

■リモート認知症カフェ実施団体からの質問への回答

質問内容	回答
<p>1 最初にオンラインを導入するとき、ハードルが高く 参加を躊躇される方に、どのようなお誘いの仕方が有効か？ 先日、ある方に、新しい単語や新しい挑戦を求められるだけで疲れる、と言われた。コロナの感染拡大の中、人と人との結びつきを途切れさせないためにもオンラインを有効活用したいので、最初に「やってみよう」と思ってもらえるようなきっかけ作りが必要と思うが、どんなきっかけでハードルを下げられるか。</p>	<p>・何人かの方は、実際に会って、スマホにアプリを入れる、練習をするところから始めた。現場でタブレットと一緒に操作することでハードルを下げた。音声聞こえている、聞こえていないなどをジェスチャーで伝える。 ・オンラインは、確かにはじめは伝わらなかった。アプリのインストールで、似たようなアイコンや名前のアプリもあり、混乱があった。 ・オンラインを無理強いほしくない。孫とコミュニケーションをとれるなど使うことによるメリットを伝える。やってみようかな？という人を引っ張る。 ・「動画あなたの知らない認知症の世界」も、なかなか集まらない状況で、動画で伝えていこうということから制作を始めた。 ・オンラインのやり方を分かっている方に手伝ってもらって、「覚えてもらう」ではなく「体験してもらう」でお誘いした。 ・「TVカメラみたいなものだよ」と言ってやってみた。</p>
<p>2 ネットに慣れない参加者の方に、どうやって使い方を説明しましたか？また、高齢の方はどれくらい参加されていますか？</p>	<p>・実際にお会いして、アプリのインストール、テストしてみても操作して説明した。 ・3名ほど新型コロナウイルスの影響でカフェに参加できなくなった方がリモートで参加してくれるようになった。 ・一番初めによくあるトラブルとして、音が出ないことがある。ミュートON/OFFではなく、はじめに入室するときに「コンピューターの音声を接続」することが必要。ホストは参加者一覧で、マイクのマークがない方がいたら入りなおしてもらるか、マイクマークを操作していただき、オーディオに接続することが必要。 ・一定時間をかけて家庭訪問するなど、説明することが必要。 ・らんらんカフェには高齢の方は7、8人ほど参加している。</p>
<p>3 ブ레이크アウトセッションをするときの注意点を教えてほしい。参加者への説明や、あらかじめテーマを決めて、今日はこのテーマで話して、とお願いしているか？その場合、どのようなテーマを設定されているか？</p>	<p>・ブレイクアウトルーム＝小部屋に分かれて話すという仕組みの説明が事前に必要。 ・勉強が目的ならテーマ設定、動画を見てもらって討議、交流が目的ならテーマ設定なくてもOK。らんらんカフェでは近況報告など自由な形式にしている。 ・ホストは、いろいろな部屋に入ることができるので、参加者の様子を見る。ホストは参加者の部屋割りを変更できる。 ・平塚カフェで気を付けていることとして、移動中など小部屋に入らない人はそのままの場所にいられるようにアナウンスしておく。</p>
<p>4 主催者はブレイクアウトセッションの参加者からのチャットは見る事ができるか？</p>	<p>チャットは見える。</p>
<p>5 対面での歌が禁止されている。音楽をオンラインで生かす方法がなくなったら教えてほしい。</p>	<p>・オンラインでは合奏、合唱が苦手。音が遅れて聞こえてくる。音域に制限がある場合がある。 ・音のズレを楽しむことができれば、あえてやってみると楽しい。</p>

質問内容		回答
6	オンラインとオフラインの一体感を演出する術	<ul style="list-style-type: none"> ・オフライン会場を写すカメラ／マイクを移動できるようにしておき、話している人を個別に写す。 ・合奏、合唱を行う。
7	ハイブリット開催する上での必要な機材	<ul style="list-style-type: none"> ・PC、プロジェクター、WEBカメラ、延長コード、会議用マイクスピーカーなど。 ・県提供タブレットを会場で手持ち端末として使用。
8	認知症の方がどのようにリモートで参加しているか。	<p>ご自分で参加されている方もいるが、多くの方は家族や施設職員等といった支援者がリモートにアクセスするところをフォローしている。</p> <p>また、グループホームから、職員がやり取りのフォローをして参加されている方もいる。</p>
9	認知症の方が参加するにあたり、家族・支援者の協力を得るためにどういった工夫をしたらよいか。	<p>家族・支援者の方にも、できるだけ簡易になるようにZoomの招待アドレスをご案内して、一連の同じ作業で参加できるように配慮している。必要に応じてカフェ当日にご自宅に伺って操作説明もした。また、カフェでのご様子を報告してその効果を共有するようにしている。</p>
10	オンラインのみでは難しいので、ハイブリットで実施しようとしても、緊急事態宣言で集まれる場所がない。開催場所をどのように探したらよいか。	<p>公共施設の他にも喫茶店(話すときはマスク着用で実施)やデイサービス(休業日・時間)、企業の遊休施設など人が集まることで売上につながる、多くの方に知ってもらえるなど、会場側のメリットも考えた場所選びをしている。</p>
11	タブレット端末は参加者に貸す以外に有効に活用する方法はあるか。	<p>①会場に来ていただいた方が、見やすいようにサブモニターとしても活用している。※ハウリングを避けるため、オーディオから切断するとよい。</p> <p>②特定の方の様子を見たい方には、画面に「ピン留め」をしてその方だけの様子を見られるようにして活用している。</p>
12	Zoomで自動作成される招待メールを送付するだけだと機械的な印象を受けてしまうのではないかと思う。カフェ参加が楽しみになるような、メールを送付したいが、どのような工夫をしたらよいか。	<p>Zoomミーティングは録画ができるので、前回の様子の録画の一部などを添付されると雰囲気が伝わる。録画に限らず、写真や文章で様子を添えても良いと思う。参加してくれた方から出た感想なども動機付けになると思われる。</p>
13	リモートであっても当事者主体でカフェを実施したいと考えているが、どのようにしたらよいか。	<p>認知症カフェの参加者を導く「ホスト」の役割とリモートシステムにおける「ホスト」を分けて考え、当事者が主体的に進行していただき、支援者は、システム上のホスト(操作)を務めるということができると思う。</p>
14	新しい方に参加していただく場合、リモート認知症カフェの広報はどのようにしたらよいか。	<p>facebookやtwitterなどのSNS、Peatixなどのイベント告知システムを利用している。また地域の広報誌などが考えられる。</p>

質問内容	回答
15 グループワークを盛り上げるために工夫すべきことはあるか。	ポイントは、人数、組合せ、話題提供。適正人数はテーマにもよるが、参加デバイスによっては、4名しか見えないので、(自分の画面を消して)5名程度が適当だと思う。工夫としては、各グループに盛り上げることができる方を配置している。またホストは自由に出入りできるので、各グループを巡回してフォローするようにしている。
16 カフェ開始時の会場の雰囲気のを教えて下さい。	ミーティングは、開始時間より早く一般の方も参加できるようにしておき、自由にやりとりしていただいている。ミュート解除を促して、フリーな時間をつくる。開始後では遠慮してしまう個人的なやりとり(〇〇さん、先日はありがとうございました！など)で場が和むことが多い。
17 カフェの途中で会話が止まってしまった時の転換の仕方を教えてください。	一般的なイベントと同様に、主催者側でいくつか皆さんの会話が広がるような話題や皆さんへの質問を準備しておくと思う。
18 久しぶりに参加する方がいる場合、リモートだと表情が見えづらく、楽しめているか分からない。どのような声掛けをしたら他のリモートでの参加者や会場からの参加者との交流が持てるか。	初めての方や久しぶりに参加される特定の気になる方に対して、主催者側のメンバーにお願いしてチャット(他の方に見えない)やLINEといった方法でアプローチすることがある。また、参加している主催者も大きなリアクションなどで相手に感情を伝えることもオンラインでは重要なスキルである。
19 カフェを対面式とオンラインのハイブリッドで実施する場合、会場とオンラインとで雰囲気の温度差が発生しないようにするため、ファシリテーターとしてどういったことを意識して進行したらよいか。	特に疎外感を感じやすいのは、オンライン参加の方なので、認知症カフェの場合、オンラインの方々の感じ方に気を配ることが必要だと思う。会場の主催者側のメンバーに会場参加の方をフォローしていただくことで、スムーズにいくことがある。
20 これまでのカフェ開催で、1回の人数では何名くらいが進行を進めやすく参加者も楽しめていると感じられたか。また、参加者が多い場合、少ない場合の工夫について教えてほしい。	30名を超える場合には、ハイブリッドの運営に難しさを感じることもある。一度に画面上で確認できるオンライン参加の方25名もひとつの基準になる。あまりに人数が多い場合は、オンラインのみにしたほうが、進行はしやすいと感じている。
21 緊急事態宣言も解除され、オンラインでのカフェ開催を継続するかどうか検討している。参加者からはオンラインだと家からリラックスして参加できるので話がしやすいという意見と、実際に人と会って話したいという意見があるため、ハイブリッド開催や、完全に対面方式にするのではなく定期的にオンライン開催とすることを考えている。感染者数の状況にもよると思うが、今後の認知症カフェ運営の方向性についてどのように考えているか。	オンライン形式を採用したことにより、参加できる方が増えたことは、認知症カフェの目的としても大きな成果であると同時に、実際に会って話すことの価値も格段に上がった。よって、ハイブリッドでの開催を続けていきたいと考えている。参加人数により会場にいながらオンラインとして参加したり、ブレイクアウトルームのグループのひとつが会場であると考えて両者の満足を実現したい。