



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

喫茶ぼうよう

令和5年度 地域カフェ研修

記入者

平間 昌和

①開催の周知はどのようにしていますか？

チラシの配布（町内会など）、社協やデイサービスセンターなどの広報誌で周知、健康づくり教室参加者への呼びかけ、ぼうようふれあい交流センター（喫茶ぼうよう実施同一建物内）利用者への参加呼びかけ、口コミ

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えてください！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数

100 名

○お茶やコーヒーなどを飲みながらのおしゃべりや参加者の交流
○写真展や手芸などの作品展を実施
○医師や看護師の参加があり、健康相談などを行っている
※NHK釧路放送局から取材を受け、その様子が放送されました。
NHK釧路放送局、喫茶ぼうようと検索するとネットで見ることができます

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数

8～10 名

町内会、民生委員児童委員、釧路市公認近所ボランティア登録者、職員
※夏休みの期間は、小・中・高校生のボランティアも受け入れている

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えてください！

運営スタッフみんなで協議をして進めています

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数

不明 名

認知症の方の参加者数の把握も含めて、特にそのような区分けはしていません。

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

玄関前に看板を設置し、誰でも気軽に入りやすい雰囲気を作っている。チラシも目に留まるように工夫をしている。また、就労支援事業所にパンの販売をお願いし、昼食をとりながら、長い時間滞在してもらえるようにしている。地域カフェ運営についても、できるだけ地域の方やボランティアのみなさんが中心となるように進めている。

⑦苦勞した点、その克服策

運営についてはボランティアの皆さんの協力により大変スムーズにしている。新規の方や普段あまり出歩かない方にも参加して欲しいと考えている。

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

参加者からは、「楽しかった」や「また来るね」といった感想をいただき、外出の機会や社会参加の場となっている。参加者同士の日常的なつながり、様々な地域の課題が解決できるような場にしていきたい。

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

盆踊りなどを実施した際に、町内会の方々や児童センターに参加をいただいている。今後も様々な事業を通じて、地域に地域に開かれた施設にしていきたいと考えている。



～活動の風景や印象的なシーンの写真、エピソード、工夫したもの、などなど、自由に！～



【全体の様子】



【ボランティアのみなさん】



【健康相談の様子】



【子どもたちのボランティア活動の様子】

有難うございました。おつかれさまでした！



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

ふまねっと プラザよねまち

令和5年度 地域カフェ研修

記入者

牧洋子・田中由美子/東部北荒町

①開催の周知はどうされていますか？

- 毎月第3木曜日 10:00-12:00の固定で行っています。
- 参加者以外へはなかなか周知できていないのが現状です。
→以前、大成寺で行っていた時は掲示してもらっていた
毎月広報くしろへは掲載依頼は出しているが、
スペースがなく掲載不可の月も増えている。
- 包括推進員が職員に周知し興味がある方へ情報提供。推進員のかかわりの中で情報提供

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

- 初めての人も参加しやすい場の雰囲気づくりを大切にしています。
- ステップ選びも、みんなができるものを選んでいきます。
- 失敗しても大丈夫、互いに気づかい合い、できたときの喜びを分かち合う。
- 一緒にやってくれる男性スタッフの存在、男性でも安心して参加しやすい環境づくり
※包括推進員もみなさんと共に参加。大いに笑いを誘い、場を和ませている。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えて下さい！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数

37 名

- 前半(1.5h)はふまねっとをメインで、後半は脳トレ(0.5h)を行っています。
- カフェとしては、施設の関係で飲食は提供不可となっているため、水分補給程度。
休憩時間も貴重な参加者同士の交流の場となっています。

⑦苦勞した点、その克服策

- やはり人集め。以前浦見でふまねっとハウスで行っていた時は30名。ランチとお茶
その後お寺に移動してからは15-6人、パン移動販売とコーヒーでランチ。
現在は10名前後で推移している。カフェ的な要素なし。
克服策として、①での周知活動を継続、口コミや包括の通信に掲載も検討…
☆ほんの気持ち程度のお菓子のプレゼントを楽しみにしてくれるのが励み。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数

3 名

- ふまねっと946 サポーター2名(牧さん、田中さん)
- 浦見ふまねっとハウス時代からのサポーター1名(木本さん)

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

- 認知症の方が、ご家族で参加、継続して通ってくれるのがとてもうれしい。
- 純粹にふまねっとをやりたくて来てる人が多く、楽しんでいる様子が、
参加者も運営側も、継続していける大きな励みになっている。
- 脳トレも楽しみにして、驚きや喜びの気づき「こんなの知らなかった！」の声も。
- 年2回の生バンドが来てくれる、一緒に踊ったり音楽を楽しむ喜び。
また、バンドのメンバーも楽しみにしてくれているのがうれしい。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えて下さい！

- ふまねっと946 サポーター2名(牧さん、田中さん)

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

- バスの便が良いためバス利用で市内からの参加もあるが、地域の住民も多い。
90代の女性も、押し車を押して参加してくれている(夏場)
- 以前行っていたお寺とのつながり、そこからのスタート。
サポーターは現在も別の健康教室を開催、地域食堂へも参加。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数

2 名

- 現在は役割はありません。
いずれはできたらよいと考えています(会場設営、片づけなど)



～活動の風景や印象的なシーンの写真、エピソード、工夫したもの、などなど、自由に！～



90代！お元気です！



6月・12月は生のバンド演奏で
ふまねっと、手話も行っています！



脳トレのーコマ



初めての方
認知症の方
年齢性別
問わず
どなたでも
「大丈夫！」

参加しやすい
場の雰囲気を
参加者全員で
作っています。



サポーターさん
は地域食
堂にも参加し
ています！

以前はお寺
でふまねっと
を行っていま
した。





地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

住吉元気カフェ

令和6年度 地域カフェ研修

記入者

小林 香寿枝

①開催の周知はどうされていますか？

- ・当施設内ポスター掲示
- ・町内回覧板
- ・近所のスーパーへポスター掲示依頼
- ・同法人 地域包括支援センターを介しての周知

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

家事をされていた（現在もされている方も多い）女性利用者がボランティアさんとして役割をもって参加して頂けるよう対応しております。また生活に役立つ情報を発信し、運動の大切さも体験しながら実感して頂けるよう関わっています。実際に住吉元気カフェを通して利用に繋がり、通所されている方もいらっしゃいます。様々な外部講師の方に依頼してお招きし講座を行なっていただき、生活に役立つ場の提供を心掛けております。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えてください！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数 16 名

本来は二カ月に一回の開催。コロナ禍になり、現在は年に2回、運営推進会議と合同で開催しています。一杯100円でコーヒーやお茶など飲みながら、地域包括支援センターご協力のもと、ミニ講座を行ったり、講師（薬剤師や防災士などなど）をお招きして介護講座を行なっていただき、町内会を含む地域の方やケアスタジオ住吉ご利用者様・そのご家族様が参加されております。また、施設内にある全ての運動器具を使用出来、通所時の実際に行なっている運動を体験できます。脳活性トレーニングやストレッチなどの集団体験も行なっております。

⑦苦勞した点、その克服策

参加率がだんだん少なくなってきて、町内の方のみの参加も多く見られていました。出来るだけ町内の方と利用者様の交流の場、社会参加の役割になるよう住吉元気カフェを運営しています。利用者様への声掛けを多くし参加を促すことで、利用者様とご家族様も参加して下さるようになり、現在利用者様の参加が多くなっている印象です。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数 3～7 名

ケアスタジオ住吉職員と利用者様・東部北地域包括支援センター職員、その他看護学生などのボランティアさんで行なっております。運営推進会議は町内会長や婦人部長・また近隣施設の株式会社 優輪さんなどにもご協力いただいております。

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

外部講師に携わって頂き、参加される方の生活の面で薬に対する困りごと・防災に関する事など介護講座を行なう事で地域の方と普段あまり接する事のない製薬会社の方や福祉用具の方、同法人のリハビリ技師や防災士などなど、普段聞けない事を聞いたり話せる場として良い空間になっている印象です。また、運動を体験して頂くことで、普段通所されている利用者様のご家族が、普段通所時に利用者様がどんな運動しているか・実際に運動する事でどのような効果があるのか知れることでご家族様の安心感につながっている様子です。また地域包括支援センターが発信して下さる情報も共有できるので地域密着型の施設としてもありがたいです。高齢者の方・子供・学生など様々な年代の方が交流出来る場でもあります。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えてください！

ケアスタジオ住吉 所長 小林 香寿枝・東部北地域包括支援センター 所長 箭原 純子 様

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

町内会に加入していることで、町内の方と話す機会が多く、町内会の行事や集いにも参加し交流を図っています。地域清掃にも携わっています。防災に関しても、地域に密着した施設として町内総会で情報共有しています。地域の方がボランティアとしてケアスタジオ住吉の花壇を手入れしてくださっており、職員はもちろん利用者様も喜ばれております。住吉区域だけでなくとどまらず、富士見町内や武佐など、地域包括支援センターの職員のご協力で活動範囲が広がっており地域密着型の施設・運動の場があることを周知出来る機会を頂いています。違う町内の方と話せて大変ありがたいです。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数 名

現在は参加されておきませんが、役割はあります。以前、軽度認知症の診断を受けていた方がお茶入れなどの役割を手伝ってくださっていました。





有難うございました。おつかれさまでした！



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

茶話会in武佐

令和5年度 地域カフェ研修

記入者

佐藤 征津子/東部北包括 諸田

①開催の周知はどうされていますか？

チラシ100枚（A4）と5枚（A3）を分担して配布
回覧版にも挟めたり、包括発行のひょうたん通信と一緒に配布
貼りだしは10日前目途に行う
チラシ作成は、ワンオールワンに依頼

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

コロナで会えなかった分地域の方とふれあえる場の提供と交流ができるように
楽しい目玉のことを意識している。
高齢の方が多いため、冬期間は事故防止のためにお休みにしている。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えて下さい！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数

100 名

舞踊やビンゴ大会、手品、体操、お茶のみしながら対話。
ミニ講和（お巡りさんから防犯についてや、介護保険申請について）
茶話会は10時～12時

⑦苦勞した点、その克服策

コロナ感染等の不安が大きく参加がしにくいこともあったが、
コロナ対策や再開当初は人数制限しながら徐々に制限緩和し参加拡大していった。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数

13 名

住民有志 民生委員 社会福祉協議会 包括支援センター
長生園 市民薬局の薬剤師 会場設営はワンオールワンと会館館長

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

茶話会が浸透してきた。
声の掛け合いがうまくいっている。
民生委員活動でもさりげない見守りができている。
包括や社協との横のつながりも増えてきた。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えて下さい！

佐藤さんと南さん

事前に打ち合わせをして企画している。

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

町内会がないところが増えてしまった。自分の担当地区以外の人とも
顔みしりになりだんだん地域になじんでくれた。
楽しみにしてくれる人が増えた。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数

名

明確に認知症と把握できている人はいない。
長生園の利用者が参加されたり、地域の方で未申請でそれらしい人はいるが
特段役割はなく、自主性でお茶もセルフになっている。



～活動の風景や印象的なシーンの写真、エピソード、工夫したもの、などなど、自由に！～



♪地域のつながり交流を大切に。住民自らが楽しみふれあえる場を提供しています♪



有難うございました。おつかれさまでした！



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称
やわらぎカフェ

令和5年度 地域カフェ研修

記入者
伊藤・三輪

①開催の周知はどうされていますか？

ご近所のお店にチラシを置いて頂いたり、町内会の回覧板で回して頂きました。
釧路市民活動センターわっとのイベント情報への掲載、FM釧路に番組出演、地域包括支援センターにも周知のご協力を頂きました。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えてください！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数 0 名

(上記期間には開催していませんでした)

軽食&飲み物の提供と交流、地域の専門職による講話です。
軽食&飲み物は、B型事業所の利用者様が職員と共に準備しました。
釧路歯科医師会在宅歯科医療連携室の歯科衛生士さんをお迎えし、お口の健康や
歯ブラシの選び方などをお話して頂きました。また、地域の交番の警察官の方も振り込め
詐欺防止のミニ講話を下くださいました。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数 約10 名

会場となった当事業所（就労継続支援B型事業所・シェアハウス）の利用者様と職員です。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えてください！

会場となった“ななはち”や、これまでも企画運営を担った居宅介護支援事業所の職員
です。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数 0 名

上記②の期間には、認知症の方の参加はありませんでしたが、過去に開催した時には、
ご近所にお住まいの認知症の方や法人内の認知症グループホーム入居者の方々が参加し
提供する食べ物の盛りつけや配膳などスタッフとしての参加でした。

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

- ①参加者にとって、日々の暮らしや健康に役立つ情報が得られること
- ②参加しつつもスタッフとして役割を担える場であること
- ③会場となった当事業所（就労継続支援B型事業所・シェアハウス）を地域にある身近な
場所として理解して頂くこと（B型利用者様の作品を手にとって見て頂けるようにしました）
- ④参加者同士が顔見知りになれること、また参加したくなる雰囲気づくり

⑦苦勞した点、その克服策

コロナ禍以後、R5年は久しぶりの開催となり、上記④は回を重ねるごとに馴染みの
関係になれると思いました。また、参加者同士が自然に交流できる運営の工夫が必要だと
思っています。
克服策としては、回を重ねていき都度、関係性を深めていく事。併せて、状況によって
新しい企画や取り組みを考えていき、やわらぎカフェらしさを、参加者・運営スタッフが
ともに作り上げていく事と思います。

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

令和5年度は1回のみに開催でしたが、地域のニーズがあることが改めてわかりました。

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

町内会のゴミ拾いなどに参加しています。
地域の独居の方やゴミ屋敷の方について、町内会と情報共有し、訪問他、必要な対応を行う
他、防災や避難訓練について一緒に取り組みを行う見込みがあります。



～活動の風景や印象的なシーンの写真、エピソード、工夫したもの、などなど、自由に！～



有難うございました。おつかれさまでした！



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

おしゃべりミニサロン

令和5年度 地域カフェ研修

記入者

盛 美鶴

①開催の周知はどうされていますか？

月1回発行している中部北地域包括支援センターの通信で周知しました。また、包括職員のクチコミで参加者が集まりました。

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

コロナ禍になり地域（認知症）カフェの中止が長く続きました。5類になっても、当圏域の地域カフェ（2ヶ所）は、福祉施設内で開催していた為開催再開の目処がつかないまま経過しています。その為、新たな地域カフェを立ち上げることにしました。新しいメンバーは未経験者だろうことを勘案し、まずは当センターが企画の中心となって開催しました。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えてください！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数

16 名

これまで2回開催しました。

【10月】講話『脱水症について』（製薬会社）

茶話会

【11月】『福祉用具の紹介』（福祉用具業者）

地域の方の作品展とその紹介

茶話会

⑦苦勞した点、その克服策

- ・釧路市公認「ご近所ボランティア」登録者に社協を通してカフェの企画を理解してもらった上で、中心となる協力者を募り、3名の方が手を挙げてくれました。
- ・ボランティア3名と認知症地域支援推進員・生活支援コーディネーター・センター長・課長補佐で企画会議を2回、実務者会議を1回実施し、地域カフェ初日を迎えました。
- ・ボランティアさんは、積極的な方もいますが、お茶出しのお手伝いとは思っていない方もいました。参加者には、通所サービス等とは違うことも理解していただく為、開会では「地域カフェ」について簡単に説明しました。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数

6 名

包括職員とボランティアさん

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

まだ特に記述できることがありませんが、実施したアンケートでは、「楽しかったので月1回でもあれば嬉しい」「知らないことが知れて勉強になった」「同じ趣味の人と友達になりたい」等の意見や感想があったので、趣味をキーワードにして次回の企画を立ててもよいかなと思っています。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えてください！

包括の認知症地域支援推進員・生活支援コーディネーター・他職員。

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

今は主体が地域包括支援センターなので、地域と密着していると思います。今後、ご近所ボランティアさんが中心となって運営していければ当センターは後方支援となり、定期開催できる場所の確保にも尽力したい。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数

0 名

認知症の方であっても、ご自身の作品や特技、活動の紹介等を企画し披露できるという希望があります。認知症の方にもきて頂ける為には、今後は家族介護者教室プラス地域カフェと抱き合わせることも考えたいと思います。



『おしゃべりミニサロン』の開催



生活支援コーディネーター:「地域カフェとは、地域の住民(子供も大人も、病気や障がいなどがあっても)、介護や医療の専門職など誰もが参加できる場所として、お茶を飲みながら話し、相談をしながら交流を深めること



貼り絵(ちぎり絵)を趣味で続けている方の作品を展示しました。ご本人は目を輝かせて、1つ1つの作品の説



〇〇製薬:「体液は主に水と塩分などの電解質でできています。脱水症になってしまったら、経口補水液を飲んで下さい」
参加者:「水やお茶じゃ用が足りないのねえ〜」



ボランティアさん同士で集まると、日頃のお互いの活動の話などに花をさかせていました。
参加者:「友達を誘って一緒にくると、どうしてもその人とはばかり話して、人の輪が広まらないっしょ〜？だから誘わないかな」



有難うございました。おつかれさまでした！



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

カフェはまな☆スター

令和5年度 地域カフェ研修

記入者

望月 千恵

①開催の周知はどうされていますか？

□コミや噂、認知症疾患医療センターへ受診した方に案内している。

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

楽しいと思ってもらうこと。
主体的に参加できるメニューをつくること。
病院の強みを生かすこと（看護師、リハビリスタッフなど）。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えてください！

令和5年10月1日～12月31日の参加延べ人数

101 名

2015年より開催。コロナ休業を経て、2023年4月に再開。運動、調理、ものづくり、お祭り、ゲームなど毎回、何かしら企画し開催しています。

⑦苦労した点、その克服策

メニューを考えること。年と共にアイデアが浮かばなくなってきました。
自分をふるい立たせ、使えるコネは何でも使っています。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数

2 名

認知症疾患医療センターのソーシャルワーカーと看護師の職員2名。
西部包括・認知症地域支援推進員が手伝いに来ています。

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

参加者が仲良くなって、互いに気かけたり、人の輪が繋がっていくこと。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えてください！

認知症疾患医療センターのソーシャルワーカーが考えています。

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

地域住民の方を対象にしているので、参加者の方の居場所づくりとしての役割を担っていると思います。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数

名

参加者に認知症かどうかは確認していません。
全員が参加者であり、支援者であるという考えで開催しています。



～活動の風景や印象的なシーンの写真、エピソード、工夫したもの、などなど、自由に！～

有難うございました。おつかれさまでした！



地域カフェ活動PRシート

カフェ名称

コロイ喫茶

令和5年度 地域カフェ研修会

記入者

管理者 橋本 奈美

①開催の周知はどのようにしていますか？

チラシを作成し、地域の方々に配る。おたっしゃサービスの時に周知する。

⑥全体を通して工夫していることはなんですか？（具体的に!!）

毎回、グループホーム、デイサービスの方々と手作りのお土産（つまようじいれ、しおりなど）や茶話会のおやつを作る。

②わがカフェ紹介、どのようなことをしているか教えてください！

1回あたりの平均参加人数

10～15名

アロママッサージ・フラワーアレンジメント・懐メロ・工作づくりなど
皆で楽しめること。

⑦苦労した点、その克服策

開催時の企画・お土産のアイディア。
他でカフェを開催してるところからの見学や情報収集など。

③運営スタッフはどのような方ですか？

運営スタッフの人数

7～8 名

共生型多機能施設コロイのスタッフ。

⑧カフェを始めて、変化や効果（小さなことでも何でも）

ご家族様の参加は少ないが地域の方々の参加も徐々に増え交流の場になっている。

④企画を考えている方や、企画の中心人物はだれか教えてください！

共生型多機能施設コロイのスタッフ。

⑨地域とはどのような関わりがありますか？

現在は、参加者の人数制限をしているが、ご近所ボランティアの皆さんに
できるだけお手伝いをもらったりしている。

⑤認知症の方もスタッフの役割はありますか？

認知症の方の参加人数

5～6名

おやつ作りや、お土産づくりなど。



～活動の風景や印象的なシーンの写真、エピソード、工夫したもの、などなど、自由に！～



有難うございました。おつかれさまでした！