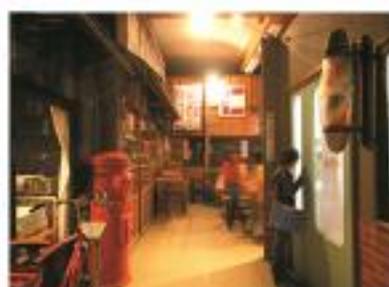


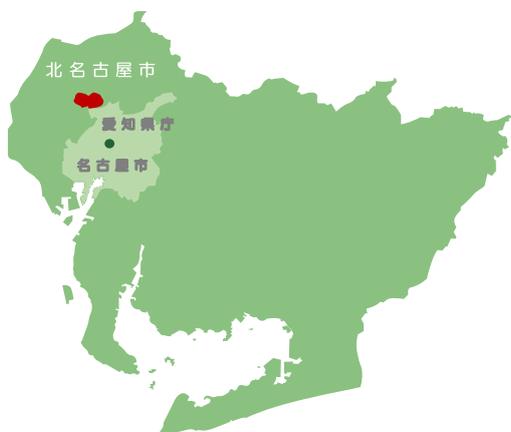


地域回想法

—北名古屋モデル—



ときをつなぎ、ひとをつなぎ、地域をつなぐ



基本情報と特徴

人口： 86,181人
 高齢化率： 24.0%（令和3年4月1日現在）

◦ モデル事業（平成14年度）をスタートに高齢者の介護予防と地域づくりをむすびつけ、地域ケアと地域づくりの担い手をつくる「地域回想法」として確立

◦ 昭和時代の日常生活用具を展示・保存している「昭和日常博物館（歴史民俗資料館）」、有形文化財「旧加藤家住宅」を活かした取り組み・活動。

～北名古屋市回想法事業「思い出ふれあい事業」～

北名古屋市では、平成14年（国のモデル事業）のスタート以来、継続的な取り組みの中で高齢者の介護予防と地域づくりを結びつける「地域回想法」を確立、元気な高齢者をもっと元気にする、回想法を元気な高齢者のための介護予防、認知症予防として実施しています。

回想法（グループ回想法）とは

昔懐かしい生活用具などを用いてかつて経験したことを楽しみながら皆で語り合うこと

→健康増進・認知症予防・仲間づくり

地域回想法とは

回想法を通して身近な地域で社会資源を活用し、人の絆を育み地域のネットワークを広げ、「町づくり」に貢献する社会参加を目指すもの

→健康増進・認知症予防・仲間づくり
→交流・世代を超えた交流
→地域づくり・まちづくり

北名古屋市回想法事業—思い出ふれあい事業

回想法スクール 介護予防（認知症予防）教室

- ・ 定員10名のグループ回想法（クローズド）
- ・ 週1回、1時間、全8回コース
- ・ 地域の公民館等で開催

卒業

卒業生全員

「いきいき隊」隊員に任命
いきいき隊の活動

同窓グループの活動

【具体的内容】回想法スクール：介護予防（認知症予防）教室

北名古屋市回想法事業の核となっているのが、市内各地（地域の公民館等）で開催される回想法スクールです。概ね65歳以上の方で10人程度のグループを作り、回想法を学んだスタッフが進行係となり1時間ほど語りあいます。

回想法スクールは、全8回を1クールとして、各回「遊びの思い出」「学校の思い出」などのテーマが設定されていて、テーマに沿った思い出話を楽しみます。また、回想を導き出すために昔懐かしい生活用具等を利用することもあります。

運営は、進行役の「リーダー」が1名、リーダーの補佐役・参加者のサポート役となる「コ・リーダー」が1～2名、現在は、回想法スクールの卒業生が務めています。

家に閉じこもりがちな男性の参加を促すため、男性ばかりの回想法スクールも年に1クール開催し、グループ構成も工夫しています。

回想法スクールの標準的な内容

1クールを全8回で構成される回想法スクールは週1回、1時間程度として、全回出席しやすくしています。また、テーマと内容の設定も、グループの構成や徐々にグループ内が打ち解けてくる過程を踏まえて、共通の入りやすいテーマから、自然と話が膨らむようなテーマまで工夫しています。

区分	テーマ	内容
第1回	自己紹介・ふるさと自慢	自己紹介・ふるさとの話
第2回	子どもの頃の思い出	遊びなどの話
第3回	学校の思い出	お弁当・好きな教科などの話
第4回	お手伝いの思い出	おつかいなどの話
第5回	叱られた人・褒められた人 会の名前を決めましょう	親や先生などの話 会の名前を決める
第6回	青春時代の思い出	憧れのスター・おしゃれ他
第7回	思い出をかたちに	思い出色紙作り
第8回	スクールを振り返って	スクールの感想など

回想法スクールの3つの約束

- ◇スクールで出た話は他では話さない。
- ◇思い出話を否定しない。
- ◇無理に話させない。



回想法スクール卒業生の会「いきいき隊」

回想法スクール終了後の仕組みとして、修了者（卒業生）に、そのクールのメンバーを基本としてグループを作り、自主的にやりたい活動を続けてもらう「いきいき隊」を結成しました。

「いきいき隊」は、回想法を介護予防や認知症予防につなげるには“継続”が重要との考えのもと、平成14年度から始め、平成15年度には組織化しました。

修了者を「いきいき隊」隊員に任命し、隊員証を交付します。

スクール卒業生は同窓グループごとに名前を付け、卒業後も継続した自主活動で交流を続けている。また、グループ間（いきいき隊全体で）の交流活動や、小学校に出向いての伝承教室、回想法センターでの案内など、「とき」「ひと」「地域」をつなぐ活動は様々な方向に広がっています。

「隊員証」の裏面に記載

「いきいき隊」のモットー

わたしたち「いきいき隊」は、むかしと今をつなぎ、人と人をつなぎ、地域の輪を広げ、健やかでいきいきとしたまちづくりを推進します。



「いきいき隊」の活動

活動	主な内容
生涯学習ボランティア活動	市生涯学習課イベントへのボランティア（竹細工作り、昔の遊び体験等）
地域交流活動	季節のイベントを通じた地域住民との交流（ミニコンサート、サンサンまつり等）
異世代交流活動	児童館児童クラブ、専門・大学生との交流（昔の遊び体験、実習生回想法体験）
見学者案内	回想法センターの県内外見学者の案内
セッション体験・講演	視察の際の回想法体験や講演の協力 市内外での出張回想法の推進
介護予防活動	高齢者サロン「ほっこりひろば」の開催
その他の社会貢献活動	取材対応、回想法紹介ビデオ作成の協力（テレビ、新聞等）

テーマソング♪

いきいき隊ソング
(青い山脈替え歌)

谷垣明男 作詞



- ▶ 1、若い心でハツラツと 仲間の絆で元気よく
- ▶ いきいき隊の 明るい笑顔
- ▶ 合同会 今日も一日 楽しもう

- ▶ 2、認知やマイ(病)よさようなら 回想法で活性化
- ▶ いきいき隊と 愉快地に語る
- ▶ 懐かしさ 尽きる事無い 思い出が

- ▶ 3、春はツツジの花が咲き 秋は木犀のよき香り
- ▶ いきいき隊も 爽やか気分
- ▶ 朝の陽を 受けて健やか 躍進だ

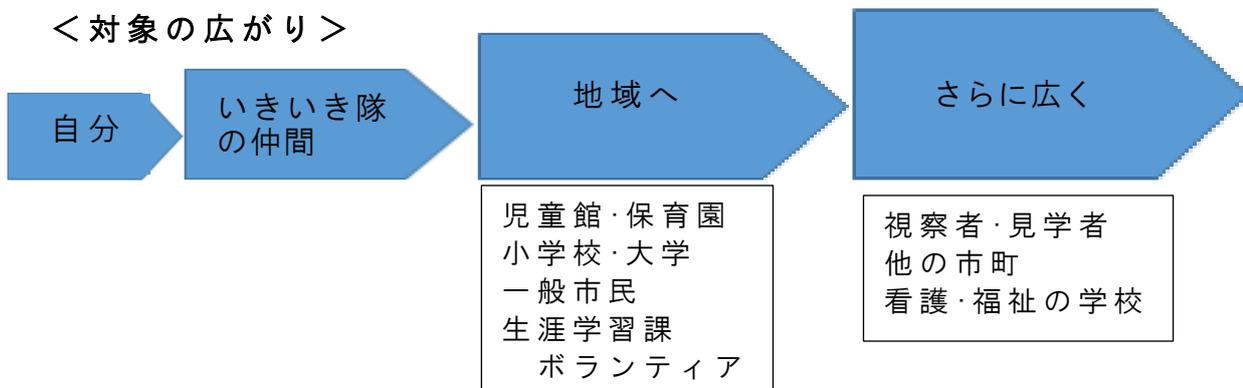
「いきいき隊」の2つの広がり

「いきいき隊」には2つの広がりがあります。

1つめは、対象の広がりで、スクールに通うことで、①自分から「いきいき隊」の仲間へ、という広がりです。次に、「いきいき隊」としての活動が、②仲間から地域への広がりに繋がります。そして、地域での活動が、市外、県外からの視察者・見学者の受入れなど、③地域からさらに広いつながりに拡大していています。

2つめは、役割の広がりです。対象の広がりに伴って、①同世代、異世代との交流から社会教育や地域回想法の普及啓発へ、地域回想法の中で「いきいき隊」が担う役割が広がってきています。さらに、「いきいき隊」を対象とした回想法リーダー研修を経てスクールの運営に携わり、高齢者サロンの開催など、②地域回想法の協力者的な役割から互助（ケア）を担う役割へと主体的な活動に展開されています。

<対象の広がり>



<役割の広がり>

同世代・異世代
との交流



社会教育
地域回想法の普及



互助（ケア）

年度		役割等
平成20年度	案内の発足	◎視察・見学者へのレクチャー ◎セッション体験実施
平成22年度 23年度 26年度	回想法リーダー 研修の実施 (いきいき隊対象)	◎回想法スクールのコ・リーダー担当 ◎体験セッションのスキル向上
平成28年度		高齢者サロンの開催 (平成27年度試行)



地域交流・まちづくり



世代間交流・伝承教室



地域回想法の普及活動

【連携・協働】回想法事業の2つの連携

北名古屋市回想法事業は、事業運営を2つの連携・協働によって展開しています。

①人・地域（ソフト）の協働

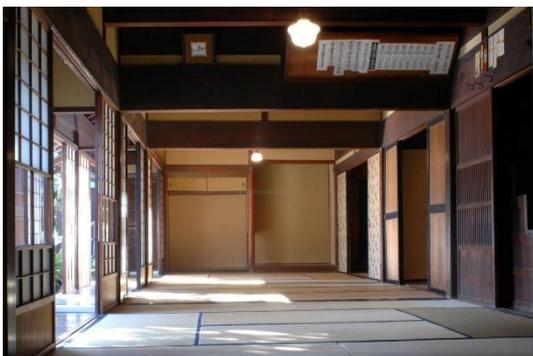
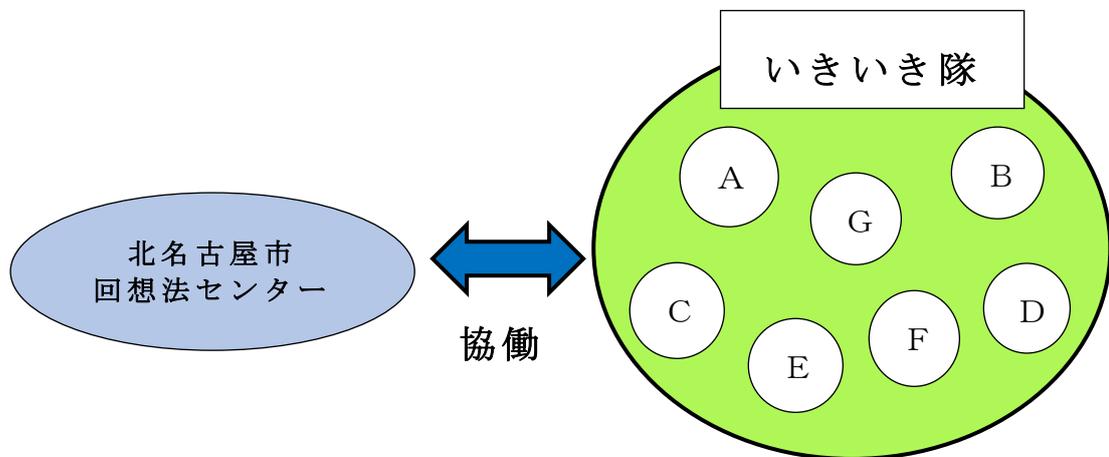
回想法を認知症の人のためのもの、療法として行うものではなく、元気な高齢者のつながりのためとして展開したことは、地域回想法として地域に定着するために、回想法を受けた人と連携して発展・拡大していくことを目指した理由でもあります。

長年に渡る事業の積み重ねにより、「いきいき隊」の同窓グループと仲間は年々増え、回想法センターとの協働で、様々な活動を継続し、さらに発展を続けていきます。

②拠点（ハード）の連携

回想法センターは、「旧加藤家住宅」の敷地内にあり、回想法事業の拠点としてスクールの会場ともなっています。旧加藤家住宅の建物は、明治初期から昭和にかけて建てられたものです。

また、昭和の時代にスポットを当てた「北名古屋市歴史民俗資料館」は、同時代の日常家財、生活用品などが多く収蔵されており、回想法事業の重要な連携拠点となっています。



▲旧加藤家住宅



▲北名古屋市歴史民俗資料館

高齢者が、住み慣れた地域で自分らしく生き生きと暮らせるように、支援と体制整備をすること。

