

Dementia Café

認知症カフェとは...
本人が望む居場所とは...

若年性認知症
～居場所支援について～

Update 2026.10.22

若年性認知症支援コーディネーター 安次富

Contents

目次

- 01 あなたにとっての「居場所」
- 02 認知症カフェの基本
- 03 カフェで育てたい時間
- 04 認知症と、暮らしのつながり
- 05 「来ている」と「心地がよい」
- 06 本人と一緒に考える居場所
- 07 役割のある居場所の例
- 08 この後の実践紹介で考えたいこと
- 09 大切にしたい問い

A place where you belong

あなたにとっての「居場所」

ほっとするのは、どんな場所ですか？

そこで、誰と、どんな時間を過ごしていますか？

Basics of Dementia Cafe's

求められる場

認知症カフェの基本

本人・家族・地域の人・専門職が集い
情報を共有し、互いを理解する場

お茶や会話をきっかけに、つながりを育む

Moments to cultivate at a cafe'

カフェで育てたい時間

安心して過ごせる

自分のペースで、
話しても、
静かにいてもよい

人とつながれる

顔なじみができ、
必要な時に相談できる

好きなことに
関われる

得意なことや、
やってみたい事を
選べる

認知症と、暮らしのつながり

仕事や地域での役割が変わることがある
同世代と話せる機会を望む人もいる

「続けたいこと」「やってみたいこと」を
本人に確かめる



「来ている」と 「居心地がよい」

参加した本人は、どう感じたでしょうか？

「楽しかった」「また行きたい」
「疲れた」「今日は静かに過ごしたかった」

言葉だけでなく、表情や過ごし方も手がかりに

Together with the person themselves

本人と一緒に考える居場所

安心できる関り

急かさず、本人の言葉を待つ

選べる過ごし方

参加する・休む・役割を持つ、
を選べる

通い続けられる条件

移動方法、費用、
時間帯を確かめる

役割のある居場所の例

コーヒーを淹れるのが好きな方なら

一緒に準備する？注文を聞く？
今日は飲む側で楽しむ？

本人が選び、必要なところを支える



今後の実践紹介で 考えたいこと

本人の希望を、どう聞いているか

出会いが、

どんな活動や役割につながったか

通い続けるために、どんな工夫があるか



What I Value Most

大切にしたい問い

本人が「また来たい」と思うのは
どんなとき？

本人の希望と、支援者の考えが
違うときは？

カフェで生まれたつながりを
日々の暮らしに、どうつなげる？