



# らふLIFE-KAIGO CAFÉ 実行委員会

事業名： Life-Kaigo Café inながおかきょう

# 事業で解決したい地域課題とその背景

- 当初の目的は、ケアに関わる人々思いや考えを共有し、学びやリフレッシュに繋げることにあった。そのため気軽に集まることのできる居場所づくりとしてカフェを実施したが、コロナ禍もあり、次第に地域のつながりや事業所間の希薄化から、ケアをおこなう人達が孤立しがちな背景が見えてきた。

## 事業で解決したい地域課題とその背景

- **長岡京市においても急上昇を続ける高齢化率や多様化した福祉ニーズが高まる一方で、介護・福祉等の関係者も、慢性的な人材不足を背景に疲弊し限界を感じているものも多く、介護保険サービスや行政サービス以外にもそれに代わる社会資源や関係人口の充実は、必要かつ課題といえる。**

# 解決するための事業内容

- 今年度の事業では、引き続きカフェ形式でのコミュニケーションの場を提供すると同時に、日頃から街ぐるみの市民レベルでも繋がり、専門職と共にお互いのできる事で、気軽に地域課題に関わる「きっかけや場」を提供し、地域課題の関係人口を豊かにしたいと考えた。
- 対象：長岡京市やその近隣の福祉事業所関係者、本活動に関心のある一般、学生等

# 解決するための事業内容

- **場所**：公共の集会室（バンビオや中央公民館）、近隣のカフェ
- **内容**：カフェ形式のゆるい集いで「認知症ケア」「創造性や組織作り」「介護保険制度」などをテーマに講座の開催、参加者同士の自由な語り、体感型ゲームなどを通じた交流など

# 事業によって到達したい状態や目標

- 誰もがここに居て良かったと思える素敵な地域へ
- 「Life(生活)～Kaigo(介護)」をキーワードにカフェの参加者が、共に学び・繋がり、当事者や介護者、専門職だけでなく、垣根を超えた関係人口を豊かにし、地域力向上と持続可能な地域社会へと繋げたい。

- 2023年6月23日『CLUE CARD』で介護を  
楽しく学ぶ

「CLUE CARD」カードゲームを通じて、  
参加者が介護を自分事として思いを語り  
合う。（参加者数） 5名



- 2023年7月21日今さら聞けない介護保険制度  
講師より介護保険制度の概要の説明を聞き、参加者からの質疑や支援現場での悩みや解決策などを語り合う。（参加者数） 8名



- 2023年8月17日パラリンピック競技

- ボッチャ体験会

ボッチャ協会より指導を受け、誰もが手軽に参加できる体験会をとおして、共生社会について語り合う。

(参加者数) 11名



- 2023年10月16日『創造性』について  
「自由で柔軟な発想はどのように生まれるのか」等、題材となるDVDを視聴し組織づくりにいかす「創造性」について学び、語り合う。（参加者数） 8名

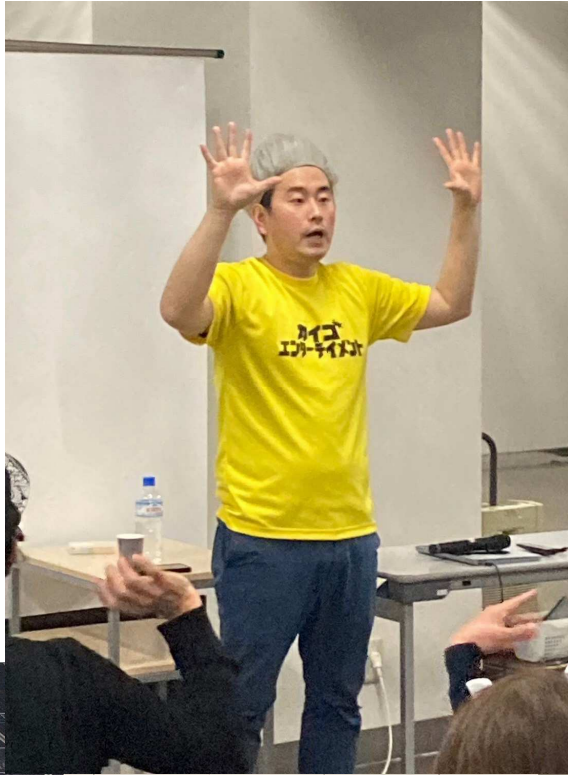
- 2023年12月8日巻き込み型組織の作り方 & ミニボッチャ大会

「組織内の新しい取り組みを促進するためのコミュニケーション」について、講師を招いての学びと「ミニボッチャ大会」から共生社会を学ぶ。（参加者数） 13名

- 2024年3月12日笑って、楽しい、介護ってどうですか？

自身を介護エンターテイナーと名乗り「人生に笑いと生きがいを」をモットーに、NHK出演や全国各地の講演会等で、笑いの渦に引き込み活動中の講師を招き実際の講演内容や介護予防を体感し、介護予防のこと、介護されることや、することについて対話をしました。（参加者数） 28名

# 実際におこなった事業





# そのほか今年度事業について

## 1. 広報の方法

- ・ チラシ配布や掲示、SNS（フェイスブック）
- ・ 実行委員・過去の参加者が登録したグループLINEでも開催周知

## 2. 収入を得る方法

- ・ 参加者には、参加費として飲み物、菓子代などの実費徴収
- ・ 開催内容により、ゲストスピーカーへの謝礼分としても実費参加費徴収
- ・ 場の提供や寄付型支援を募る

# そのほか今年度事業について

## 3. 次年度以降の事業の展開

参加者は、悩みの共有を通じた孤立感の解消、また発信することや人とのつながりの重要性を認識することができた。

其々の立場や分野、所属する事業所の垣根を越えて発言し思いを共有する取り組みは、近隣ではそれほどおこなわれておらず、その点でも本活動には意義があると考えます。

また、この活動を広く発信してより多様な参加者や協力者を募り、他地域で同様な取り組みをしている団体との交流や協働なども図りたい。

今後も引き続き、参加者等の声を主に、知りたい・学びたい内容を盛り込み、今年度と同様の定期開催を予定している。

# チラシ

Welcome

『らふLife - Kaigo café  
In ながおかきょう』

★2023年12月8日(金)  
18:30~20:30



『魅力溢れるコンパクトシティながおかきょう』誰もがここに居て良かったと思える素敵な地域でありますように。Life(生活)-Kaigo(介護)をキーワードに、参加される皆さまとの顔の見える繋がりと元気の素になればと、ほっこり、ゆる〜い集まり

『Life-Kaigo café in ながおかきょう』1周年記念！！

★第1部 【巻き込み型組織の作り方】

～なぜケアプランセンターがおにぎり屋を始めたのか？～

ゲストスピーカー：山下 勝巳さん



昨年も大好評だった、商店街を拠点に実践者でもある「山勝さん」こと【山下勝巳】さんに、ゲストスピーカーとして今回も素敵なお話を♪ 乞うご期待です！！

何気ない日常も、仕事も介護も子育ても?! みんなで寄りばら

★第2部【大会出場を目指せ！ミニポッチャ大会】

☆みんな初心者です。お気軽にお立ち寄りくださいませ◎

☆日 時：2023年12月8日(金) 18:30~20:30

☆会 場：長岡京市立中央公民館 2階 講座室

\*TEL: 075-951-1278

〒617-0824 京都府長岡京市天神4丁目1番1号

(<https://www.city.nagaokakyo.lg.jp/0000003537.html>)

☆参加費：大人500円(実費) 子ども 無料



- ・介護福祉士、主任介護支援専門員
- ・大阪府羽曳野市で介護事業所を経営。専門職の枠にとわれない活動後「介護」という活動のスタイルが主目。
- ・介護福祉士・PMARに監督参加、リアルタイムプランとして全国で講演活動を行う。
- ・日報誌出版はじめ多岐多岐。
- ・2022年9月ライブ配信イベント「ソーシャルアクションから、人がたことまで夢の実現を支える」。



☆お問い合わせ：メール、Facebook ページDM またはメンバーへ  
Email: [mu.lkcafe2022@gmail.com](mailto:mu.lkcafe2022@gmail.com)  
『らふLife-Kaigo café』実行委員会 TEL:080-2392-6434



Facebook

Welcome

『らふLife - Kaigo café  
In ながおかきょう』

★2024年3月12日(火)  
18:30~20:30



『魅力溢れるコンパクトシティながおかきょう』誰もがここに居て良かったと思える素敵な地域でありますように。Life(生活)-Kaigo(介護)をキーワードに、参加される皆さまとの顔の見える繋がりと元気の素になればと、ほっこり、ゆる〜い集まり

☆『Life-Kaigo café in ながおかきょう』第10回記念☆  
【笑って、楽しい、介護ってどうですか?】

～人生のラストに「笑い」と「生きがい」を♪～

今回は、全国各地での講演やNHK 出演等でも大活躍の

介護エンターテイナー&作業療法士『石田 竜生』さんを

ゲストに、介護予防のこと、介護されることになったり、することについて

と一緒に体感対話してみたいと思います。お気軽にお立ち寄りくださいませ◎

※今回はスペースの都合で、「30席」です。事前のお申込みをお願いします。

【お申込み：⇒<https://forms.gle/AumvJLwvZv61UdcmY8>】

【申込みフォーム】



\*

☆日 時：2024年3月12日(火) 18:30~20:30

☆会 場：長岡京市中央生涯学習センター 2階 ギャラリー1

(JR長岡京駅前 バンビオ1番館内) <https://www.nud.jp/bambio>

TEL: 075-951-4300 〒617-0833 長岡京市神足2丁目3番1号

☆参加費：大人500円(実費) 子ども 無料

※本事業は「令和5年度 長岡京市市民活動応援補助事業」の支援を受け実施しております。



株式会社おふとん  
介護エンターテイナー&作業療法士  
石田竜生



リハビリの国家資格である作業療法士として働きながら、大阪よしもとの舞成所に逢い、フリーのお笑い芸人・舞台俳優の活動を続けている。『人生のラストに「笑い」と「生きがい」を』をモットーに、『介護エンターテイナー』と名乗り活動中。『介護×笑い』に関する取り組みへの注目度は高く、セミナー研修講師・イベントゲストとして日本全国を飛び回り、多くのメディアで出演・執筆の実績がある。これまで、全国の講演会は500回以上。5万人以上に爆笑と健康をお届けしている。

☆お問い合わせ：メール、Facebook DM、メンバーへ

☆Email: [mu.lkcafe2022@gmail.com](mailto:mu.lkcafe2022@gmail.com)

『らふLife-Kaigo café』実行委員会 TEL:080-2392-6434



【Life-Kaigo café】  
Facebook