

げんき

八王子センター元気

(八王子市高齢者活動コーディネートセンター)

代表：狩野 雄一郎

〒192-0062 東京都八王子市大横町 11-35

電話/ファックス：042-627-9179

<http://homepage3.nifty.com/centergenki>

入場者 2,000 人を超える 第 3 回 むかし若もの ふれあい作品展

八王子センター元気 柴田 忠寛

八王子センター元気の主催する「第 3 回 むかし若ものふれあい作品展」が、平成 23 年 12 月 13 日（火）から 16 日（金）まで、いちょうホール第 1 展示室と第 2 展示室で開催されました。3 回目とあって、展示も一段と工夫され、色彩も豊かになり、明るく華やかな雰囲気となりました。参加高齢者施設も 28 施設となり、入場者もウィークデイだけの開催にもかかわらず、2,105 人を数え大盛況のうちに終了致しました。開会当日は八王子テレメディアの取材も入り、12 月 14 日の Daily News で紹介されていました。作品展の様子は当団体のホームページ（URL：homepage3.nifty.com/centergenki/）で参加施設毎に紹介していますのでご覧ください。



この企画のテーマは、「励み」と「ふれあい」で、2 年前の平成 21 年 12 月 12 日（土）から 13 日（日）にかけて、第 1 回目が開催されました。高齢者施設での活動成果は施設内では展示され、関係者は見ることができましたが、これを一般向けにも行えば、一層の励みとなるのではないかと、それと同時に「ふれあい」への話題作り、そして普段多忙な施設職員の方々が他施設の展示品を見ることが、今後の活動へのヒントも得られるのではないかと。更には施設相互の交流にも役立つのでは、と考えたことが企画発想の原点でした。1 回目の参加施設は 21 施設で、入場者数は合計 300 人超（1 日当たり 150 人）でした。

第 2 回は平成 22 年 12 月 4 日（土）から 5 日（日）の 2 日間、開催されました。展示方法は前回は参考に工夫がみられ、前日の搬入日には各施設の職員の方々との間に、にぎやかな交流も見られました。参加施設は 26 施設、入場者数は合計 600 人超（1 日当たり 300 人）となり、見学者のアンケートでも、継続開催を要望する声が強くなっていました。

目 次

- | | |
|-------------------------|-------|
| 1 第 3 回 むかし若者ふれあい作品展の開催 | 柴田 忠寛 |
| 2 第 4 回 連載講座 傾聴 回想法 | 鹿又 ワカ |
| 3 総務大臣表彰式に出席して | 伊藤 涼子 |
| 4 お知らせ | |



3回目となる今回は日程など、いくつかの変更を加えました。まず、開催日は火曜日から金曜日の4日間としました。その結果、入場者数は合計2,105人（1日当たり500人）と大幅な増加となりました。ウィークデイのため施設利用者・職員が参加し易くなったことが挙げられますが、一方、ご家族（特に子供さん）、あるいは一般の方の入場者が減った感じはありました。この辺は、今後の検討課題となると思います。そして、実演コーナーでは、折り紙づくり、編み物などの実演も連日行われ、新たに似顔絵コーナーも設けられ、出来上がった作品をお土産に持ち帰る笑顔が感動的でした。前回まではこの周りで子供さん達のにぎやかな歓声が聞こえておりましたが、今回はやや淋しかったような気がしました。



これまでも、八王子市、八王子市社会福祉協議会、学園都市文化ふれあい財団、いちょうホールなど、多くのご支援を戴きましたが、今回は特に八王子市社会福祉協議会との共催となり、実施体制が一層強化された形で開催できました。

見学者から頂いたアンケートでは、作品の素晴らしさ、チャレンジ精神、創造性に感嘆する多くの声をいただきましたが、参加施設数の増大、展示スペースの拡大、土・日の開催に関する要望もみられました。これらの要望については、今後の課題として検討していかなければなりません。

最後にどうしても触れておかねばならないことは、各参加



施設のスタッフの目に見えない活躍を挙げねばなりません。このイベントがこのように広く親しまれるものになってきたのは、施設側スタッフの介護者への配慮なくしては、決してなし得なかったでしょう。車での送

迎、展示会場での引率・案内・誘導など、各施設の担当スタッフの知恵と工夫は一方ならぬものがあつたと推測できます。主催者側として、この点を忘れないようにしたいものです。

これまで3回のイベントの責任者として、その総体を管理・運営してきた、センター元気の伊藤 涼子副代表は、「これまでの中で、今回は一番安心して見ていることが出来た。それは、主催するセンター元気側と介護施設側のスタッフが、何をどうすれば良いかの段取りをよく理解して進めたためでしょう。」と感想を述べていました。このようなイベントの開催が地域福祉に少しでも貢献できれば、八王子センター元気の存在意義があるといえましょう。



回想法について

八王子センター元気 傾聴担当 鹿又 ワカ

前回の傾聴懇談会で回想法についての質問がありました。最近では症状の重い話し相手に接する機会が多くなった様に思いますが、どの様に対応したら良いか・・・。

話しかけても反応が無い場合や、話したくても失語症の場合は言葉が出てこないなど対応が難しい場合もあります。身近に接している職員と連携して回想法を試みては如何でしょうか？（日本認知症コミュニケーション協議会発行テキストより抜粋）

1 回想法とは 高齢者にとって過去の出来事を振り返ることは単に過去を懐かしむだけでなく、過去・現在・未来への自分自身のあり方や、アイデンティティを確認する行為と評価されています。精神科医のバトラー氏は高齢者が自分の人生経験を回想し再確認する行為は、萎縮しかけた脳細胞を刺激して脳活性化に役立つので医療・介護の現場で活用を提唱しました。今では認知症の予防や介護現場などで多数取り入れられているようです。

2 回想法の形式に個人回想法と集団回想法があります。

個人回想法とは、高齢者と援助者が1対1で語り手と聴き手になり、昔の玩具や、生活用品など様々な小道具を用いて「聴き手」は「語り手」の想いや言葉を引き出します。事前に目標を設定して語り手との信頼関係を築いて行う方が効果的です。

3 集団回想法（グループ回想法）介護施設では一般的な方法です。

6人から8人程度の高齢者に対して援助者が2～3人ついて、リーダーとサブを決め役割を分担します。用意した小道具を提示して集団の力を活用し、他者との相互関係や、対人関係を重視しながら、提供される小道具に対する懐かしい思い出話や、それにまつわる出来事などを、順々に発言できるように促します。

- ・ リーダー役はグループワーク展開の中心になり、サブリーダーと協力して和やかな雰囲気の中で、グループの参加者が思い出した事柄を自然に発言できるようにリードして、参加者同士の交流を促すように仕向けます。
- ・ サブリーダー役はリーダーを助けながら、聞こえ難い人や声が小さい人、言語障害のある人の手助けをします。（注意力散漫な人や、関心を示さない人にも声をかける）
- ・ 参加者の発言した要旨の記録をまとめて、今後のケアに役立つようにフォローします。

4 小道具の例（回想を呼び込む小道具は日替わりメニュー）

一度に集める必要は無いので、時期をみて必要と思う物を順次用意して、当日の目的に合わせて提供する。

- ・ 昔のお菓子（こんぺいとう、耳せんべい、バナナ菓子その他いろいろ）
- ・ 昔の遊び道具（お手玉、あやとり、めんこ、まり、こまなどいろいろ）
- ・ 昔の仕事道具（裁縫道具、大工道具、農機具その他）
- ・ 昔の写真（アルバム、結婚式や入学式、その他）
- ・ 昔の衣装（子どもの衣装、女性の衣装。男性の和服その他）

5 認知症の人への効果

認知症の人への効果は症状の程度にも依りますが、情緒面に働きかける効果として、「その人らしさ」の再発見に役立つようです。本人も生き生きと目を輝かせて語る場面など

に現れます。傾聴活動の中でも会話が途切れたり、話題を変えたい場面で、ポケットに忍ばせていた、お手玉やあやとりを出して、こんなので遊んだことがありますか？などと回想手段の一つとして取り入れてみては如何でしょうか。

地域づくり総務大臣表彰式に参加して

八王子センター元気 伊藤 涼子

平成 24 年 2 月 4 日（土）宮城県仙台国際センターに於いて、地域づくり総務省大臣表彰式が開催された。八王子センター元気は東京から唯一の受賞団体としてその榮譽に与った。



受賞の大賞は宮城県南三陸町、優秀賞として 3 団体、そして 21 団体の団体表彰の一つとして八王子センター元気が受賞した。又、地方自治体表彰では 6 団体の内、東京から江戸川区が受賞し、個人表彰が 5 名、奨励賞が 1 団体で、全 37 の個人、団体の受賞であった。この選定は、総務省地域づくり懇談会に於いて、様々な関連職種からの 12 名の委員によるものであり、大変権威のある表彰と言われている。当団体が評価された点は、「都

内での高齢化が著しい中で、生き甲斐づくり、仲間づくりができるプラットフォームの存在は大きい」、「永年培ってきた経験や、特技を持った高齢者に、居場所と出番の提供は非常に重要」の 2 点であったが、この点は「当団体が目指すもの」であることから、これが評価されたことは大変意義深い。会場はマスコミ関係、総務省関係を含め 200 名を超す参加があった。

第 2 部では、選定委員座長の東京大学名誉教授の月尾先生の記念講演、「足元の宝物で地域を再生」であり、世界から日本での足元の宝物発掘事例を紹介しつつ、その重要性を説いて下さり有意義な講演であった。続いて、5 名のパネリストによるシンポジウムが行われ、実際に経験活動して得た生きた言葉の数々に頭が下がる思いであった。このような受賞の機会を得たことは、健康福祉部高齢者障害担当・小坂部長をはじめ、米山高齢者支援課長、白石主査、直接担当者の河合様の多大なるご尽力の賜物と、衷心より感謝申し上げます。



おしらせ

毎月第 3 週の水曜日 10 時から開催する定例会の会場は、月度によって場所が変わります。ご注意ください

2 月、3 月 クリエイトホール（八王子駅北口から徒歩 3 分 : 648-2231）

4 月、5 月 北野市民センター（京王線北野駅から徒歩 1 分 : 643-0440）

6 月、7 月 子安市民センター（八王子駅南口から徒歩 10 分 : 646-1220）

編集後記

立春を過ぎると天候の変化が激しくなり、三寒四温の気配が感じられる。2 月 8 日の編集会議で、12 月に開催した作品展と傾聴講座について読上げ校正を行った。一字一句を全体の文章を見ながら校正する作業は、脳トレとして取り入れられるのではないかとその方法は？皆さんに広報担当になって頂き編集式脳トレをお奨めしたい。テスト式の脳トレより興味がわく脳トレになると思う。如何でしょう。（北原 記）

編集委員： 亀山良三、北原 勲、佐藤照雄、柴田忠寛、鈴木郁子、
恒元房枝、春本高夫、 山口幸男、若原 彰

