

多世代がつながる美と憩いの認知症カフェ

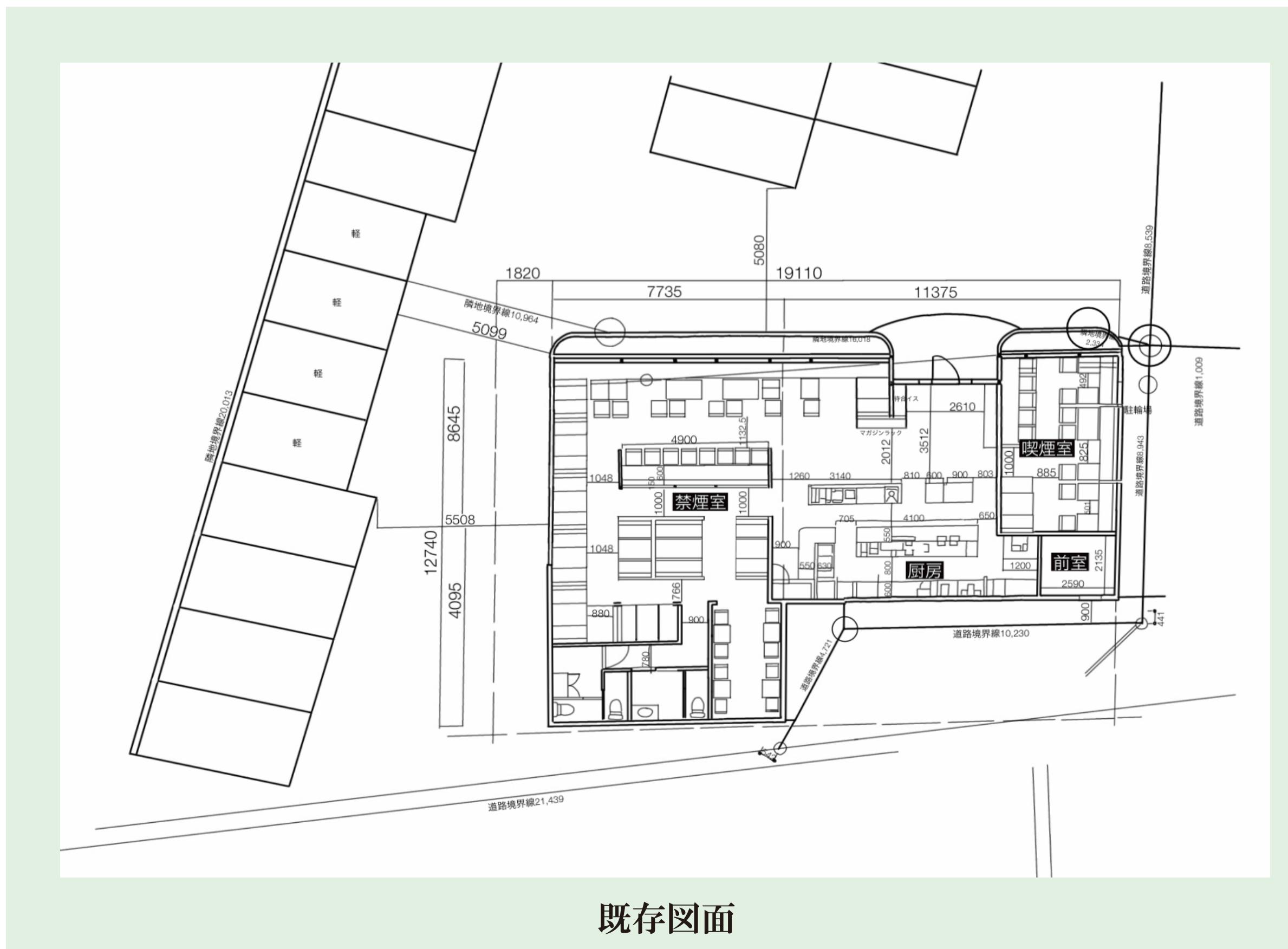
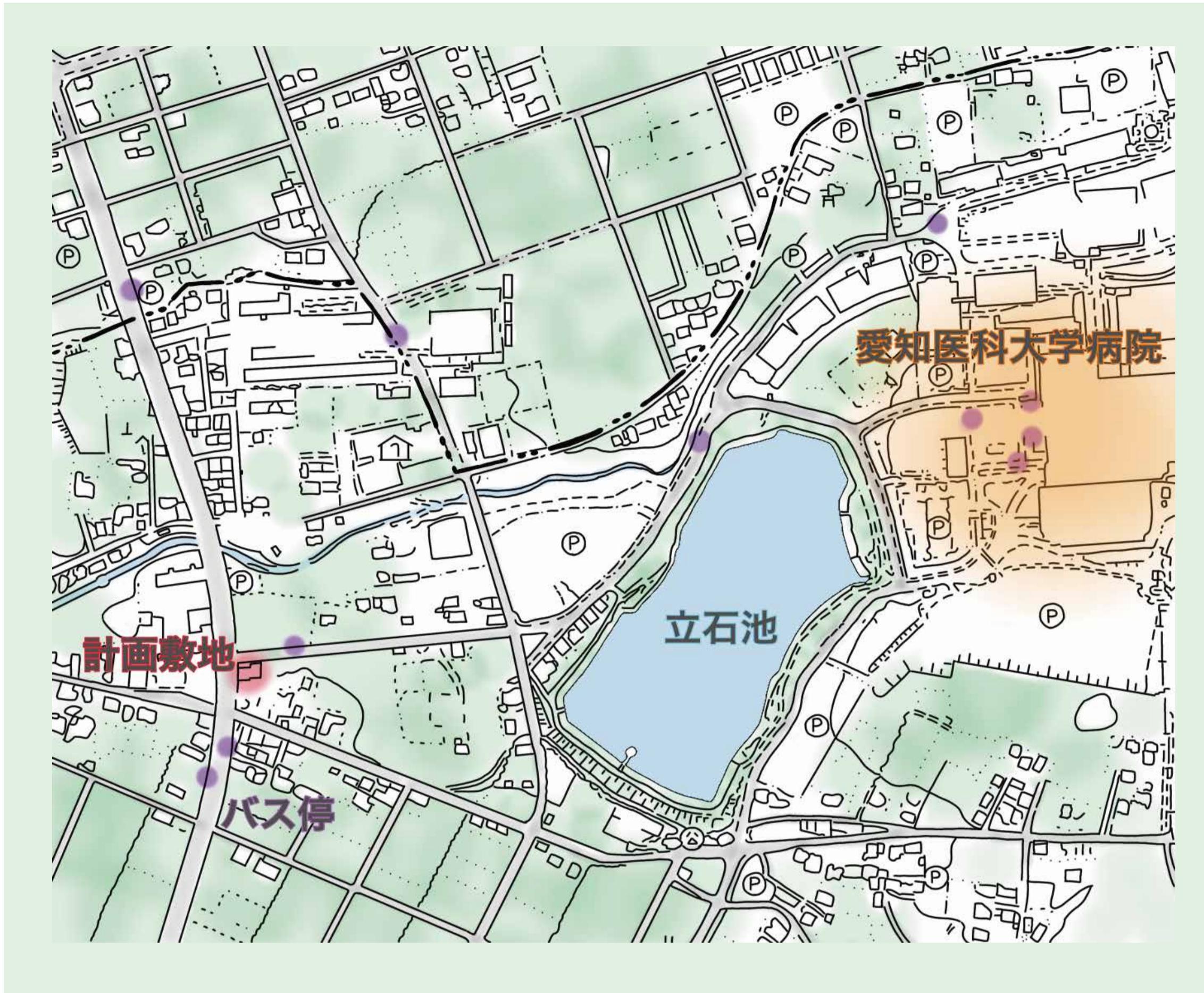


背景と目的

高齢化により認知症の人が増加している背景をふまえ、認知症の人やその家族が集まり、地域の人や専門家と繋がることのできる認知症カフェの実施により、認知症患者の孤立化が軽減され、自立しやすいコミュニティとなり、さらに認知症に関しての情報共有と相談が可能となっている。一方高齢者になっても美容を楽しむことは QOL を維持向上できる効果があり、見た目を綺麗にするだけでなく気持ちを明るくするなど精神的にも良い影響を与える。本研究では、美容を身近に楽しみながら認知症対策のできるカフェを計画する。



敷地



【住所】 愛知県長久手市岩作北山 34-6

【アクセス】 リニモ「はなみずき通」駅から徒歩 19 分

N バス「立石池」徒歩 1 分

名鉄バス「隅田」徒歩 3 分

立石池から徒歩 6 分

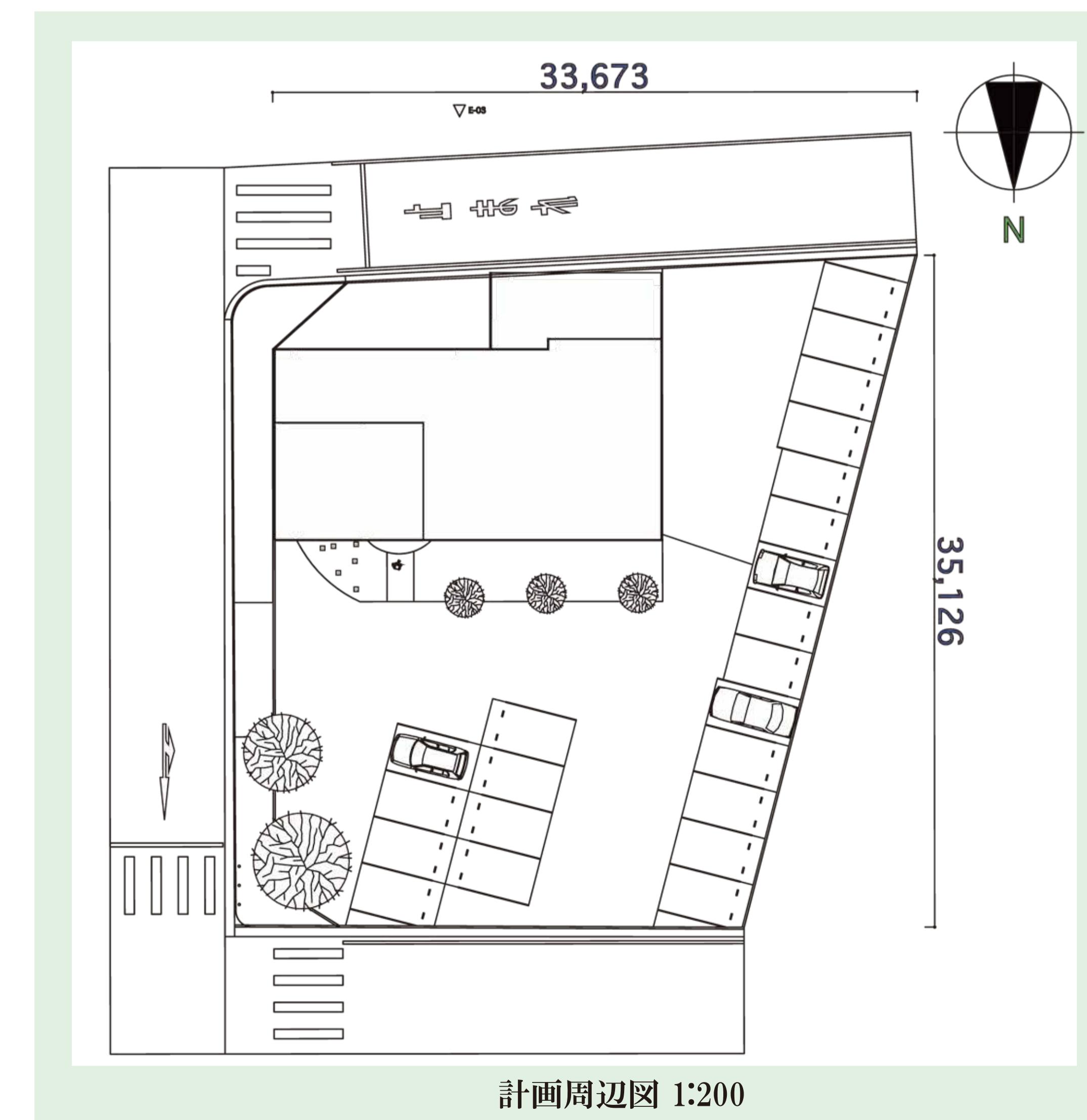
愛知医科大学病院から徒歩 13 分

【敷地面積】 約 1,183 m²

【改修後床面積】 約 200.55 m²

【特徴】

- 周辺には愛知医科大学病院や散歩に最適な立石池がある。
- 前面道路道には飲食店が多く立ち並び、車通りも多い。
- バス停が多くあり、通院の際や散歩の前後に立ち寄りやすい。



概要

認知症カフェについて

令和4年（2022年）時点で1,563市町村にて8,182カフェが運営されている。

オレンジプラン（2012年）

厚生労働省が単独で策定した「認知症施策推進五カ年計画」で、主な目的は認知症の人々がよりよい生活を送れるように、医療や福祉の質の向上を目指すこと。

新オレンジプラン（2015年）

厚生労働省を含む11の関連省が共同で策定した「認知症施策推進総合戦略」で、目的は認知症の人々が住み慣れた地域で、自分の意思を尊重し、できる限り自分らしく生活できるよう地域全体で支えることを目指すことである。住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、医療・介護・介護予防・住まい・生活支援が包括的に確保される「地域包括ケアシステム」の実現を目指す中で認知症について社会を挙げた取り組みのモデルを示していくものである。

➡この戦略の一環として認知症カフェの設置が推進されている

都道府県別実施状況（設置カフェ数）					
都道府県	カフェ数	都道府県	カフェ数	都道府県	カフェ数
北海道	326	石川県	169	岡山県	152
青森県	84	福井県	50	広島県	268
岩手県	139	山梨県	61	山口県	110
宮城県	244	長野県	159	徳島県	63
秋田県	117	岐阜県	183	香川県	76
山形県	114	静岡県	191	愛媛県	65
福島県	167	愛知県	569	高知県	122
茨城県	133	三重県	120	福岡県	260
栃木県	70	滋賀県	83	佐賀県	40
群馬県	189	京都府	160	長崎県	66
埼玉県	470	大阪府	460	熊本県	145
千葉県	253	兵庫県	385	大分県	88
東京都	598	奈良県	98	宮崎県	64
神奈川県	404	和歌山県	63	鹿児島県	162
新潟県	152	鳥取県	55	沖縄県	87
富山県	86	島根県	62	計	8,182

厚生労働省 令和4年度実施調査
<https://www.mhlw.go.jp/content/001253589.pdf>

美容について

- 若者層に限らず40代～シニア層の美容クリニックの利用者が増加している。
- 男女問わず美容への関心が高まっている。
- 美容クリニックの数は2020年から2023年の3年間で40%以上増加している。
- SNSなどの発展により自分の外見や身だしなみに対する意識が高まっている。

その中でも美容クリニックで受ける専門的な施術よりも簡単で、日常に近い初歩的な内容とし、美容を身近に感じてもらうことを目的とした。

①ネイル

- 色やデザインが持つ心理的影響力
- 季節やイベントに合わせた多様なデザインを取り入れることで、一年を通して季節の変化を感じるきっかけとなり、認知症の一つの症状に時間や季節の感覚が低下する部分の対策になる。
- 爪が美しく整うことで自信につながり自己肯定感の向上が期待できる。

②フェイシャルエステ

- 施術中の心地よい環境やマッサージにより心身がリフレッシュされ、睡眠の質向上や自己肯定感の向上が期待できる。
- 美肌、小顔効果

効果が出る

自己肯定感が上がる

積極的に外出する

人と交流する機会が増え社会とのつながりを保つ

調査

問：社会福祉協議会地域包括支援センター

愛知県内の認知症カフェ2カ所において、参加者にカフェへの交通手段やどのような空間が良いのかなどインタビュー調査を行った。

①長久手の喫茶オレンジ

6月7日（土）14:00～

福祉の家2階 集会室



・開催日 第1土曜日 14:00～16:00

・参加費 100円

・交通手段 バス、徒歩、車

・参加人数 28人

・立場 認知症の方、介護者

・雰囲気

それぞれが会話を楽しんでいてとても賑やか

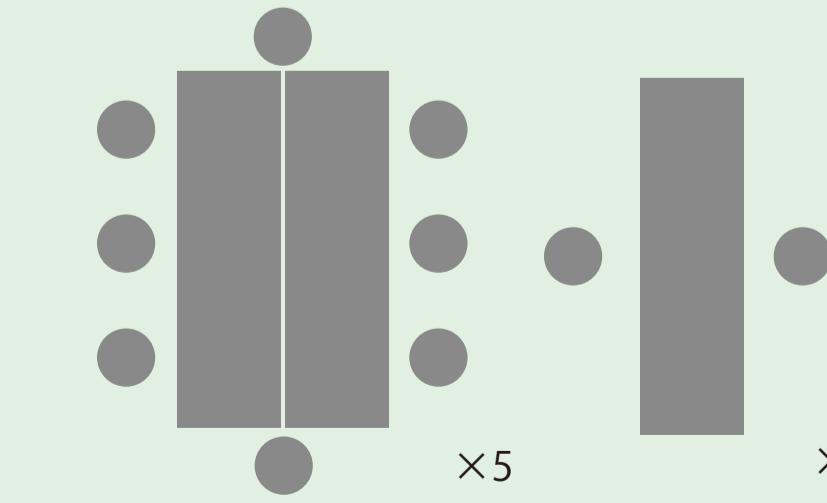
お話以外にトランプ、別卓でネイルをしていた

・あると良い空間

人と関わるコミュニケーション

・嬉しい行動

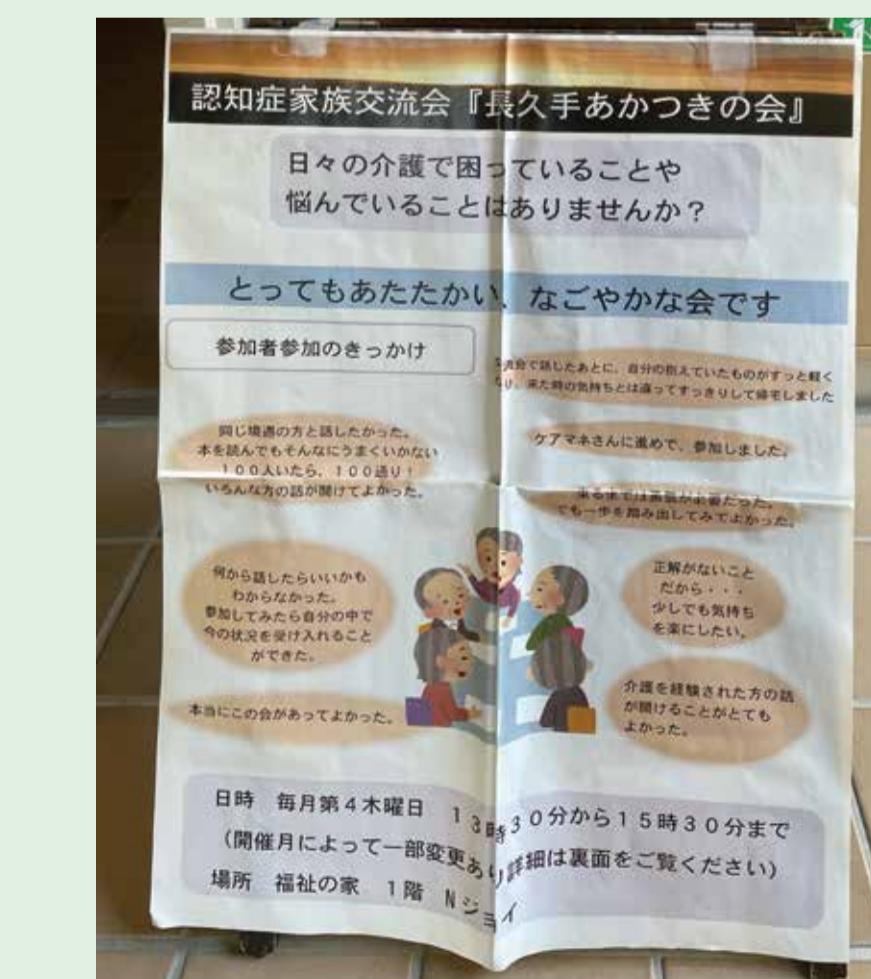
優しく声をかける、話しかける



②「あかつきの会」～認知症家族交流会～

7月24日（木）13:30～15:30

福祉の家1階 N-ジョイ



・開催日 第4木曜日 13:30～15:00

・参加費 100円

・交通手段 バス、徒歩、車

・参加人数 11人

・立場 認知症の方、介護者

・雰囲気

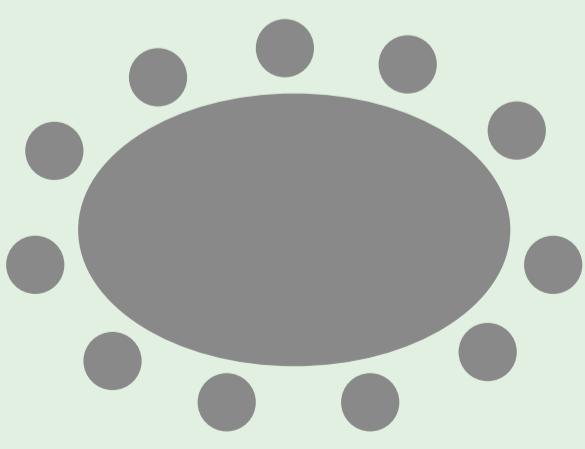
皆で会話を楽しんでいる、小規模なコミュニティ

・あると良い空間

見てくれる人が常駐している所

・嬉しい行動

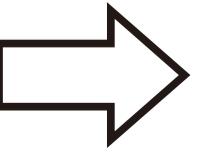
一緒に外出する



調査結果から…

共通点

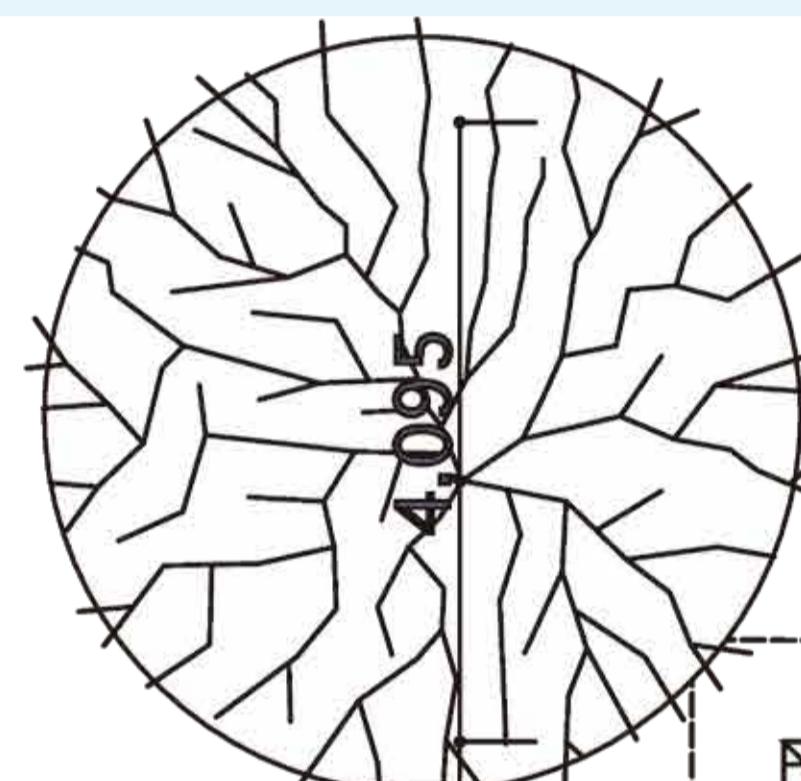
参加費は100円、運営は社会福祉協議会地域包括支援センター、開催日は固定されているため顔見知りが多い。



孤立化を防げる場所 何人かで話すことのできるコミュニティ 周りを気にしなくても良いプライバシーの確保されている相談空間 自家用車利用者のために広さのある駐車場

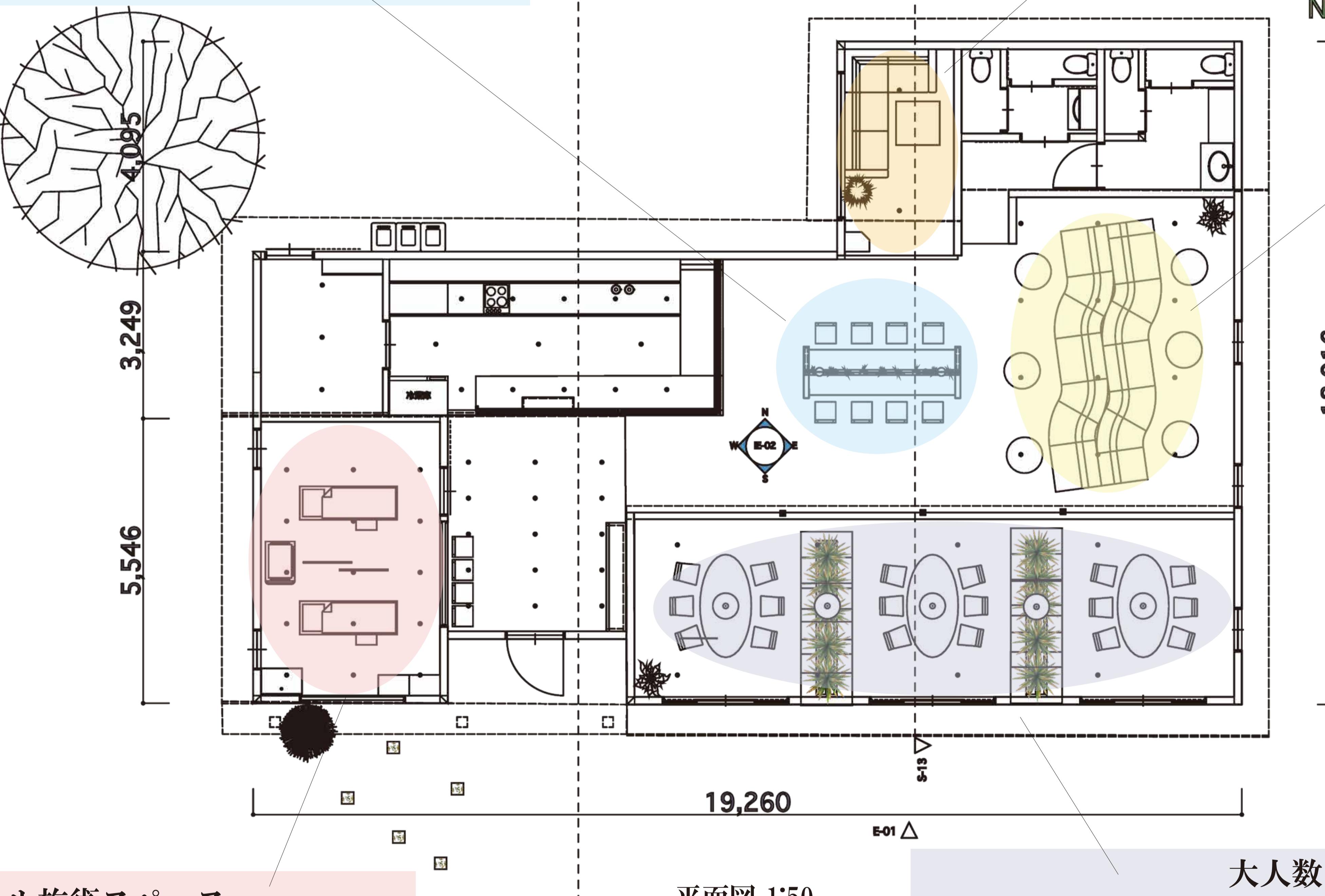
ネイルスペース

ネイルはフェイシャル施術よりも簡単に行えるため、開かれた場所で実施することで、他の利用者が施術の様子を見ることができる。これにより、美容への心理的ハードルを下げ、気軽に体験しやすい環境としている。



3,249

5,546



フェイシャル施術スペース

落ち着いて施術を受けられるよう、客席から離れた静かな場所に配置した。プライバシーを配慮した空間とすることで、リラックスした状態で施術を受けられる環境を整えている。

相談スペース

静かに相談が行えるよう入口から離れた位置に配置し、個室としてすることでプライバシーが確保された空間とした。認知症に関する悩みや日常の不安など、周囲を気にせず話すことのできる場を設けることで、利用者が安心して相談できる環境づくりを目指した。

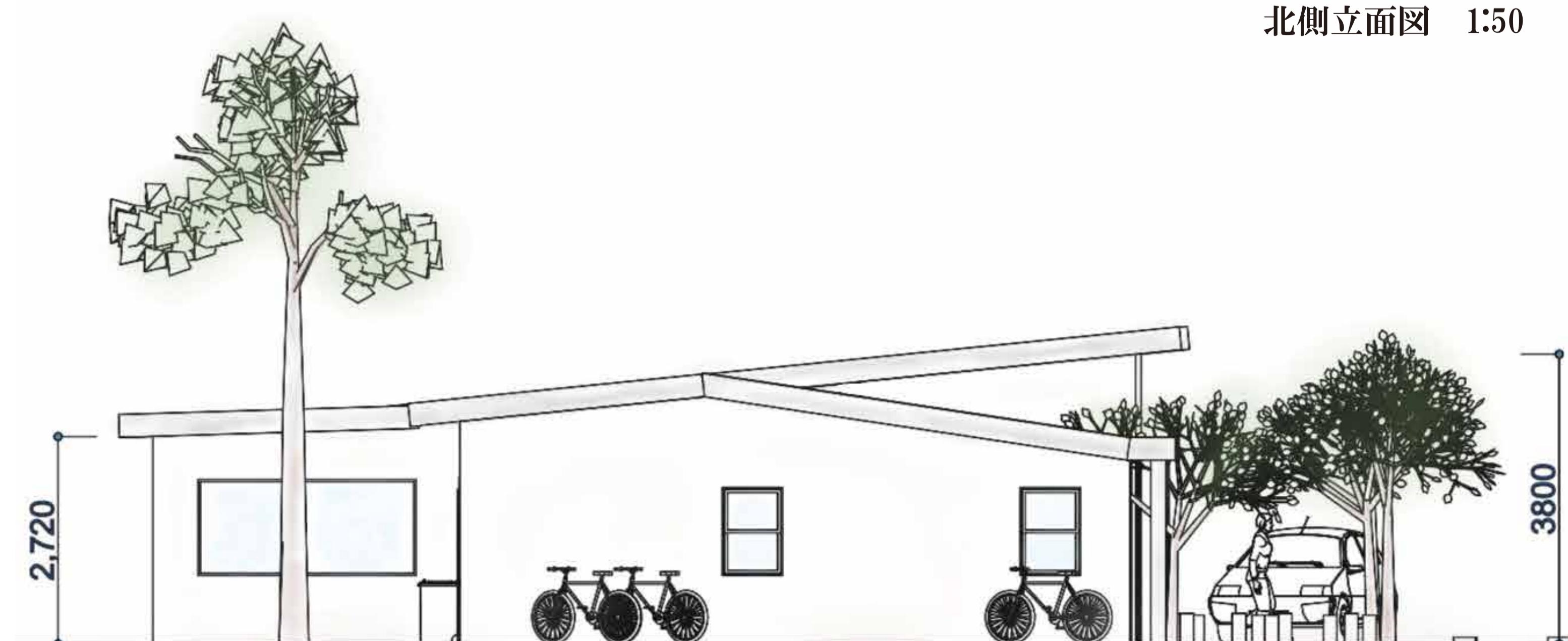
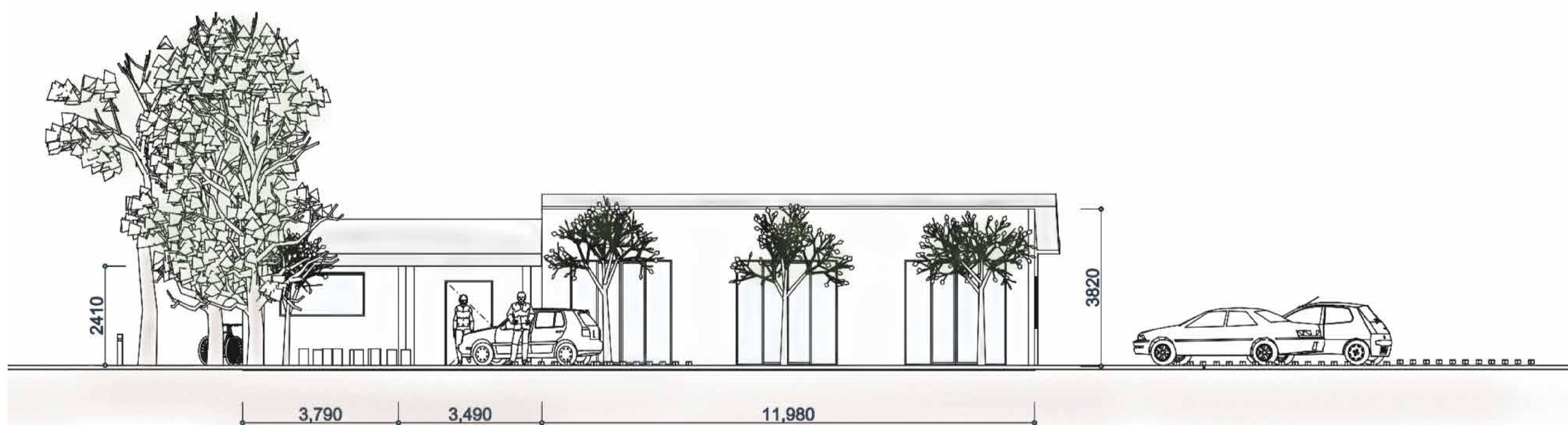
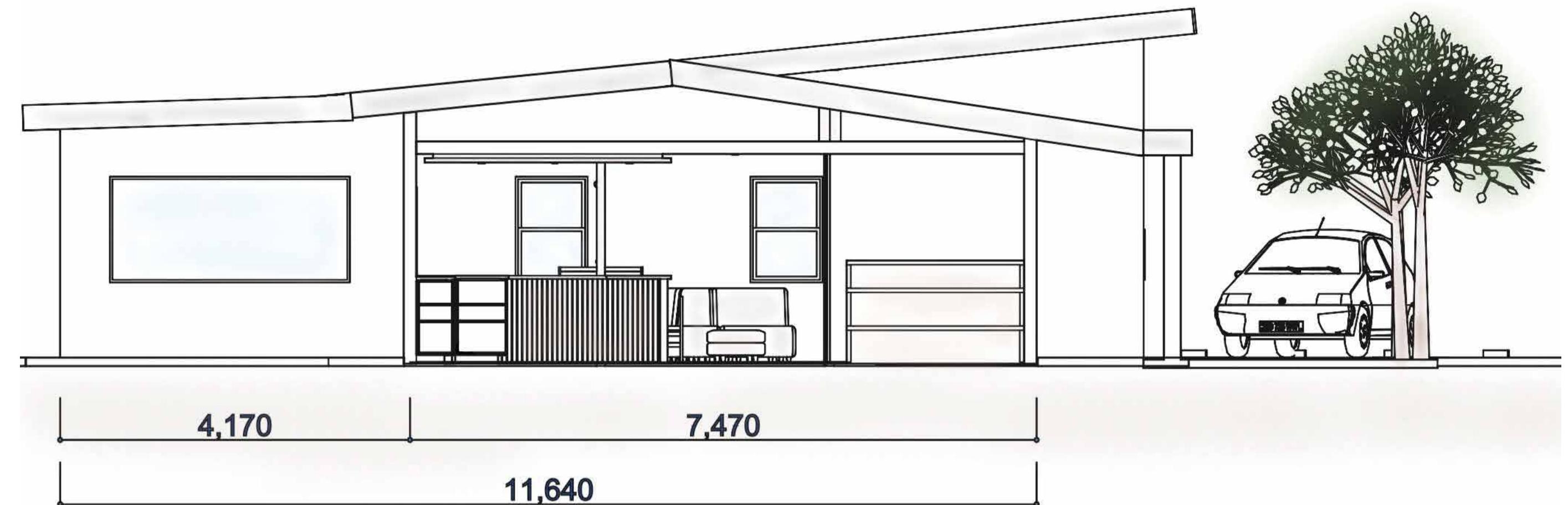
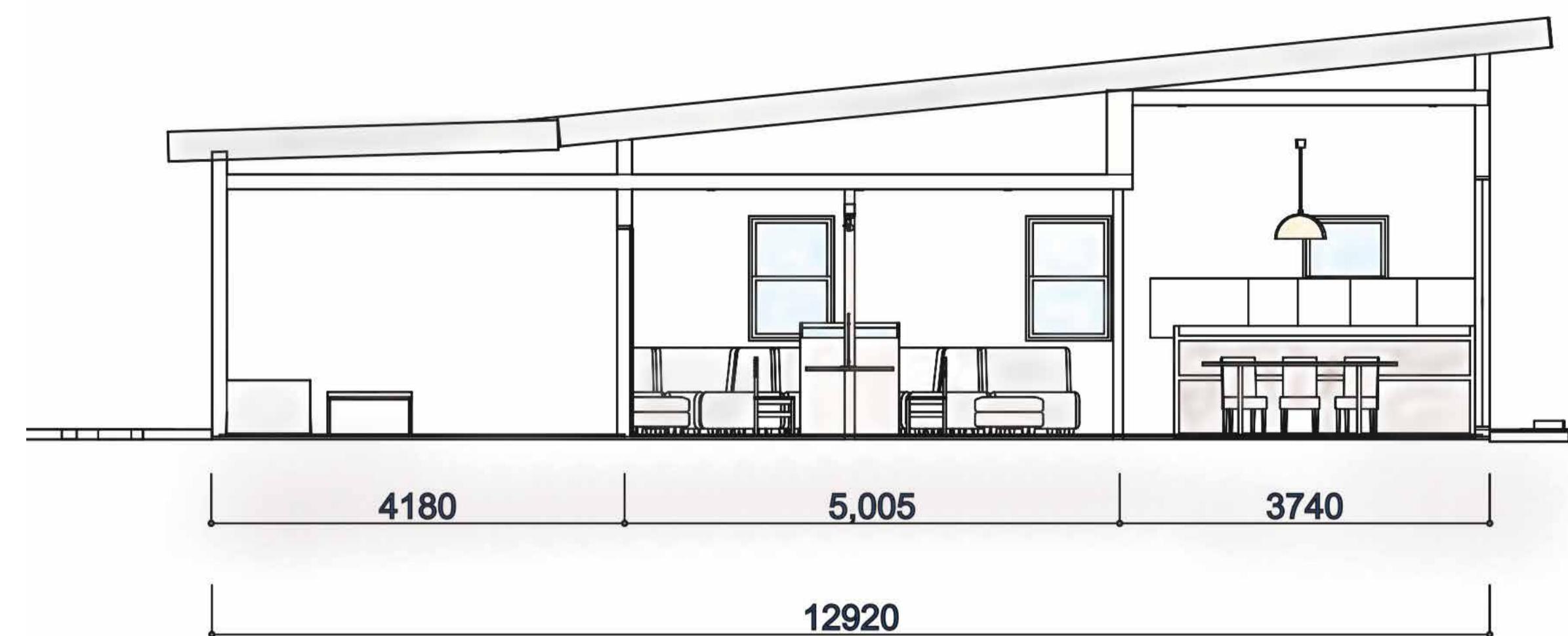
少人数スペース

一、二人でも気軽に利用できる空間として計画した。認知症カフェを一人で訪れた場合でも孤立しにくいよう、繋がりのあるソファ席を配置し、人との距離感を調整しやすい空間構成となっている。一人で静かに過ごしたい場合から少人数での会話まで、利用者それぞれの過ごし方に対応できるよう場を目指した。

平面図 1:50

大人数スペース

できるだけ広く感じられ、開放感を演出するために天井を高くした。また、すぐ近くに本棚を配置し、外の景色が見えるように大きめの窓を設けている。窓からの景色によって、美容施術で取り入れたネイルと同様に四季の変化を感じることができ、認知症対策につながる空間としている。



東側立面図 1:50

MENU

バナナとくるみのケーキ
450yen

くるみに含まれるオメガ3脂肪酸が脳細胞の働きを助け、バナナのビタミンB群が神経の働きをサポート

リンゴのシフォンケーキ
400yen

りんごに含まれるベクチンが腸内環境を整え、香りと自然な甘みが五感を刺激し、気分のリフレッシュを促す

ブルーベリーとヨーグルトの
レアチーズケーキ
450yen

抗酸化作用のあるブルーベリーが、脳の老化をゆるやかにサポートし、ヨーグルトが腸内環境を整える

抹茶とあずきのパンケーキ
500yen

抹茶に含まれるテアニンが緊張や不安を和らげ、あずきのポリフェノールが脳の老化予防に役立つ。

Seasonal Smoothie

1月 いちご 7月 スイカ

2月みかん 8月 桃

3月 キウイ 9月 梨

4月グレープフルーツ 10月 いちじく

5月メロン 11月さつまいも

6月 ブルーベリー 12月 柿

紅茶のパウンドケーキ
400yen

紅茶に含まれるポリフェノールと香り成分が、脳を穏やかに刺激し、気分の安定や集中力の維持につながる

わらびもち
350yen

消化しやすいため、安心して食べられる
心身にやさしい甘味

coffee

コーヒーに含まれるクロロゲン酸などのポリフェノールは、認知症予防に有効な成分である

ブレンド 400yen
アメリカン 400yen
アイスコーヒー 400yen

Tea

バタフライピー 500yen
ポリフェノールの効果で視力回復・毛細血管への血流の促進等があり、お肌にハリが出るとともにくすみ防止、シミそばかす対策に効果がある

ルイボスティー 500yen
ポリフェノールが豊富で、ノンカフェイン性であるのが特徴で、浮腫みの軽減、便秘解消、肌荒れ、美肌効果がある

ローズマリー 500yen
抗酸化作用や抗炎症作用があり、血行不良や消化不良の改善、冷えや花粉症の緩和にも効果がある

ビルベリー 500yen
果実に含まれる色素成分「アントシアニン」が眼精疲労に効果があることから、目に良いとして知られているハーブ。

カモミール 500yen
抗炎症・抗酸化作用とリラックス効果により睡眠やストレスを改善。



ネイルスペース



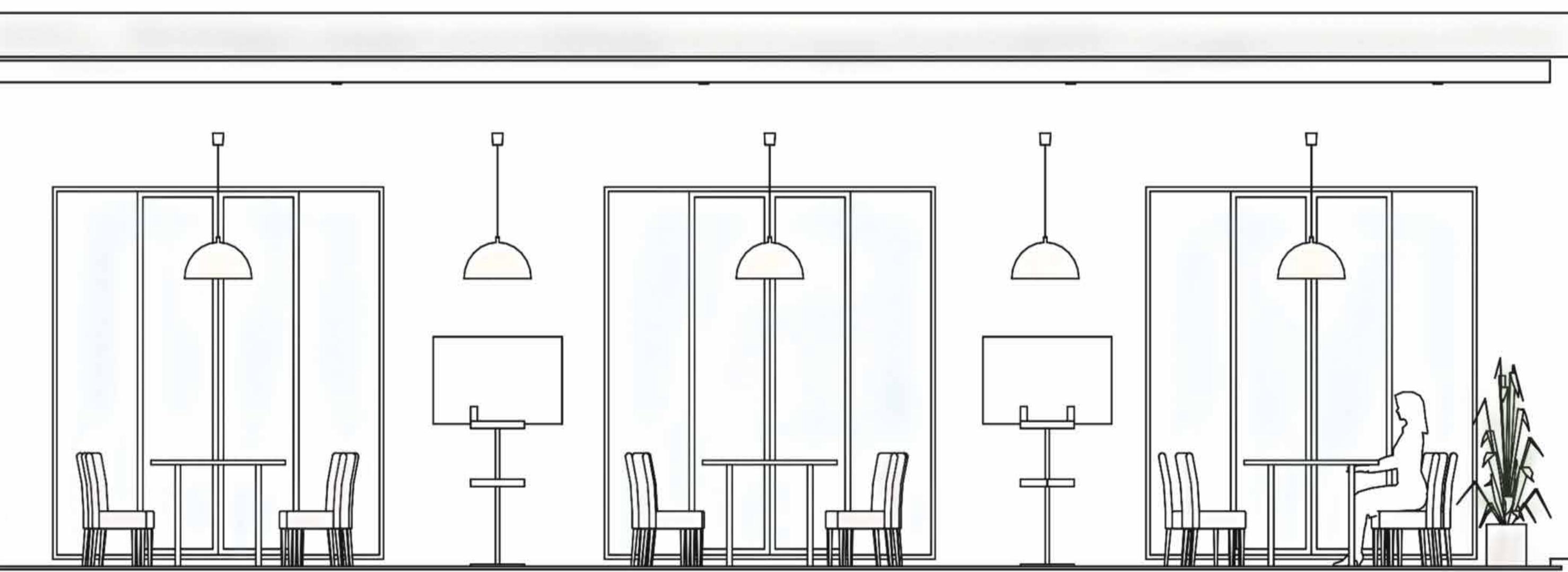
少人数スペース



フェイシャル施術スペース



大人数スペース



展開図 1:30



展開図 1:30