

# このひと

～ Special Interview ～

## 介護に携わる人の ケア・サポートをめざして カフェを運営しています

ケアラーズカフェ&ダイニング アラジン 専任スタッフ

もりかわけいこ

森川 恵子 さん



阿佐ヶ谷駅(東京都杉並区)から続く商店街の一角に、「ケアラーズカフェ&ダイニング アラジン」はある。木目の机と椅子が並んだカフェは、訪れた人がほっと一息つける温かい雰囲気がある。運営母体は、NPO 法人介護者サポートネットワークセンター・アラジン。「ケアラー」とは、家族の介護などケアに携わっている人の総称だ。

母の介護を機にアラジン主催の「介護者サポート養成講座」を受講し、介護などケアに携わる人のサポートを大事にする姿勢に共感した。講座修了後も何かの形でかかわっていきたいと思っていた折、スタッフにならないかと誘われた。

「介護者の会」の運営等に携わっていたが、開催は月に1回程度で時間も決まっている。参加するために都合を調整しても、その日の状況で来られない人もいた。「介護は生活の一部。その人の都合でいつでもふらっと立ち寄れる常設の場が必要だ」と感じていたところ、地域包括支援センターの方からの紹介で場所が見つかり、都の補助金を受け、カフェを立ち上げることになった。

訪れるのは主に地域の人だが、カフェを知り遠方から足を運ぶ人も少なくない。その人たちが抱える思いを話せる場となるよう工夫している。声をかけ、思いを語る人には耳を傾ける。介護者同士をつなぐことも意識しており、初めて会った人でも、安心して話せるよう間に入る。介護に携わっていない人にも来て欲しい。介護はある日突然始まる。そのとき「あんな場所があった」と思い出し、頼りにしてもらえるようにとの思いからだ。

来たときよりも表情が明るくなったり、「気持ちが軽くなった」という声を聞くとき、カフェがあつてよかったと思う。カフェの看板を見ながら、「今日は時間がなくて無理だけれど、いつか来ます」と声をかけてくれる人もいて、「待っています」という場があることもうれしいそうだ。カフェでは介護する娘の会やさまざまな講座も開催している。

「ケアする人のための場が、もっとたくさんあるといい」と話す森川さん。「ケアラーズカフェ立ち上げ講座」も始めた。魔法のランプのように、必要な人のための場でありたいと願っている。

ケアラーズカフェ&ダイニング アラジン <http://cafearajin.com>

住所：〒166-0001 東京都杉並区阿佐ヶ谷北1-4-1 TEL：03-6317-1634

営業時間：[カフェタイム] 11:30～17:00 (火～金) / [夕暮れバー] 17:30～21:30 (木、金)