

# ケア・カフェ® 参加者の心構え

ケア・カフェはさまざまな考えを持った人が話し合う場です。さまざまな考えが交錯するときには、衝突がおこるのが世の常です。考えてみればそれは当たり前のことで、全く同じ考えや価値観を持つ人なんて存在しません。そういった考え方の違いをむしろ活かすのが、このケア・カフェのだいご味です。そのために、参加者の心構えを書いておきます。参加前に目を通してください。

## ケア・カフェ®の目的

まずはケア・カフェの目的を共有しましょう

- ① 日常のケアを相談できる場所づくり
- ② 顔の見える関係づくり
- ③ 地域のケアの向上

## グランドルール

これは全員が意識しておくべきルールです

- ① 参加している全ての人が出意見をしましょう  
「専門外だから」というのはやめましょう。むしろそういう中からキラリと光る考えが出てくるものです。
- ② お互いを尊重し、考えを認め合いましょう  
ケアの問題に対する答えに絶対はありません。自分の考えと違ってても簡単に否定することはしてはいけません。
- ③ 節度と時間を守りましょう  
かなり“自由”な集まりではありますが、れっきとした共同作業です。お互いに節度と時間を守って参加しやすい雰囲気を作りましょう。

## さらに討論を良くするために

グランドルールでお示したことが最小限のルールです。さらに活発な良い討論になるように、いくつかのお願いがあります。

### 1. 専門性を持った参加者の方へ

(医師、歯科医師、専門性の高い看護師などを想定しています)

- フェアな関係性でともに学びあいましょう  
ケア・カフェは、その領域の研究を専門にしている人から、現場一筋で頑張っている人まで、さまざまな職種、さまざまな人が集まってきています。専門外の人から学ぶことは多くあります。あくまでフェアな関係性を心がけましょう。
- 議論をコントロールし過ぎないようにしましょう  
小グループでの議論は影響力のある人にコントロールされがちです。専門性を発揮することは素晴らしいことですが、議論自体を掌握しないように留意してください。皆がなんでも言える雰囲気づくりにご協力ください。
- 専門用語の使い方に注意しましょう  
ケア・カフェにはさまざまな人が参加しています。わかりやすい言葉を使うように心がけましょう。
- 知らないことは教えてもらいましょう  
専門家になればなるほど「知らない」と言いづらくなるものです。カフェは誰が何を聞いてもいい場所です。自分の専門外のことは周りに聞いてみましょう。意外と近くに答えがあるものですよ。
- 結論を急がないようにしましょう  
「すぐに結果を出す」ことを求められてきた人は、話し合いにおいても結論を急ぎがちです。ケア・カフェで行おうとしていることは、早急な問題解決ではなく、人と人が繋がり刺激し合うことで思ってもみなかったような対応策を生み出すことです。

### 2. 現場のケアを担っている参加者の方へ

(現場の看護・介護・福祉職などを想定しています)

- フェアな関係性でともに学びあいましょう  
ケア・カフェは、その領域の研究を専門にしている人から、現場一筋で頑張っている人まで、さまざまな職種、さまざまな人が集まってきています。「専門」ではない人の意見がとても重要です。こんなとき自分なら何ができるかという観点で考えてぜひ発言をしてください。
- 分からない点はすぐに確認しましょう  
専門用語が出てくることもあります。分からなかったらそのままにせず、その場で確認しておきましょう。
- 現場感覚を大事にしましょう  
ケア・カフェが目指すのは最終的には現場のケア向上です。議論が表面的な“美しい”ものになっていると感じたら、現場感覚を活かして方向を修正することもしてください。
- 節度やプライバシーを守りましょう  
ケア・カフェは自由な討論の場ですが、社会的な場でもあります。場合によっては自施設や他施設の欠点を指摘しなければならないこともあると思います。その際には節度ある態度でお話してください。また患者や利用者の個人情報の保護にも留意ください。
- 結論を急がないようにしましょう  
ケア・カフェは担当者会議やケアプランを立てる会議ではありません。さまざまな人が意見を出し合うことで、むしろもっと大きな地域のケア全体に寄与するような関係性や行動を生み出す場です。

これらのことをぜひ頭に置いて参加してください。ひとりひとりの参加者の姿勢が雰囲気に影響します。  
ご協力をよろしくお願いいたします。