

シリーズ「ケア・カフェ®」 第3回

ケア・カフェ®には多職種連携のコツが満載



®「ケア・カフェ」は登録された商標です

株式会社 中央薬局（旭川市） 堀籠 淳之

厚生労働省は地域包括ケアシステム構築のために、多職種連携による取り組みを推進しています。多職種連携を促進するための研修会やフォーラムなどが全国各地で数多く開催されるようになりました。そもそも、多職種連携の目的とは何でしょう？高度経済成長で細分化して進化してきた社会資源のネットワークは、放置しておけば少子高齢化による生産者人口減少によって断片化するはずで、多職種連携の目的の1つは、そのような縮小社会において人手不足による機能損失を補うことだと思えます。一方、Gittelは多職種連携がうまくいっていることは、その組織のパフォーマンスが優れていることを示している¹⁾と唱えています。つまり、多職種連携は人手不足を補うだけでなく、組織の成果も向上させる手段であると言えます。

では、多職種連携の会を開催する目的は何でしょう？もちろん、多職種の連携を促進させるためですが、現行の研修会やフォーラムなどの開催が、連携を促進させるために最も適した方法を採用していると言えるでしょうか？ケア・カフェは、多職種が効率よく繋がるように、最適な方法論を組み合わせています。第3回の今回は、ケア・カフェ開催の方法（コツ）を紹介していきたいと思えます。シリーズ第1回の阿部泰之代表の理論とリンクしている方法なので、ぜひ第1回も参考にしてください。

❖多職種連携の会の現状

多職種連携の会の多くはスクール形式のプレゼンテーションをメインとした集まりが多いのではないのでしょうか？グループワークでもあればまだ他職種との繋がりができる可能性もありますが、多職種のシンポジストたちの連携成功事例や知識を聞いて、ディスカッションと質疑応答で終わりというケースが多いと思います。成功事例や連携に必要な知識を聞くことだけで、参加した他職種との繋がりができるのでしょうか？

❖ワールド・カフェ形式の採用

ケア・カフェ開催の目的は繋がりと困りごとの相談場所を創ることです。その目的を達成するために、現状で考えられる最適な方法を採用しています。ケア・カフェが採用しているワールド・カフェ形式では4～5人（4人を推奨）のグループに分かれて着席してもらい、ジャズなどが流れるカフェのような雰囲気なか、コーヒーやお菓子をつまみながらリラックスした環境でテーマに沿った対話を楽しみます（図1、2）。

知らない人と話すのは苦手だと思いかもかもしれませんが、テーマを設定すれば案外対話は盛り上がるものです。また、席替えを行うので、例えば2セッション（図1：Chat 1およびChat 2）の対話をすれば、少なくとも7～8人の参加者との繋がりとその人数分の情報を持ち帰ることになります。既存の会では達成できない繋がりの数だと思えます。繋



図1 ケア・カフェの流れ (ケア・カフェ・ホームページでリーフレットはダウンロード可能)



図2 「ケア・カフェ あさひかわ」の雰囲気

がりだけではなく、普段はほとんど話したことがない他職種との対話によって、情報は洗練され、さらにリラックスした雰囲気が数多くのひらめきを生むため、参加者の満足度はとても高いものになります。

対話中はテーブル上の模造紙に、会話の内容やキーワード、落書きなども自由になるべくたくさん書きこむように促します。書くことによって脳が活性化されて記憶に残すことができ、それが席替え後の着席者への情報提供にもなります。

その後に各テーブルでの対話内容を共有するChat 3が行われ、ワールド・カフェ形式のセッション終了後には、名刺交換や他職種への質問などフリートークができる自由な繋がりの時間（Chat 4）を設けています。

他の集まりには無い、リラックスできるカフェの雰囲気と席替えがキーポイントです。筆者は、繋がりができると嬉しい同窓会や連携の飲み会においても席替えを行うと、参加者の満足度が高いと感じています。

❖ワールド・カフェとの違い

ケア・カフェでは、一般的なワールド・カフェのやり方を応用していますが、連携を育むために独自の工夫もしています。

ワールド・カフェではテーマ（問い）が最も重要と言われています。前述したケア・カフェの開催方法と同様に、ワールド・カフェでは対話と席替えを繰り返して、問いに対する結論や成果を導き出していきます。企業の会議や、行政が市民のアイデアを募るイベントなどにも採用されていて、例えばワールド・カフェであれば、テーマは「認知症ケアを患者本位にするためにはどんな方法がありますか？」などとなるかもしれません。

一方、連携に必要な繋がりを増やすことが目的のケア・カフェでは、テーマに沿った結論や成果を積極的には求めません。成果を求められると苦痛を感じる参加者も多く、その

他にも、例えばテーマの内容が得意な職種やポジション・パワーのある人の声が大きくなり、同じ席の参加者にとって参加やその職種に対する敷居の高さを感じるようになります。ケア・カフェはケアに関わる職種であれば誰でも来店可能としていますので、どんな職種でも話せる“ゆるいテーマ”を設定しています。

「ケア・カフェあさひかわ」の開催数は、2017年4月で第50回（テーマ「これから」）を迎えますが、「認知症」や「子供」「くすり」「こころのケア」など様々な大きなテーマで開催してきました。ケア・カフェでもテーマは重要ですが、この“ゆるさ”がワールド・カフェとは異なります。ワールド・カフェのように全体で共通の結論や成果を得るのではなく、ケア・カフェでは、個々の参加者が当日の対話から繋がりと情報、ひらめきなどの多様な成果を持ち帰っていきます。

❖初開催までのコツ

ケア・カフェは誰でも開催できますが、開催準備にはいくつかのコツがあります。人と人が繋がるためには、ある程度の継続開催が必要です。多職種連携の単発イベントで「〇百人が集まりました」という報告を目にすることがありますが、啓発という目的に対しては大成功と言えるかもしれません。しかし単発イベントで一度会っただけで生まれる協働はごくわずかであり、継続的に存在する場でこそ協働が生まれるはずです。「あそこに行けば繋がる！」という繋がる目的の土壌が必要なのです。

薬剤師会をフォーマルな集まりとすれば、ケア・カフェはインフォーマルな個人の集まりです。ケア・カフェでは職種や職場のカラーをあまり出さないほうが良く、例えば薬剤師会が主催であれば、「あ～、薬剤師の集まりか、介護職は行きにくいな…」となります。我々も他団体の集まりには少し躊躇しますよね？既存の連携団体や個人・組織によっ

て開催されると、その団体のそれまでの地域における実績のイメージ（良くも悪くも）があり、想像される人間関係なども障壁になり得ることもあります。そうならないために、いかなる職種にとっても中立的立場となる「ケア・カフェ〇〇（地域名）実行委員会」で開催しているほうが良いと思います。会場選びも、都市部では会場費が高額で苦勞されている地域もあるようですが、無料で使えるからといって職能団体の会館などを利用することは避けるべきでしょう。可能であれば参加者の偏りがイメージされにくい、例えば学校や公共施設のほうが良いと考えます。

従ってケア・カフェを始めるときには、まず職種構成にあまり偏りが無い多職種数名で実行委員会を組織することを勧めます。「ケア・カフェあさひかわ」の立ち上げにあたっては、実行委員会（コアメンバーは当時4～5名で構成）を組織して、その知人ら3～4名ずつを誘い、リハーサルを兼ねた最初のケア・カフェを開催しました。実行委員会では、これをゼロ回と呼んでいます。ゼロ回の開催はケア・カフェの良さや準備不足な点を知るために有効で、これから開催を考えている地域の方にはお勧めです。

❖運営のコツ

多くの人に参加してもらえるフラットな顔の見える多職種連携を育むためには、アイスブレイキングを行ったり、「さん」づけで呼び合うことをお願いするといった工夫も効果的です。対話中は相手の話を頭ごなしに否定しないことや、対話の時間や節度を守るなどのマナーを書いた配布資料を用意しており、開始時に予め伝えています。その他、参加者が遅刻したり、子連れで参加しても大丈夫なように、他の参加者や実行委員がサポートすることもあります。さらに、次回開催の告知や情報共有、日頃の相談、口コミを促進するために、メーリングリストへの参加を呼びか

けて、希望者には名刺または職種やメールアドレスが記載された紙をテーブルに残すようお願いしています。

ケア・カフェでは参加者に対し、会場設置の手伝いや、カフェの雰囲気を作るためのお菓子やマグカップ、その他使用するペンやネームプレートなどは持ち寄るなどの協力をお願いしています。運営費は「参加費」ではなく「募金」で賄われています。最も高額なのは会場費になると思いますが、なるべく安い会場を利用しています。運営費の概算を時折開示することで募金の協力も得やすくなり、案外資金不足にはならないものです。「参加費」として徴収すると、参加者側は「お金を払ってるんだから…」という立場になりやすく、運営側にも責任が生じてしまい、相互扶助（おたがい様）に発展しにくくなります。テーブルや椅子、ゴミの後片付け、募金など、参加者自らが貢献できるような工夫をしています。その姿勢が他の参加者に伝わり、それがまた別の参加者に伝わって、貢献しあう雰囲気が醸成されていきます。

これらの規範が地域包括ケアシステムの構築にも良い影響を与えていると考えています。メーカーや行政、職能団体などが先導的に開催することも目的によっては良いかもしれませんが、多職種連携においては、それによって資金や労力などのサポートに依存する構造がつくられ、真の意味でのフラットな連携には成長しにくくなります。連携を育むための継続的開催を目的にするのであれば、資金や労力の負担が最小限で一部に集中しない運営方法が理想です。スピンオフ企画やある程度のアレンジは行われていますが、ケア・カフェの理論体系の考え方や具体的方策を踏襲することが長続きのコツだと思います。

オープニングのスライドやマニュアル、パンフレットなどをデジタルデータとして公開 (<http://www.carecafe-japan.com/>) してい

ますので、いつでもだれでも始められるのがケア・カフェの1つの特徴です。

❖さいごに

筆者自身は、34万人都市である地元旭川で多職種が集まる会にいくつも参加し、それらの世話人や幹事などとしても活動していますが、数年前はほぼ皆無だった薬剤師の参加者数が増えたと感じます。また、地域包括ケアシステムにおいて重要な在宅ケアに興味を持つ薬剤師仲間も増え、薬剤師仲間を他職種に紹介する機会も増えてきました。ネットワークも社会資源の1つという考え方もあり、そういった、人と人とを繋ぐハブ(Hub)になって地域包括ケアシステムに関わっていくという方法もあると思います。次世代薬剤師として成功するヒントは、地域や他職種との接点の中にたくさん隠れている気がします。

ここまで紹介してきた方法(コツ)は、ケア・カフェ以外のコミュニティ・ビルディン

グにも役立つと思います。今後の縮小社会では、いたるところで目的と環境に応じたコミュニティの再編(ケア・カフェのスローガン、Blending Communities)が必要になるはずですが、一方で、近年は製薬メーカーの協賛が得にくく、他の連携の会でもその運営に大変苦勞しています。既存の会に上述したコツを取り入れることも可能ですが、多職種連携であれば、ベネフィットが証明されている²⁾「ケア・カフェ」をやってみることをお勧めします。コラボレーションによって自分の生活や仕事に楽しくて新しい世界が広がりますよ!

参考文献

- 1) J. H. Gittel, High performance healthcare, McGraw-Hill companies, 2009, pp. 25-45.
- 2) 阿部泰之、堀籠淳之、ほか、「ケア・カフェ®が地域連携に与える影響-混合研究法を用いて-」, Palliative Care Research, 2014.

薬・局・空・間

何となく
ほっとするから
いつもここを
選んでいます。



お客様一人ひとりに
信頼される
創業以来89年
岡目屋の目標です

ローン、リースも
取り扱っています

一級建築士事務所

1928年創業

店舗・建築・総合企画・設計施工

建設業許可(般-13)第103512号

株式会社 岡目屋

本社 〒110-0004 東京都台東区下谷3丁目14番4号

TEL 03 (3872) 5174(代) FAX 03 (3872) 5178