### 3) コモンガーデンの創出

以上の空間そのものの改変に加え、3つめにコモンガーデンという新たな仕組みの創出を掲げた。南側に面した約100㎡の庭には、バラやイチジクなどの花木が植えられている。しかしながら、当初は物置化していた。これを整え、いつでも誰でも立ち寄れる地域の庭として活用できれば、より親しみが増すことが期待された。

以上の骨子に基づき、計画詳細の検討や実際の改修は、みちくさ亭の利用者であるケアラーや要介護者本人、ケアマネージャーや看護師等の専門家、自治会や子ども会等の地域組織との連携により実施した（図2-2、2-3）。

### 2.2 評価に関するスタッフへのヒアリング結果

アクセシビリティの向上に関して、玄関を広くし腰掛けベンチを設けたことで、「使い易いよと喜んでもらった」、「明るくなって良いね」との声が寄せられたという。通りへの開放性の確保に関して、玄関や洋間の格子戸を撤去した透明ガラスとし、視線交流を可能としたことで「中の様子がよく見えるようになったためか、声をかけてくる人が増えた。」「特に麻雀の時はよく声をかけられるようになった。」「前から気になっていたって言う人はかなりいるよ。今は一人でも入りやすくなったんじゃないかな。」「中に人がいたり、賑わってるのが見えると、じゃあ、お弁当頼んでみようかなってなるみたい。」「中からもよく見えるから、声をかけやすくなった」との声が聞かれた。また、カフェ席から田園風景を眺められるようになったことへの癒し効果も聞かれた。

コモンガーデンは、庭を整えたことで、庭まで入って様子を伺う人も出てきたことが聞かれた。

### 2.3 スタッフや利用者による日常的・継続的な場づくり

以上の計画的に進めたリノベーションの他に、活動期間中、日常的にスタッフや利用者によって手が加えられている。それは、持参した写真や絵を飾る、旅のお土産の食器をカフェで使う、庭の花を植え替える、野菜棚を改修する、新たに看板を設置する等である。

運営代表者である布川が建物所有者でもあることがメリットとなっており、スタッフや利用者との日常的なやり取りの中から、必要性や魅力を感じた提案は次から次に実行される様子が認められた。中でも前3者は、特に布川に相談をしたり、許可を得るわけでもなく、他のスタッフや利用者によって自然と設えられていた。

### 3. 農家と連携したレンタルファームの試み

#### 3.1 活動のきっかけ

本活動は、東側道路を挟んでみちくさ亭の眼前に広がる畑所有者の農家K氏と連携した試みである。野菜づくりを通じた交流とみちくさ亭の利用によって、次の3点の解消を狙いとしたものである。

#### 1) 若年子育て層の日常利用には至っていない

STEP1におけるワークショップへの小学生参加は20名あったものの、小学生やその親にあたる20~40歳台のカフェ利用は全体の8%にとどまり、日常的な利用には至っていない。また近隣の子ども会から、特に雨の日の遊び場が欲しいとの要望があり、当初それへの活用も検討された。しかしながら、広さ・収容人数の限界もあり、現在のところ、子ども会の活用には至っていない。

若年層の利用が進まないことは、支援が必要な地域のヤングケアラーや、子育てと介護の両方を担うダブルケアラーに情報が届かない、また将来のケアラーサポーターを育成できないという事に繋がる。

#### 2) コモンガーデンを使う機会に乏しい

STEP1では、庭のコモンガーデン化を目指して、小学

生らとそのあり方を検討、立水栓の整備やみちくさ文庫やベンチの設置を試みた。しかしながら、使うきっかけに乏しく、気候の良い日に外で飲食を楽しむ、あるいはスタッフが庭木の手入れをする程度であった。

そこで、まずは個人が各々に使える庭にする必要があった。畑作業の前後で手を洗う、あるいは休憩する場として庭を使う機会があるかもしれないと考え、この意味でも、レンタルファームは適していると考えた。

#### 3) 既存集落の互助・災害時等拠点の構築

K氏は、既存集落藤心に住む農家であり、以前からみちくさ亭の活動に着目していた。集落内の自治機能の弱体化に伴い、新たな助け合い、特に災害時の拠点が必要だと考えていたためだ。レンタルファームの試みを通して、まずはみちくさ亭の認知度を高めたいと考えた。

#### 3.2 活動の概要

1.5坪の畑を10セット準備し、枝豆・ジャガイモ・トウモロコシを育てるオーナーを、料金1000円で募集した。チラシはみちくさ亭で配布する他、近隣に200部ポストティングした。その結果、募集人数の10組に達したがみちくさ亭を利用する中高年層が中心であり、ターゲットとした徒歩圏親子の申し込みはなかった。しかしながら、ランチを利用する若年層2組が申し込み、スタッフを含め、全部で4組の親子が参加する形となった。

#### 3.3 活動の評価に関するアンケートの結果

収穫祭に参加した14名から回答を得た。このうち10名は秋冬も継続を希望した。また種まき会から収穫祭までの12週間に、最小2回、最大で毎週畑を訪れているこ

<p><b>STEP1 知ってもらおう一近隣浸透を目指したリノベーション</b></p>	<p><b>9/14-18一セルフリノベーション</b></p>
<p><b>5/7一空間計画検討1回目</b>          半身不随患者や車椅子の利用の認知症患者とそのケアラー、福祉用具専門家、ケアマネージャーを含む17名の参加により実施。車椅子利用者や半身不随患者は、南側側面からの出入りが中心となるため、スロープや手すりの設置位置や設置方法、緑地の適切な位置や高さについて重点的に検討。</p>	<p>筑波技術大学と千葉大学の学生6名のほか、工務店スタッフやみちくさ亭スタッフ、ケアラーや認知症患者を含む近隣住民の参加によりセルフリノベーションを実施した。          図6に示す作業について、未経験者である学生を、工務店スタッフや元建業職人、元金物・鍛冶工、DIYが得意な住民がサポートする形で進めた。期間中、学生らはみちくさ亭に宿泊し、その間の食事は近隣のボランティアスタッフが出した。</p>
<p><b>7/2一空間計画検討2回目：1/20 模型を活用</b></p>	<p><b>10/27一お披露目会：ベンチペインティング、空撮映像公開、みちくさ文庫の紹介</b></p>
<p>福祉用具専門家、ケアラー、工務店代表者を含む12名の参加により実施。大幅に改修予定であった玄関とその廊下の洋装については、改修後のイメージの共有が重要であった。そこでこの回は、筑波技術大学学生が製作した1/20 模型を用いて、具体的に改修内容を共有しながら検討を進めた。特に玄関脇の壁は、撤去後に腰掛けとするのか物置棚とするのか、また通する手すりの位置や腰掛けの高さについて、模型や現場を歩きながら入念に検討した。          また洋間の窓は、窓の下側に腰掛けられる高さの大きなサイズに変更し、格子も撤去することにした。これによって、内外の視線の交流が可能となるだけでなく、看視スペースの増設につながるためである。防犯性を不安視する声も挙がったが、通りは交通量が多く、また「聞くことで守ることの実践」や、皆で作っている場であることを示すことで防げるのではないかと考えて、シャッターはつけないことを決めた。</p>	<p><b>10/27一お披露目会：ベンチペインティング、空撮映像公開、みちくさ文庫の紹介</b>          一連のリノベーションを終えた1ヶ月後、みちくさ亭が5周年を迎えた10月に、みちくさ亭利用者や地域住民を招いてお披露目会を開催。          一まずリノベーションの仕上げとして、コモンガーデン道路側に設置したベンチの背もたれに、参加者でペインティングを行った。テーマは「みちくさ亭の今とこれから」とし、予めこれまでのワークショップで出された意見を共有し、これを各々が描いた。          次に4月以降の活動を筑波技術大学の学生が製作した映像で振り返った。みちくさ亭の背後には住宅地が広がっておりそこには多様な住民がいること、豊かな田園風景を持つ魅力的な地域でもあることに改めて気づいてもらうことを狙いに、ドローンによる空撮映像も盛り込み、みちくさ亭HPでも公開した。          最後に、コモンガーデンに取り入れた「みちくさ文庫」の紹介を行った。利用者やスタッフが皆に読んでほしい本を一言メッセージと共にここに設置し、その貸し借りを通じて想いを共有したり伝え合ったりする事、また新たな出会いを生むきっかけを期待するものである。この試みは、柏駅周辺既に取り組まれており、その代表者をお招きして、「まちなか図書館」の効果についてもお話しいただいた。</p>
<p><b>7/22一コモンガーデン検討：枝豆収穫体験、ペーパークラフトの活用</b></p>	<p><b>STEP2 主体的利活用一農家との連携によるレンタルファームの試み</b></p>
<p>地域の小学生に参加を呼びかけた結果、小学生13名、幼児2名、保護者2名が集まった。近隣農家や地域の高齢者、学生も参加し、午前中はまずは互いを知ることを中心に、枝豆の収穫やその試食会を実施した。午後は、千葉大学学生が制作したみちくさ亭のペーパークラフトを用いて、各々に実現したいコモンガーデンを表現し、二人ずつ発表をした。時計や砂場、手洗い場に庇が欲しい、色とりどりの花、金魚鉢、鳥のエサ台等、様々なアイデアが出された。</p>	<p><b>3/24一種まき会</b>          農家のK氏より、開墾趣旨やタネを蒔く野菜の種類について説明を行った後に畑へ移動し、枝豆とトウモロコシの種まきを実施した。その後、みちくさ亭にて皆で茶菓を飲みながら、今後の進め方や、手入れの仕方について話した。</p>
<p><b>8/19一コモンガーデン作り：立水栓のデコレーション、プラ板暖簾の制作</b></p>	<p><b>6/16一収穫祭</b></p>
<p>1回目の参加者を含む小学生10名のほか、近隣農家や高齢者、学生の参加により実施することができた。7月の検討会を受け、コモンガーデンの整備においては水がキーワードとなることを見出された。そこで午前中は、屋外立水栓のデコレーションを、みちくさの利用者から集めた廃棄食器によるモザイクタイルによって行った。午後は、屋外に貼るための暖簾を、プラ板を用いて全員で制作した。</p>	<p>収穫時期になっていたジャガイモを全員で掘り起こした。その後みちくさ亭にて、町内有志による蕎麦打ちの実演、スタッフが準備してくれたジャガイモと蕎麦を用いた料理を囲み、皆で食事を楽しんだ。最後に農家のK氏、代表の布川氏、参加者から感想の発表を得た後に、アンケートを実施した。</p>
<p><b>8/30-9/2一工務店による改修工事</b></p>	<p>大工等、プロでない困難な部分について、地元工務店による改修工事を実施。</p>
	

図2-2 リノベーション・利活用に関する活動の詳細

とがわかった。ただし、みちくさ亭に寄らずに畑だけに訪れた者も2名いる。うち1名は、仕事の都合で定休日しか活動できなかったことが理由であり、土日や夜間の活動を希望している。また、畑道具の貸し出し希望も聞かれ、庭の物置を活用して貸し出すこととした。

#### 4. みちくさ亭の利用者の特徴とその効果

取り組みの効果や、みちくさ亭の利用者特性を捉えるために、リノベーションを実施した2018年9月より、月～木曜日、月最小8日・最大18日間のカフェ利用者（スタッフ7名を除く）の立場やアクセス手段についてスタッフが記録をとった。アクセス手段を調査したのは、近隣居住者か否かを捉える上でスタッフの目視で確認可能

であり、利用者の抵抗感なくできると考えたためである。

#### 4.1 リノベーション前後の利用者の実態

1日あたりの利用者数は20人前後で推移しており、お披露目会直後の11月は一時的に増えている(図4-1)。アクセス手段別では、2018年9、10月は徒歩平均8.3%・自転車12.5%に対し、2019年11月以降は、徒歩13.5%・自転車16.3%であり、特に徒歩が増加している。

立場別に捉えても本人やケアラーに同様の特徴が見られる(図4-3)。つまり、近隣に居住する本人やケアラーの利用が11月以降に増えていようことがうかがえ、一定程度リノベーションの効果があつたものとみられる。

しかしながらその後、ケアラーは、1月から4月にかけて徒歩や自転車の割合が減少するに伴い、1日当たり



図2-3 リノベーションの内容

の平均人数も減少、その後5月以降元の水準に戻る等安定するわけではない。また本人・ケアラーとも2019年8月は2018年9月並みに、徒歩や自転車利用が減少する。この一因には、気候の影響もあるものと推測される。

#### 4.2 みちくさ亭の利用者の立場の特徴

立場別の割合は概ね一定しており、平均して本人20.5%、ケアラー13.3%、一般56.7%、専門職6.6%、その他2.8%である(図4-2)。アクセス手段と立場の組み合わせで捉え直すと、車利用は平均して本人36.1%、ケアラー75.4%、一般77.3%である(図4-3)。つまり、広域からのケアラーや一般の中に、近隣の本人が同席している場面が多いことがうかがえる。

また、新規利用者が毎月一定数見られ、平均して毎月の利用者延数のうち、本人8.9%、ケアラー18.2%、一般21.8%である。また数にして、調査した13ヶ月間に本人58人、ケアラー77人、一般393人に上る。つまり、一般客やケアラーを中心に、適度にメンバーの入れ代わりが起こっていることがわかる。

#### 4.3 ケアラーサポートの内容と効果

みちくさ亭でのケアラーサポートの内容、並びに以上に示した利用者の多様性によって実現できている具体的な効果について、布川をはじめとしたスタッフや利用者らへのインタビュー調査に基づいて捉える(表4-1)。

##### 1) ケアラーサポートは傾聴を中心に展開する

みちくさ亭では、ケアラーの思いに寄り添うことを最重視しており、布川による傾聴講座を受講した7名のスタッフ(ボランティア含む)が、カフェに常駐している。新しい利用者が訪れた際には声をかけ、飲食をしながらカフェでは自然と傾聴が始まる。それを耳にした一般客

が加わる時であれば、希望がある場合は、別室へ移り、傾聴が行われる場合もある。

##### 2) ケアラーでもあるスタッフの役割と効果

ケアラーでもあるスタッフAは経験提供や傾聴の役割を担うが、同時に自分にとって息抜きの場となっていると話す(表4-1)。また、ボランティアスタッフDは、みちくさ亭で相性の良い作業療法士と出会い、新たに訪問リハビリサービスを利用するに至る。厨房を任されているスタッフEは、かつて20代で二人の子を育てながら、同居する父母の介護をしたダブルケアラーであったが、今ではカフェで傾聴スタッフも担う。

##### 3) 認知症・若年性認知症本人とそのケアラーのサポート

毎週訪れる常連客のBは、一人で行ってこられることも頻繁な高齢の認知症本人である。診断を受けて7年経つが、かつて建具職人であった技術を生かし、日曜大工や包丁研ぎなど、多様な役割を担う。ケアラーである妻とスタッフが連絡を取り合い、見守りを行っている(表4-1)。

ボランティアスタッフのCは、若年性認知症であり、一般客のロコミが本人やケアラーのサポートに繋がった。一般的に若年性認知症本人は居場所が少ないが、Cもその一人であった。自ら希望して配膳スタッフとして運営をサポートする。働くケアラーであるCの娘に代わり、みちくさ亭は日中の地域との橋渡しも担っている。

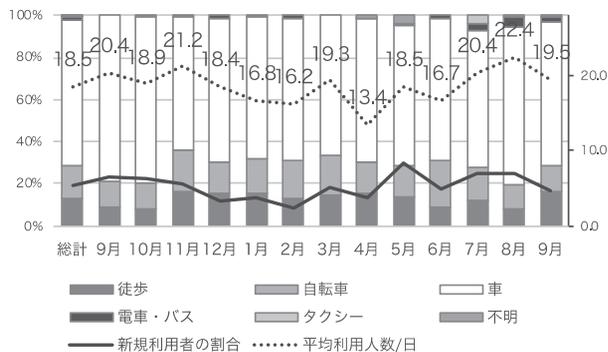


図 4-1 利用者のアクセス手段

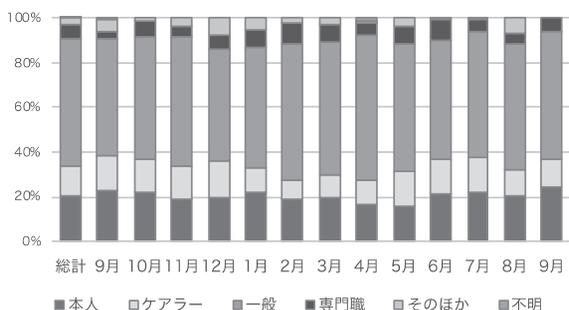


図 4-2 利用者の立場

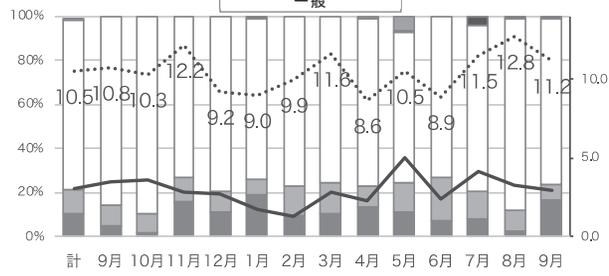
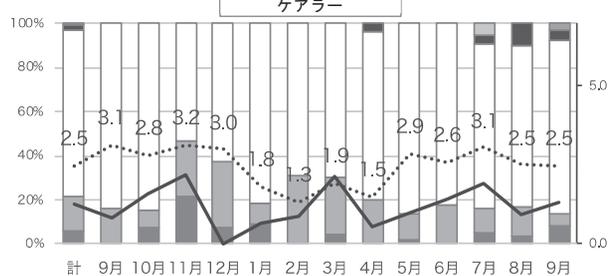
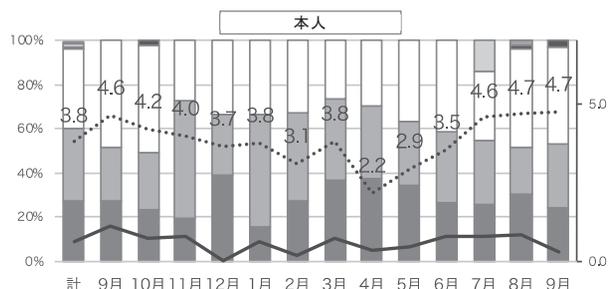


図 4-3 立場別アクセス手段, 新規割合, 平均人数

#### 4) 専門家との繋がり・専門家同士のコラボレーション

先述の通り、利用者の約 6%は専門家である。看護師、ケアマネージャー、歯医者、作業療法士、介護用具専門家、管理栄養士、行政書士等多岐に渡り、9 人の専門家は年に数回、無償で相談業務も行う。布川は専門家とのコミュニケーションを通して各々の得意分野等を把握し、ケアラーへ紹介する等コーディネーターも担う(表 4-1)。

さらに、カフェで出会った専門家同士のコラボレーションも生まれつつある。カフェでの利用者との雑談を通して、元気なうちから食事の様子をデータベース化し、将来的な食支援に生かす取り組みが試行されている。

#### 5) 一般利用者はランチ・出会い・いざという時の安心感

一般利用者は、ランチやマージャン等を楽しみに訪れており、特にケアラーや認知症サポートへの意識が高いわけではない。しかしながらここで過ごすうちに自然と知識が入っており、また「いざという時、何かあったらみちくさにくれば良い」という安心感があると話す。

#### 5. ケアラーサポートの場の実態とみちくさ亭の位置付け

本章では、みちくさ亭での活動を相対化するために実施した、ケアラーサポートの場の実態を捉えるアンケート調査結果の分析を行う。先述 1.2 の通り、介護者支援は認知症カフェにも位置付けられている。そこで、自治体が公表する認知症カフェ等リストに掲載される場を対象とした。中でも、みちくさ亭のようにカフェ事業を行うサポートの場の特性を捉えるため、コミュニティカフェが盛んな横浜市を主要な対象とし、神奈川県を中心に調査票を配布、有効サンプル数は 70 件である(表 5-1)。

表 4-1 サポート内容や効果に関するヒアリング結果

スタッフ A 現役ケアラー 調査対象：本人	認知症の妻を 10 年以上介護するケアラー。スタッフとなったきっかけは布川の誘いであり、介護の空き時間を傾聴ボランティアとして過ごす。別の家族会等へ参加した経験もあるが、プログラムありきの会や一方的な講座は馴染まなかったという。妻を連れてみちくさ亭を訪れることもある。みちくさ亭でのケアラーとの会話を通じて、自分自身も息抜きができていて、ほっとするという。
利用者 B 認知症本人 調査対象：布川	認知症と診断を受けて 7 年を迎える日は、みちくさ亭を毎週訪れる常連である。かつて建具職人であった技術を生かし、セルフリノベーションでは濡れ縁の嵩上げやみちくさ文庫用本棚の扉の設置等、重要な役目を行った。 また日常的にはみちくさ亭にて包丁研ぎを行っており、利用者からの注文に応じたり、網戸の貼り替えも担当。また毎週の健康マージャンも楽しみに訪れる。みちくさ亭と自宅の往復に際して、ケアラーである妻が同行する時もあれば、しない時もある。同行しない場合、スタッフは妻と連絡を取り合い、見守りを行なう。
ボランティアスタッフ C 若年性認知症本人 調査対象：布川	みちくさ亭でボランティアスタッフとして働く C は、若年性認知症である。週に 3 日みちくさ亭でカフェボランティアスタッフとして働き、週に 2 日はデイサービスに通う。きっかけは、C の知人の知人である一般客が、みちくさ亭のカフェ常連であり、その者の口コミで C が別の知人に誘われてみちくさ亭を訪れたことに始まる。 一般的に若年性認知症本人は居場所が少ないと言われる。デイサービス施設を利用する事はできるが、高齢者が多く集う場所は馴染まず、また何もできない訳ではないため、本人やケアラーの心情的にデイサービス等施設は居場所になり難いためだ。C もその 1 人であった。「料理を作ったり、お茶を出したり、やったことがあるからやりたい」と自ら希望して配膳等を担い、症状を理解するスタッフらとともに過ごす。働くケアラーである娘は、「ここに来て笑うようになった」と話す。 C が日中みちくさ亭で過ごしていることは、地域住民も知っている。そのため地域住民が C への対応で困った時は、みちくさ亭へ連絡がある。つまり、日中働くケアラーに代わって、地域との橋渡し、調整役も担っている。
ボランティアスタッフ D 現役ケアラー 調査対象：本人	車椅子生活の娘を 10 年来介護するケアラーである。みちくさ亭へは、知人とランチに訪れたのがきっかけであり、月に 1 回から 2 回、厨房ボランティアを担う。 娘の回復と自立を目指して奮闘する中、みちくさ亭で相性の良い作業療法士と出会い、新たに訪問リハビリサービスを利用するに至る。
スタッフ E 元ダブルケアラー 調査対象：本人	かつて 20 代で二人の子を育てながら、同居する父母の介護をしたダブルケアラーの経験を持つ。今は介護も子育ても一段落しているが、そんな折、みちくさ亭を地域新聞で知り、関心を抱いた。まずは友人とカフェに訪れた E は、布川との対談を通して、力になりたいと考えた。今現在は、別途従事する仕事もみちくさ亭を中心にスケジュールを調整し、得意とする厨房を担当しつつ、介護経験を生かして、みちくさ亭を訪れたケアラーの傾聴も担っている。
夫婦 F 一般 調査対象：本人	設立当初からの常連客。毎週決まってランチを食べに訪れる。「安くで美味しくてパランスが良い」事に満足している。またおしゃべりも楽しみの 1 つであり、地域ではなくみちくさ亭で知り合った近所の人も数名いるという。介護経験はないが、みちくさ亭での学びを、地域自治会での介護予防の活動等に生かしている。口コミを広げる 1 人でもあり、みちくさ亭の利用はいざという時の安心感にも繋がっていると話す。
独居高齢者 G 一般 調査対象：布川	普段はマージャンを楽しみに訪れる一般客で高齢独居の G も安心感を挙げる。みちくさ亭でのスタッフらとのコミュニケーションを通して徐々に信頼関係が構築され、今では自宅で困り事があった際にも相談できるに至っている。

#### 5.1 ケアラーサポートの場の運営実態

##### 1) 運営主体と開催場所の関係

全国的な認知症カフェの実態調査によれば(以下、全国調査)<sup>注 1)</sup>、運営主体で最も多いのは地域包括支援センター 33.9%であり、本調査でも 11 件/70 件が該当する。これを含め、介護・医療関係施設の運営法人が運営主体である例が 4 割を占めるが、一方で任意組織や複数組織の共同も 48.6%と同程度見られる(表 5-2)。なお、みちくさ亭のような(介護・医療関係施設の運営主体を除く)NPO 法人は、みちくさ亭を含め 3 団体のみであった。

開催場所は介護・医療関係が 5 割で全国調査と同様の傾向であるが、カフェ等飲食のできる場でも 14 件(19.7%)に上り、全国調査結果 6.1%を大きく上回った。

運営主体との関係を捉えると、運営主体所有の場を活用する例が中心であると言える。みちくさ亭のような飲食可能なカフェで開催しているのは、NPO 法人や任意 or 共同組織が中心であり、住み開きも 5 件見られる。

##### 2) 開催頻度

全国調査では月 1 回が 76.8%であるが、今回調査でも 6 割が月 1 回、月 2 回以上は 2 割にとどまっている。

##### 3) 運営にかかる主な財源とスタッフへの報酬

最も多いのは参加費 63.4%、次いで公的補助金 40.0%であり、全国調査と同程度である(表 5-3)。一方法人予算を挙げたのは介護・医療関係の運営主体が中心である。

スタッフへの報酬があるのは 21.4%であり、運営主体別では介護・医療関係では 1/4 に上るが、これはカフェの運営を業務の一つとして位置付けているためである。

##### 4) 開設費用と空き家等活用の関係

開設費用“無し”が 33 件(46.5%)を占める(表 5-4)。開催場所によって傾向が異なり、介護・医療関係施設や公共施設には“無し”、或いは 10 万円未満が殆どである。しかしながら、カフェ等では 10 万円台以上が 17 件

表 5-1 アンケート調査の概要

調査対象	対象 1: 2019 年 7 月 1 日、神奈川県が公表する「認知症カフェ、本人・家族のつどいのご案内」リストに掲載されている事例を対象に調査票を 220 部発送。
配布時期と方法	対象 2: 2019 年 7 月 7 日に開催された、千葉県認知症&ケアラズカフェ連絡会主催のシンポジウム受付にて 77 部配布。
回収方法	2019 年 8 月末までに郵送にて 71 件回収(回収率 23.9%)
回収数・有効数	有効サンプル数 70 件 ※ケアラーや認知症向け事業ではないと回答した 1 件を除く。

表 5-2 運営主体と開催場所の関係

	運営主体						計
	介護医療関係	公共	NPO ワーカーズ	学校 法人	任意 or 共同	個人	
開催場所	デイサービス・デイケア	1				4	5
	特養・老健	4					4
	介護 GH・小規模多機能	5				1	6
	病院等医療機関	4				1	5
	医療圏 包括・介護事業所	8				1	10
	施設 有料老人ホーム	1				2	3
	高住	1				1	1
	薬局	2				2	2
	公共 コミュニティスペース		1			4	5
	施設 社会福祉協議会					1	1
	同地業会所・町内会館	2				7	9
	カフェなど飲食のできる場	2	1	2		4	9
	カフェ // (住み開き)	1		1		2	1
等 飲食を伴わない商業スペース					1	1	
事業所事務所					1	1	
その他					1	1	
寺					1	1	
専門学校					1	1	
計	28	2	3	1	34	2	70
	40.0%	2.9%	4.3%	1.4%	48.6%	2.9%	100.0%

中9件を占めている。その内訳は、30万円台までは家具等の什器、のぼり旗や看板の購入が主である(表5-5)。一方、空き部屋活用の住み開きでカフェ等を始めた例では、100~200万円台を要している。飲食店営業許可をとるための厨房改修、あるいは駐車場を改修して駄菓子屋を営むなどの改修工事を行ったためである。さらに、介護医療関係施設の運営法人やNPO法人による改修においては1000万円台を要しているが、多くの補助金等を受けている。そして、100万円台以上の6件は、いずれも週に4日以上で常設型でカフェ等を営んでいる。

## 5.2 利用者の内訳と開催場所・頻度の関係

ケアラーサポートの場の1月あたりの利用者におけるケアラー並びに認知症等本人の割合について問うた結果、61件より回答が得られた(表5-6)。組み合わせで5タイプに分けることができ、「④利用者ミックス」や「⑤ケアラー中心」が、ケアラーサポートを担えていると言える。

これらは開催場所と頻度によって分布が異なる(図5-1)。全体の23.0%(14/61件)が「①ケアラー・認知症等本人無し」であるが、場所別では介護医療施設、公共施設等の順に多く、特に前者は約1/3が「①無し」である。

表5-3 運営主体別運営に係る主な財源とスタッフへの報酬

	運営主体						計
	介護・医療関係 28	公共 2	NPO法人 ワークス 3	学校法人 1	任意or共同 34	個人 2	
運営参加費	20 71.4%	1 50.0%	-	-	23 67.6%	1 50.0%	45 64.3%
公的補助	7 25.0%	-	3 100.0%	-	18 52.9%	-	28 40.0%
民間助成金	2 7.1%	-	1 33.3%	1 100.0%	1 2.9%	-	5 7.1%
法人等予算	11 39.3%	1 50.0%	1 33.3%	-	3 8.8%	1 50.0%	17 24.3%
寄附金	5 17.9%	-	1 33.3%	-	6 17.6%	-	12 17.1%
スタッフへ報酬有りの例	7 25.0%	1 50.0%	2 66.7%	-	5 14.7%	-	15 21.4%

表5-4 開催場所と設立時費用総額

	開催場所						計
	介護医療関係施設	公共施設	集会所等	カフェ等	寺	専門学校	
無し	20	4	4	3	1	-	32
1万円未満	1	-	-	1	-	-	2
5万円未満	5	1	1	3(1)	-	-	10
10万円未満	5	-	1	1	-	-	7
10万円台	1	1	3	2(1)	-	1	8
20万円台	1(1)	-	-	1(1)	-	-	2
30万円台	-	-	-	1(1)	-	-	1
100~200万円台	1	-	-	3(3)	-	-	4
1000万円台	-	-	-	2(2)	-	-	2
不明	2	-	-	-	-	-	2
計	35(1)	6	9	17(9)	1	1	70

※( )内は、空き店舗・空き家・空き室・空き部屋活用の内数を示す

表5-5 設立時費用総額10万円以上の費用等内訳

開催場所	運営組織	開催場所権利関係	空き家等の別	開催場所の詳細	開催頻度	開設費用総額	補助金	自己資金	寄附金	法人予算	開設費用内訳と調達先詳細
介護医療関係施設	任意or共同	利用料	-	有料老人ホームを含む複合施設内のコミュニティスペースを利用	週に1回	10万円台	○	-	-	-	工事無し
	任意or共同	無償提供	施設の空き部屋	GH内の空き部屋にて実施	週に1回	20万円台	-	-	-	○	工事無し(家具や棚等購入)
	介護・医療関係	賃貸	-	介護事業所にて高齢者集いの場を実施	週に5回	100~200万円台	-	○	-	-	工事無し(家具や棚等購入)、NPO法人会費活用
公共施設集会所	任意or共同	無償提供	-	コミュニティ施設改修室	月2~3回	10万円台	○	-	-	-	工事無し
	任意or共同	無償提供	-	町内会館	月2回	10万円台	○	-	-	-	工事無し(家具や棚等購入)
	任意or共同	無償提供	-	町内会館	月1回	10万円台	-	○	○	-	工事無し(電子ピアノ、コーヒーマーカー購入)
	介護・医療関係	利用料	-	団地集会所	月1回	10万円台	-	-	-	-	工事無し、業務委託費
カフェ等	任意or共同	無償提供	-	リハビリステーション事業所事務所(事業所は別場所)	月2~3回	10万円台	○	○	-	-	工事無し(のぼり旗やシンボル看板)
	介護・医療関係	賃貸	空き家	他団体が運営していた認知症カフェ引継ぎ	週に1回+1	10万円台	○	-	-	-	DIY、シンク設置等は引き継ぎ前の団体が行った
	公共	利用料	空き家	飲食店所有の空き家利用	不明	20万円台	-	-	-	○	工事無し
	任意or共同	所有	空き部屋(住み開き)	自宅一部を住み開き、週1回コミュニティカフェを運営	月1回	30万円台	-	○	-	-	工事無し(オープンや食器、ケーキの型購入)
	NPO,ワークス	賃貸	空き部屋(住み開き)	自宅一部を住み開き、週4日営業	週に4回	100~200万円台	-	-	-	○	改修工事(厨房保険所認定)、家具購入
	個人	所有	空き部屋(住み開き)	自宅一部を住み開き、週3日営業	週に3回	100~200万円台	-	○	-	-	改修工事(厨房保険所認定)、家具購入
	任意or共同	無償提供	空き部屋(住み開き)	車庫を駄菓子屋に住み開き、週6日営業	月1回	100~200万円台	-	○	-	-	改修工事、自宅の車庫を駄菓子屋に改修
	介護・医療関係	賃貸	空き家	コミュニティカフェ、介護予防事業、週5日営業	週5日	1000万円台	○	○	○	1	改修工事、補助金1000万円と仲間の出資
	NPO,ワークス	賃貸	空き家	コミュニティカフェ、週5日営業	不定期	1000万円台	○	○	○	-	改修工事
専門学校	学校法人	所有	-	建物内のラウンジを借用	月2~3回	10万円台	-	-	1	-	工事無し

一方、カフェ等には相対的にケアラー、本人、そして一般が「④ミックス」した利用が多いのが特徴である。また、ケアラーが70%以上を占めるタイプ⑤4件のうち2件も、カフェ等に該当する。

## 5.3 みちくさ亭の位置付け

まず、介護・医療関係の事業を営んでいないNPO法人が、ケアラーズカフェ・認知症カフェのみの事業で継続していること自体が、特殊であるようだ。その要因として図2の通り、人件費や家賃に対して、公的補助のある点が極めて大きいと言えよう。

ケアラーサポートの場として、少なくともケアラーの利用があるのは全体の2/3、中でも利用者がミックスしている状態は全体の6割であり、みちくさ亭はこれを実現できている中の1事例である。

## 6. 座談会「地域で担うケアラー・認知症サポート」

### 6.1 実施概要

公共ではない、市民による身近なコミュニティカフェだからこそ実現できるケアラー・認知症サポートについて議論することを目的に企画した。そのため、コミュニティカフェが盛んな横浜市で開催することとした。募集は、(表5-1)のアンケート配布と同時にを行い、参加条件として「ケアラーや認知症の方のサポートを行なっている方、或いは今後行なっていきたいと考えている方」とした。当日は台風15号上陸間際であり、開催も危ぶまれたが、26名が参加、ファシリテータ4名を含め、全30名の運営者による座談会を開催することができた(表6-1)。

表5-6 ケアラー・認知症等本人の利用者に占める割合

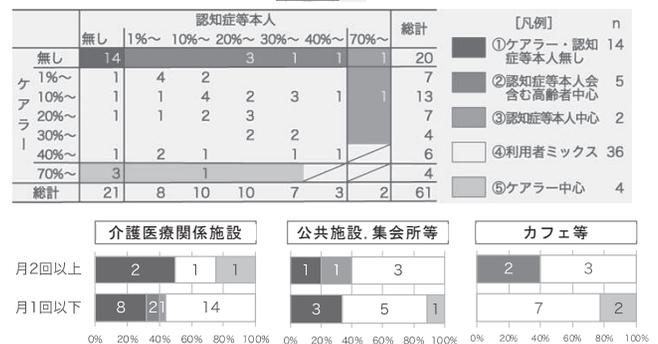


図5-1 開催場所と頻度別の利用者タイプ

## 6.2 座談会のテーマと得られた知見

座談会は5グループに分かれて実施した。一連の実践とアンケート調査を通して得た問題点を座談会テーマとして設定し(表6-1)、90分間のグループワークの後に課題や対応策のまとめを代表者1名が発表する形式とした。

### 1) 場所：多様な場所を活用・近いことがベストでない場合もある・存在の周知も必要

駅近が良い、なるべく生活圏にあるのが良い。しかし、近すぎない距離も大切。遠いところが良いのは初期の人やケアラー、重い人は近く徒歩圏内が良い。図書館、おしゃれなカフェ、保育園や幼稚園、銀行、図書館が理想。

また、カフェやデイサービスと併用・混在の方が、いろんな人がいて偶然性も期待できる。

立地よりも、場所の必要性を理解してもらうことが。まずは日常生活圏で周知することが重要だろう。

### 2) 頻度：担い手の負担考慮の必要・他カフェと連携でカバーする・サポート体制があれば常設でなくても良い

エリア内に点在していることが周知されること、そしてこれらの開催日がずれると、エリア全体としては月に数回開催されていることになる。担い手の負担も考慮する必要があり、継続のためには月1回が現実的である。常設でなくても良い、ケアラーや本人とのつながりが確保できれば良いので、インターネット等相談できるツール等があれば良い場合も。ただし、緊急時・24時間体制では担い手もきつい。公的機関へ繋げることも必要。

### 3) 内容：ケアラーと本人と一緒に来れる場・楽しみと悩み相談両方必要・表向きは一般のカフェとした方が良い

初めは本人もケアラーも一緒に訪れることができた方が来やすい。慣れて信頼関係ができれば、二人を分け、それぞれに過ごすことができるようになる。

何より大切なのは、傾聴、じっくり話を聴けることが公共の窓口との大きな違い。おしゃべりやカラオケ等楽

表6-1 座談会の概要

日程	2019年9月8日(日)
場所	横浜スタジアム前 第二会議室(横浜市中区佐吉町1-2)
プログラム	13:30～: スタート、趣旨説明
	13:40～: 事例紹介「居場所としてのケアラーズカフェ認知症カフェの動向」 講師 佐藤将之(早稲田大学 准教授) 熊谷総一郎(同研究大学院生)
	14:00～: グループワーク
	15:30～: 発表会・まとめ
	16:00～: 交流会 16:30 : 終了
ファシリテーター	岩瀬 はるみ(ケアラーズカフェ/オレンジカフェ KIMAMA・主宰) 上野 美知子(ケアラーズカフェ Co もれび・主宰) 前澤 弘子(認知症わかり合いの会・主宰) 布川 佐登美(ケアラーズ&オレンジカフェみちくさ・主宰) 熊谷 総一郎(前掲)
出席者 内 訳	総勢 37名: 認知症カフェ・ケアラーズカフェ運営者(26名)、ファシリテーター(4名、学生を除く)、講師(2名、うち1名大学院生) 委員代表(1名)、事務局(4名)
座談会 テーマ	1) 場所: ケアラーの日常生活圏にカフェはあるのか 5.2の通り、開催場所は介護医療関係施設や公共施設が主である。しかしながら、介護者の半数は50歳代以下である。2) 医療・介護施設や公共施設での実施は、運営者都合で決まっている側面が強く、日常的には利用しないケアラーも多いことが予測され、ケアラーには届きにくい場所で開催されていることが問題視される。
	2) 頻度: 常設ではなく、月1回開催で支えを担えるのか 5.2の通り、6~7割強のカフェが月1回の開催である。しかしながら、そのターゲットであるケアラーは時間に拘束されている。行きたい時間、動ける時間は限られているにも関わらず、一般的な認知症カフェやケアラーズカフェは、選択制のある開催頻度とは言えない。アンケート調査でも1/4が、ケアラーや認知症本人の参加が「無し」であった(表7)。
	3) 内容: ケアラーや認知症本人の支援実現のための活動 地域に開かれた場であるコミュニティカフェに期待される役割は、介護度の低い時期、あるいは認知症が否か判断できない時期のケアラーや本人をサポートする活動もあると考えられる。しかし中には、介護予防やミニデイサービスを主とする団体も存在する。これが本来に望ましいのかどうかの検討を、3つ目のテーマとした。

しみも必要だが、そのみの場では、悩みは話しづらい。

一方、“認知症カフェ”の名称を掲げると入りづらいという声もある。一般のカフェになるのが理想的である。

## 7. まとめと考察

設定した3つの目的別に、一連の活動から得られた知見、並びにそれに基づき考察できる事項を整理する。

### 7.1 ケアラーズカフェ定着への方法論と課題

#### ・開放型リノベーションや主体的利活用は一定の効果

スタッフへのヒアリングを通して、通りとの視線交流が可能になったことで声をかけてくる者が増加したこと、広く明るく使い易くなった等の評価が聞かれた。また実際に、徒歩や自転車利用で、近隣居住者とうかがわれるケアラーや本人が、リノベーション直後に増加したことが、利用者調査を通して明らかとなった。

しかしながら、アクセス手段に基づく調査は、気候や移動能力の影響を受けやすいことが推測され、本手法に基づく居住エリア推測には、限界があると考えられる。

#### ・傾聴を中心に展開する長期的なケアラーサポート

みちくさ亭で展開されているケアラーサポートは、傾聴を中心に図7-1のように整理できる。認知症等認定を受ける前から、介護等を終えた後のグリーフケアの期間まで、また認知症等本人の居場所を提供することを通じた間接的なサポートにも及ぶ。これらは、医療・介護など公的サービス提供主体ではない、民間の常設カフェだからこそ可能な内容であると考察される。

#### ・常設カフェ型はケアラーや認知症本人が訪れ易い

みちくさ亭利用者のうち、ケアラーは約1割、認知症等本人は約2割であった。このようにケアラーも本人も訪れる例は6割に留まり、両者とも無しが2割を超える。両者が訪れる場の特徴として、開催頻度が高く中でも常設型、場所はカフェ等の傾向が高いことを指摘できた。

#### ・常設カフェ型が困難な場合の解決法

しかしながら、常設カフェ型は人件費や家賃などの固定費回収、また担い手の負担の面でハードルが高いことが、アンケートや座談会を通して明らかとなった。公的補助の拡充が望まれるが、普及に向けてより気軽な方法でケアラーズカフェを開設・運営する方法として、住み開きによるお料理教室方式や、カフェ等飲食店との連携方式も有効であろうと考えられる、(表7-1)。開催頻度や活動内容が限定され易い側面はあるが、座談会で得ら

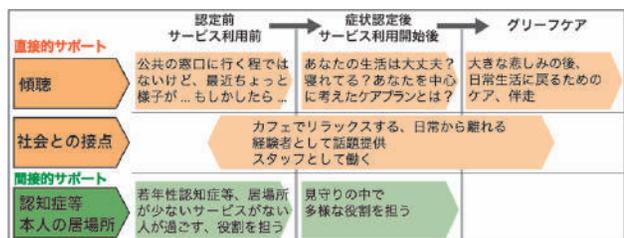


図7-1 みちくさ亭でのケアラーサポートの内容

れた各主体の連携、ICT ツールの活用、地域への継続的な周知ができれば、エリア全体ではケアラーにとって選択制のあるケアラーサポートが構築できる可能性がある。

## 7.2 ケアラーサポートを地域の居場所で行う意義

### ・多様な利用者が同席するみちくさ亭のカフェタイム

利用者調査より、みちくさ亭ではケアラーや認知症等本人のほか、一般 50%や、専門家 6%も同席していること、アクセス手段の結果も加えると、立場や居住エリアが多様な利用者が同席する状態であることを特徴とする

### ・常設型カフェだから可能な多様性の確保とその効果

利用者やスタッフらへのヒアリングを通して、次が考察できる。常設のカフェだからこそ一般を含む常連ができ、その中からサポートを強く意識せずとも、自然に入った知識から口コミで繋がるサポートの輪がある。また常設だから、ケアラーや本人の都合で訪れることができ、カフェだから（デイサービス利用のお客さんや家族会の当事者としてではなく）多様な役目を担うことができる。日常とは異なる自由な空間だから、ケアラーや本人も一息つける。またカフェだからこそ雑談の中で、新たな出会いやコラボレーションが生まれやすい。

## 7.3 空き家等活用で居場所づくりを行う魅力と課題

### ・場づくりへの合意形成がシンプルかつスピーディー

個人の所有物であるため、改修をはじめ場作りへの合意形成がシンプルかつスピーディーである。介護・医療等法人所有の施設や、公共施設では困難であろうと推察される。特にみちくさ亭は、運営代表者である布川が所有者でもあるため、よりその傾向が高まったと見られる。賃借の場合も、活動への理解や日常的なコミュニケーションがとれる状態であれば、可能であると考えられる。

表 7-1 カフェ型で展開可能なケアラーサポートの拠点タイプ

	空き部屋活用 住み抜き お料理教室方式 例：KIMAMA,Co もれび	空き部屋・空き家活用 常設カフェ営業方式 例：みちくさ亭	店舗空き時間・空きテーブル活用 飲食店連携方式 例：和みカフェ,Co もれび
開設費	○ 殆ど無し。食器や座家具、のぼり旗購入費程度。	△ 台所設備の増設費等 100～200 万円の負担有り。	◎ 殆ど無し。チラシやのぼり旗の購入費程度。
運営費・人件費・場所代	◎ 頻度にもよるが、無償ボランティアで可能。 ◎ 自宅であるため、場所代不要。	△ カフェ営業を継続するための人手と人件費確保必要。 △ 家賃負担。所有者理解が得られれば固定資産税相当で済む場合もある。	◎ 頻度にもよるが、無償ボランティアで可能。 △ 飲食・テーブル代のみで済む場合もあれば、家賃負担を求められる場合も。
ケアラーサポートの内容	△ 利用者や頻度が限定され易い。 △ 運営者自宅であるため、なわばり化は進み難い。 △ 活動拡大は期待し難い。	◎ ケアラーのタイミングで訪れ自由に過ごす事ができる。 ◎ 日常的に手を加えられ、なわばり化が進み易い。 ◎ 地域波及効果が期待できる。	◎ ケアラーの日常生活圏で開催できる。 △ 継続周知が無いと単発的イベントになってしまう。

表 7-2 本実践活動で得られた知見と考察結果

<p><b>1. ケアラーズカフェ定着への方法論と課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>開放型への住民参加による建物改修に一定の効果</li> <li>常設カフェ型は、ケアラーや本人が両方訪れやすい。</li> <li>常設カフェ型では、長期的かつ、直接的間接的なケアラーサポートができる。</li> <li>常設カフェ型が困難な場合は、住み抜きによるお料理教室型や、飲食店連携方式で気軽に開設する。</li> <li>カフェ同士が連携することで、エリア全体で多様性と選択制を向上させる。</li> </ul>	<p><b>2. ケアラーサポートを地域の居場所で行う意義</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ケアラーや本人にとって社会との接点</li> <li>一般者はいざという時の安心感</li> <li>一般者の口コミが、自然にサポートの和となる</li> <li>ケアの受け手ではない、多様な役目を担う</li> <li>雑談を通して生まれる新たな気づき</li> </ul> <p>子どもの貧困、障害者の居場所等、地域の居場所で特定目的の解決を目指す意義にも応用</p>	<p><b>3. ケアラーサポートを空き家活用で行う魅力と課題</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>場づくりへの合意形成がシンプルかつスピーディー</li> <li>日常的な場づくりが、住民共有のなわばり化を進める</li> <li>特に空き部屋活用の住み開きは初期費用を抑えて開設することができる</li> <li>制度上の不安定さが、思わぬトラブルに繋がることも</li> </ul> <p>空き家の福祉転用を進める上での魅力と課題にも繋がる</p>
--	---	--

### ・日常的に場作りが行われるためなわばり化が進み易い

その結果、日常的に手を加えることができるという特徴を持つ。企画したリノベーション以外にも日常的に手を加えられていたのは、2.3 の通りであり、このことが、利用者共有のなわばり化に繋がっていると考えられる。

### ・初期費用や家賃等維持費用を抑えられる可能性がある

ケアラーズカフェは、収益性の低い事業であるため、拠点の新設（新築）や維持に費用はかけられない。その場合、気軽に始められる方法として、特に空き部屋の活用による住み開きが有効であると言える。

## 7.4 今後の課題

以上、表 7-2 の通り整理できるが、残された課題として、1) ヤングケアラーやダブルケアラーへの浸透、2) カフェ等飲食店との連携の強化、3) 活動資金の確保として民間企業との連携、4) 空き家活用の制度上の取り扱いが不安定、ケアラーズカフェをはじめとした福祉転用は住宅に準ずる扱いとする政策提案、が挙げられる。これを実現すべく、今回新たに得られた運営者らとの横の繋がりを生かした活動を、今後展開したいと考えている。

## <謝辞>

本活動は、みちくさ亭のボランティアスタッフ、並びに筑波技術大学・千葉大学・早稲田大学学生の多大なる協力によって実施することができました。ここに記して御礼申し上げます。

## <注>

- 1) 筆者が 2018 年 11 月に実施した利用者へのアンケート調査では、徒歩や自転車で 20 分以内のアクセスは 23%に留まった。
- 2) 開業時に飲食店としての営業許可取得のために、台所の増築と駐車場の整備等で約 200 万円の増築・改修を行っている。

## <参考文献>

- 1) 日本ケアラー 連盟
- 2) 総務省統計局：平成 28 年 社会生活基本調査，2017. 9
- 3) 総務省統計局：平成 29 年 就業構造基本調査，2018. 7
- 4) 内閣府男女共同参画局：育児と介護のダブルケアの実態に関する調査報告書，2016. 4
- 5) NP0 法人介護者ネットワークセンター・アラジン：ケアラーズカフェ立ち上げガイド，2017. 12
- 6) 厚生労働省，認知症カフェの実態に関する調査研究事業報告書，H29. 3

## <研究協力者>

- 田中増七 みちくさ亭スタッフ  
 宮村寿一 みちくさ亭スタッフ  
 廣瀬幸子 みちくさ亭スタッフ  
 金子幸司 近隣農家  
 林田亜希子 NP0 法人参加型システム研究所