



回想法スクール卒業生の会

いきいき隊

2002-2022 20周年記念誌



目次

あいさつ	1
いきいき隊早わかり	2
回想法スクールといきいき隊活動への想い	3

I いきいき隊の歴史

1. 「いきいき隊」グループ名紹介	4
2. あゆみ	8
3. 活動実績	10

II いきいき隊の活動

同窓グループの活動	12
全体活動	14
子どもとの交流	16
地域交流	17
仲間を募って同好会	18
回想法の普及	21

あいさつ

回想法スクール卒業生の会いきいき隊 会長 武市 金吾

私達、回想法スクール卒業生の会「いきいき隊」は、組織化され20年を迎える事が出来ました。

この度、回想法の聖地“北名古屋”と言われるようになった、これまでの活動や取り組みの楽しさを一人でも多くの方々に知ってもらうため、わかりやすく紹介する冊子が完成しました。

私達の活動は派手さはありませんが、“ひと味”も“ふた味”もある中味の濃いものです。この活動を日頃の生活に取り入れる事により、認知症予防、介護予防等に繋がり、いくつになっても自分のことは自分でできるなどの生きがいを感じ、毎日“笑顔”で過ごせています。

回想法スクールで出会い仲間となった約730名の卒業生「いきいき隊」と一緒にあなたも第二の人生を楽しみましょう。

当冊子の作成にあたり、皆様方のご支援ご協力に厚くお礼を申し上げます。本当にありがとうございました。

相談役（第2代、第8代会長） 永峰 正康

いきいき隊の連帯感の秘訣は、合同会にあると思います。

回想法スクールを終了して、グループ活動に入りますが、別々に活動し、横のつながりがありません。年2回行われる合同会はグループが集合し、知らない者が顔を見合せいろいろの競技をし、得点を競い合い結果発表。こんなに楽しい仲間がいるのだ、と実感できます。

そのほか自主グループがあり、自分に合った活動に参加でき、仲間が増え、認知症予防と体力増進に役立ちます。

もう一つ、歴代の回想法センター職員の陰の力が大きいと思います。月初めの代表者会の次第作成、会議や各イベント等の会場の申請など「いきいき隊」の活動がスムーズに運営されるように全般に気配りをしてくれその力は計り知れません。これからも、人と人との出会いとつながりを大切にして楽しく活動ができるように頑張ります。

いきいき隊早わかり

いきいき隊の正式名称は、回想法スクール卒業生の会「いきいき隊」で、元気やエネルギーを感じる名前の候補の中から選ばれました。

入学

回想法スクールに参加

回想法スクールとは

北名古屋市が高齢者の健康づくりとして取り組んでいる事業のひとつです。広報などで参加者を募集しています。テーマを決めて参加者同士で思い出を語ったり聞いたりすることで、年齢や出身地は違っても同級生のような絆が生まれます。1クールは毎週1回×1時間を6回コースで開催しています。

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
- ・無理に話をさせない

回想法ではこの約束を大切にしています



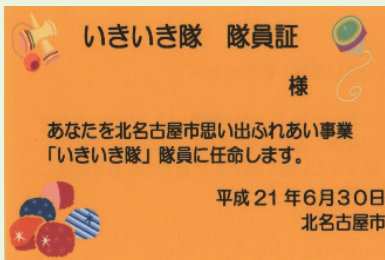
自身の健康づくりにはいつまでも地元で楽しく過ごせる仲間も大切です。そんな仲間を増やすために回想法スクール卒業生全員に隊員証を交付。

卒業

いきいき隊に任命

卒業証書が、いきいき隊隊員証

表



これで終わりじゃないよ。ここから始まるんだ！

裏

「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。

いろいろな活動に自分のペースで参加



せっかく仲間になったなら一緒に楽しもう！

- 遊びを通した世代間交流
- 昔を思い出し仲間と楽しむ行事
- 回想法普及、啓発

回想法の効果

脳の活性化

昔を思い出し話すことで脳の血流が増加。続けることで認知症予防につながります。

情緒の安定

懐かしい！という気持ちとともに自分の人生を振り返り、肯定的にとらえる機会になります。

コミュニケーション力の増進

思い出を語り合うことで、人と話すことが楽しくなります。

回想法の聖地北名古屋



地域での回想法の取り組みを、国が先進的と認めモデル事業に指定しました。

回想法事業といきいき隊活動は評判となり、「回想法の聖地」と呼ばれるまでになりました。

◀ 回想法センター 住所：北名古屋市六ツ師704番地1 電話：0568-24-5337

回想法スクールといきいき隊活動への想い

新しい仲間との出会い

いつの日か、認知症になる時が来るかも…？

その日を先送り出来るように、との思いで回想法スクールに参加しました。これまでの友とは違う仲間ができて、色々と企画された楽しい行事等々。気持ちがネガティブになり外へ出るのが否な時も、安心して気楽に話せる仲間が待って居て下さるとの思いで出かける事ができます。物忘れが多くなり、フレイルに進みつつある自分を受け入れてもらえる安心感が、前向きの気持ちで集まりに参加できて励まされています。

(Yさん)



程良い刺激で元気に

縁あって加藤家にお世話になってとまどう事ばかりでしたが、今迄とは違う経験を沢山させてもらい大変意義のあるものだったと思います。回想法でテーマを決められ盛り上がる話の中で、忘れていた出来事がポッと思い出された時は、逆にその当時にひたり毎回若返って行くような新鮮さでした。

いろいろな行事に参加する事で、程良い刺激を与えられ、元気をもらっています。

身体の続く限り、いきいき隊で頑張りたいです。

(Mさん)

I いきいき隊の歴史

1 「いきいき隊」グループ名紹介

スクールでは、卒業するまでにそのグループみんなで話し合って名前を付けます。
 (「いきいき隊」とは、〈回想法スクール卒業生の会「いきいき隊」〉の略称)

年 度	グループ名 (人数)	グループ名の由来
平成14年度 (2002年度)	まつ (8人)	モデル事業参加者の小学校時代に、実際に使用されていた馴染みやすい名前を選択。
	たけ (9人)	
	うめ (9人)	
平成15年度 (2003年度)	さつき会 (9人)	皐月の咲くころにスタートしました。 ひらがなで「さつき会」。
	ゆりの会 (9人)	ゆりは、清楚できれいということで「ゆりの会」。
	いんちゃんぼい (9人)	話題になったジャンケンは、師勝では「いんちゃんぼい」という。 愉快的感じ、気楽な感じがいいということで決定。
	三七(みな)の会 (10人)	3人が男性で、7人が女性ということで「三七の会」。
平成16年度 (2004年度)	まだわ会 (9人)	元気はつらつな方ばかり。 まだまだ若い、まだ若い、「まだわ会」。
	星の会 (8人)	七夕のころに始まったので「星の会」。
	もえデイサービス・ 福寿草 (9人)	※介護福祉施設で実施
	ほほえみ (9人)	微笑みのステキなメンバー。いつまでもこの ほほえみを忘れないようにと「ほほえみの会」。
平成17年度 (2005年度)	しかつ元気会 (8人)	我々が元気で続けるために「しかつ元気会」 (げんきかい?)。
	若宮会 (13人)	若宮でスクールがあったので「若宮会」。
	かえでの会 (10人)	〈かえで〉可愛らしいよね。 かえでのようにかわいらしい少年少女時代を語り 合ったので「かえでの会」。
	つるかめ会 (11人)	※介護福祉施設で実施
平成18年度 (2006年度)	なでしこの会 (9人)	はまなでしこは、小さい色とりどりの花びらが 集まって一輪。十人十色、輪になって一輪の花 になるように「なでしこの会」。
	かたらいの会 (11人)	色々みんなで話し合う会にしよう、ということで 「かたらいの会」。
	さわやか会 (6人)	さわやかな会になるように「さわやか会」。
	城の会 (11人)	スクールを実施した会場に「九之坪城址」がある から「城の会」。
	バーチャル回想法 (3人)	※NPO法人が映像を使って実施

年 度	グループ名（人数）	グループ名の由来
平成19年度 (2007年度)	華もえの会 （9人）	華があり、萌え上がるような女性ばかりだったこと、もえの丘で出会ったことから「華もえの会」。
	さえずり会 （10人）	ピーチクパーチク「さえずり会」。
	チャーミングの会（7人）	歳をとっても、誰にでも好かれるチャーミングな人でありたいということで「チャーミングの会」。
	ビギン （8人）	ビギン、これは始めるという意味。ここから始めましょう。ビギン・ザ・ビギン。
平成20年度 (2008年度)	わかばの会 （9人）	緑萌える頃、青葉のようにキラキラ輝いていきたいということで「わかばの会」。
	ひまわり会 （9人）	夏に誕生。明るいひまわりのような女性ばかりなので「ひまわり会」。
	ほのぼの会 （12人）	『「ほのぼの会」ってどう？』の一言で決まり。
	つつじ21 （11人）	つ・束の間の、つ・集い楽しき、じ・時間かな。21～22世紀も元気に「つつじ21」。
平成21年度 (2009年度)	八竜の園 （9人）	八竜は地元の地名。メンバーは、8人の女性（園）と1人の男性（竜）なので「八竜の園」。
	ふくのび会 （9人）	ふくろうは幸せを呼び、のびのびは楽しく過ごせる会にとの思いで2つをミックスして「ふくのび会」。
	一步会 （12人）	何をやるにも最初は一步から。一步一步前進しようと「一步会」。
	わの会 （10人）	「わ」と言うのは話の輪とか、車輪の輪もある上、わははの「わ」でもあります。輪になってやるとなんでも和やかでいい。
平成22年度 (2010年度)	八笑会 （8人）	メンバー八人、笑が多いので「八笑会」。笑って暮らそうという意味もこめて「八笑会」。
	昭葉の会 （9人）	昭和生まれの方ばかり。スクールがあったのが葉月（8月）なので合体して「昭葉の会」。
	あすなろの会 （10人）	明日はヒノキになろう、毎日少しずつ成長していこうという思いから「あすなろの会」。
	やよい会 （12人）	3月（弥生）にスクールを卒業したから「やよい会」。
	大昭（大将）会 （8人）	大正と昭和生まれの青年集団。男ばかりのがき大将。
平成23年度 (2011年度)	ふみの会 （14人）	平成23年に生まれた会だから「ふみ（23）の会」。
	はすの実会 （9人）	与えられたテーマはほっといて、はすの花やはすの実を食べた話で盛り上がりました。やっぱり会の名前は「はすの実会」。
	もみじ23 （10人）	平成23年、色鮮やかなもみじのような人ばかり集まったので「もみじ23」。
	ふきのとう （6人）	ふきのとうは、厳寒の土をおこして芽ぶくという植物なので、とても魅力があり、ロマンチック。ロマンチックな方が集まったので「ふきのとう」。
	多宝会 （6人）	こじんまりした会だが、これを人生の宝としていこうという意味で名づけた「多宝会」。

年 度	グループ名（人数）	グループ名の由来
平成24年度 (2012年度)	キルトの会 （7人）	パッチワークキルトは1枚1枚縫い合わせて布ができる。 初めて会ったメンバーが1枚の布のようになるように「キルトの会」。
	忘れな草の会 （10人）	集まったみんなを忘れないようにと「忘れな草の会」。
	なみの会 （11人）	初めて会ったのが7月3日だから「なみの会」。 夏に行ったスクールにぴったりの名前です。
	クラブ男会(だんかい) （7人）	男ばかりだから男会。団塊の世代のメンバーもいるので引っ掛けて「クラブ男会(だんかい)」。
	楽語会 （14人）	楽しく語り合おうと「楽語会」。
	きさらぎの会 （7人）	2月に始まったため「きさらぎの会」。
平成25年度 (2013年度)	秋桜 （11人）	秋の少し涼しくなったころのコスモスがきれいに咲いていた時にスクールが終わったので、漢字で「秋桜」。
	デコイチ （10人）	機関車のデコイチ(D51)のようにグイグイ引っ張っていくようにと「デコイチ」。
	おはよう会 （5人）	午前中の開催で、最初の言葉が「おはようございます」なので「おはよう会」。
	てんとう虫 （10人）	老人の集まりなので、可愛い名前が良いのではないかということで「てんとう虫」。
	さくらの会 （13人）	スクール卒業の時、ちょうど桜が満開でとてもきれいだったので、「さくらの会」と名付けました。
平成26年度 (2014年度)	ゆうゆう会 （12人）	ひらがなにすることで、いろいろな意味「友友・遊遊・悠悠」を込めて。
	遊ぼう会 （10人）	今まで仕事ばかりだったが、これからは遊び心を持って大いに遊ぼう!!という気持ちで「遊ぼう会」。
	ふるさとの会 （8人）	ふるさとが、山形、秋田、九州、知多、名古屋に散らばっていて、地元の伝説・行事などの話で盛り上がったから「ふるさとの会」。
	一五会 （5人）	スクールが一月五日に始まったので「一五会」。
平成27年度 (2015年度)	一歩の会27 （11人）	一歩一歩進もうねと、「一歩の会」を提案したら、すでに「一歩会」があったので、27年に結成だから27をつけて「一歩の会27」。
	思い出の会 （10人）	昔の思い出を楽しく語り合い、それがみんなの思い出に残るような会にしたいと「思い出の会」。
	寿限無の会 （9人）	落語の「寿限無」は寿命が無限に続くようにと願う名前。 この会も無限に続くようにと願い「寿限無の会」。
	ひよどりの会 （9人）	ひよどりが鳴く季節だった。

年 度	グループ名（人数）	グループ名の由来
平成28年度 (2016年度)	かがやきの会 （12人）	この出会いをきっかけとして、みんながいつまでも輝いていることができるようにと「かがやきの会」。
	祖父（じじ）の会 （8人）	メンバーの中に元先生がいて、その方だけが名前を考えてきてくれた。 それが「祖父（じじ）の会」。
	みのりの会 （11人）	稲穂の実りにかけて、私たちもみのりのある活動ができますようにとの願いから「みのりの会」。
	ひまわり娘 （8人）	みんなひまわりのように明るいので「ひまわり娘」。
平成29年度 (2017年度)	紫蘭の会 （9人）	紫蘭の花が咲いていた季節。 名前を忘れてもくしらん。
	元気くん （9人）	いつまでも、いくつになっても元気で行こうと 「元気くん」。
	一二三会 （9人）	一月二三日がスクールの卒業式だった。
平成30年度 (2018年度)	紫陽花の会 （10人）	紫陽花がきれいに咲いてる季節で、みんなが紫陽花のようにきれいだったから「紫陽花の会」。
	親睦の会 （9人）	このチームでもっと親睦を深めよう！
	やまびこ会 （9人）	呼べば返ってくるやまびこのように話ができる会。
令和元年度 (2019年度)	令和会 （11人）	令和になり初めてのスクールだったので「令和会」。
	令和元年つくしの会100 （11人）	令和元年に集まり、皆がつくしのように元気よく、 100歳まで頑張れるように「令和元年つくしの会100」。
	回想法あの日に戻って 語ろう会 （7人）	自分の経験などを皆で語り合い、仲良くする会。
令和2年度 (2020年度)	大空の会 （5人）	広い大空に飛び立とう！
	笑話（しょうわ）会2020 （6人）	2020年に、笑いながら話をしたスクールだから 「笑話会2020」。
令和3年度 (2021年度)	和み会 （6人）	なんでも語り合える、心なごむ会にしようと 「和み会」。
	史波楽（しばらく）会 （6人）	歴史の波を乗り越えてきた人生。 これからを楽しもうと「史波楽（しばらく）会」。
令和4年度 (2022年度)	すいかの会 （9人）	夏の暑い時期に卒業。 すいかの時期だったので「すいかの会」。
	秋あかねの会 （5人）	スクールが終わったのが、赤とんぼの時期の 10月だったので「秋あかねの会」。
	のりのり会 （8人）	みんなで人生「のりのり」でいこう！

2 あゆみ

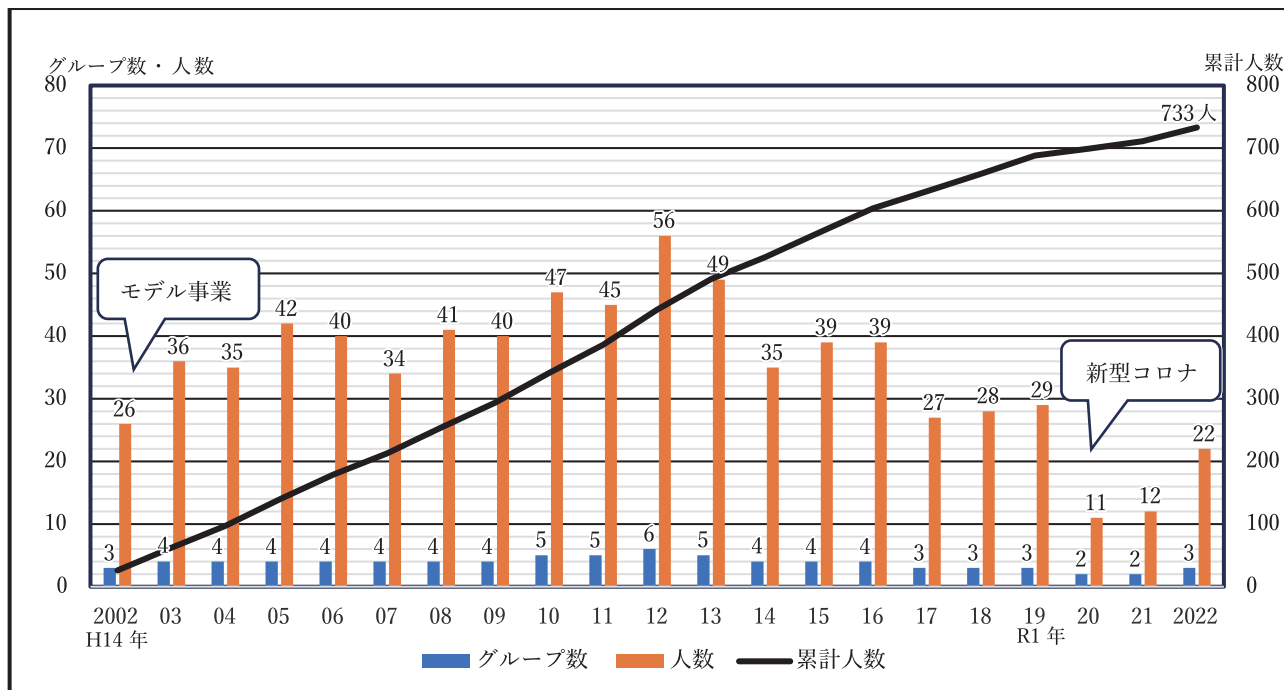
年 度	主 な 活 動
平成14年度 (2002年度)	「師勝町思い出ふれあい(回想法)事業」の開始 国のモデル事業として介護予防効果の検証
平成15年度 (2003年度)	事業目標；「回想法＝認知症」のイメージ払拭と参加者の組織化 ・ 回想法センター開館 ・ 健康高齢者を対象にした「回想法スクール」開校 ・ 活動継続のための組織「いきいき隊」結成。スクール修了者を全員隊員に任命 オープン回想法「お話ひろば」開始 歴史民俗資料館が「回想法キット」を作成・運用開始
平成16年度 (2004年度)	事業目標；「療法ではない回想法」の提案 ・ オープングループの開始「うたおう会」「つくろう会」 全体活動(合同会の前身)として「釜炊きご飯のおにぎり会」「餅つき会」実施 いきいき隊会報第1号発行 児童クラブとの交流(世代間交流)の開始。以降、保育園から専門学校・大学生まで拡大
平成17年度 (2005年度)	事業目標；「まちづくりに生かす回想法」の展開 ・ 愛・地球博「師勝町の日」に参加し、町のPR活動を実施 ・ 地域交流事業の開始(ミニコンサート・映写会・作品展) ・ 世代間交流の拡大(水てっぽう作り教室・昔の暮らし体験) ・ しあわせフェスティバル・ボランティア祭り参加 いきいき隊役員会開始 会報を「いきいき通信」に改称 平成18年3月20日 師勝町と西春町が合併し、「北名古屋市」の誕生
平成18年度 (2006年度)	〈回想法スクール卒業生の会「いきいき隊」会則〉制定 いきいき隊役員会の月例化 オープン講座開始(体操・書道・勉強会)
平成19年度 (2007年度)	全体活動(合同会の前身)を年2回の定期開催とする ・ 第1回いきいき隊総会開催 ・ 秋の全体活動から、食べ物づくりをやめて運動会(ゲーム大会等)に変更 視察者に対する説明マニュアル作成
平成20年度 (2008年度)	案内係の発足；視察者に対し市職員が行っていた回想法事業等の説明を「いきいき隊」が行う 夏の宵まつり開催開始
平成21年度 (2009年度)	回想法スクール「男性専科」開始 男性専科オープングループ「八六会(やろうかい)」発足 オープン回想法「お話ひろば」を西地区の陽だまりハウスでも開始 サンサンまつり開催開始 旧加藤家住宅の物置を「ふれあいの部屋」として整備

年 度	主 な 活 動
平成22年度 (2010年度)	歴史民俗資料館で演劇「あの頃の思い出」上演 回想法シンポジウム開催 ニッセイ財団生き生き活動顕彰受賞；「いきいき隊」の活動が認められた 「大桑村交流会」開始(～28年度)
平成23年度 (2011年度)	冊子「ほほえみのレシピ」作成；名古屋弁で書かれているふるさと料理本 「つくろう会」が、手芸・工作・料理の3つのグループに分かれる 「ひなまつり会」開始；旧加藤家住宅に飾りつけし、近隣住民にも開放
平成24年度 (2012年度)	温故知新フェスタ開催 ；回想法演劇「人生は廻り灯籠 小学校は社会の第一歩」上演 冊子「伝えたい言葉集 人生は走馬灯」作成 「トライアングルフェスタ」参加開始
平成25年度 (2013年度)	「かるた会」開始；回想法センターでかるた、百人一首等、ぜんざいの試食 いきいき隊法被の作成；貸出制
平成26年度 (2014年度)	「妙高市交流会」開始；隔年で相互往来(～30年度)
平成27年度 (2015年度)	「つくろう会」北名古屋市健康ドームでも開始；手芸 「ふれあいコマまつり」参加開始 「明智回想法センター交流会」開始 いきいき隊Tシャツ作成；5色(ピンク、グレイ、緑、青、黄)作成。自己買取
平成28年度 (2016年度)	高齢者ふれあいサロン「ほっこりひろば」市内2か所で開始 (シルバー人材センター東支所、九之坪南会館)
平成29年度 (2017年度)	「ほっこりひろば」市内4か所に拡大 (上記2か所に加え、もえの丘、コミュニティーセンターで開始)
平成30年度 (2018年度)	オープングループ「作って遊ぼう会」発足；主に工作 オープングループ「いきいきウォーキング隊」発足 「きっずタウン」参加開始
令和元年度 (2019年度)	思い出のファッションショー「昭和のガールズコレクション」上演
令和2年度 (2020年度)	新型コロナウイルス感染症の蔓延により政府から「非常事態宣言」が発出され、市内全公共施設が断続的に閉鎖された。それにより活動のほとんどが中止に追い込まれた
令和3年度 (2021年度)	「思い出ふれあい(回想法)事業20周年記念イベント」演劇、昭和の街並み再現の準備に着手 「ほっこりひろば」シルバー人材センター東支所が老朽化により閉館し、3か所となる
令和4年度 (2022年度)	「思い出ふれあい(回想法)事業20周年記念イベント」(昭和の思い出フェスタ)開催 ・回想法演劇「わがまち自慢 笑顔と元気が広がる回想法 思い出ふれあい事業のすべて」上演 ・昭和の街並み再現 九之坪ふれあい文化祭に参加

3 活動実績

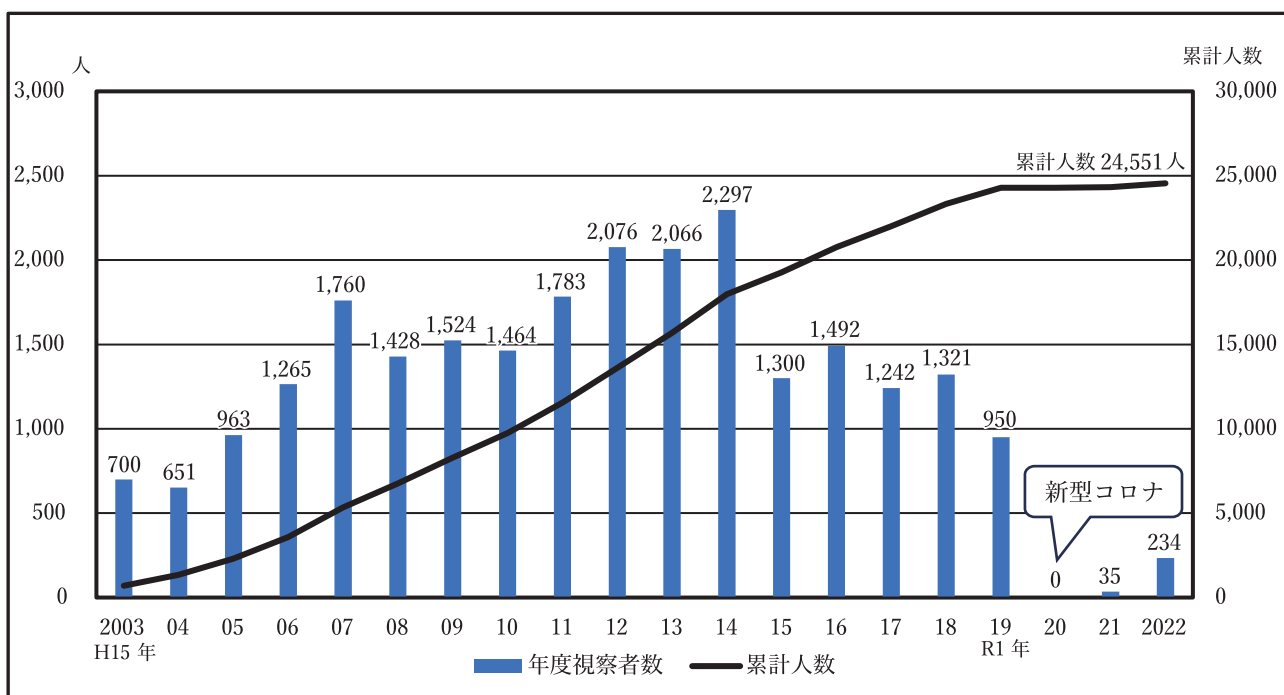
(1) 年度別グループ数・人数と累計人数

2002年度にモデル事業として始め、毎年スクールを実施し2022年度までに累計で80グループ・733人のいきいき隊員が誕生。



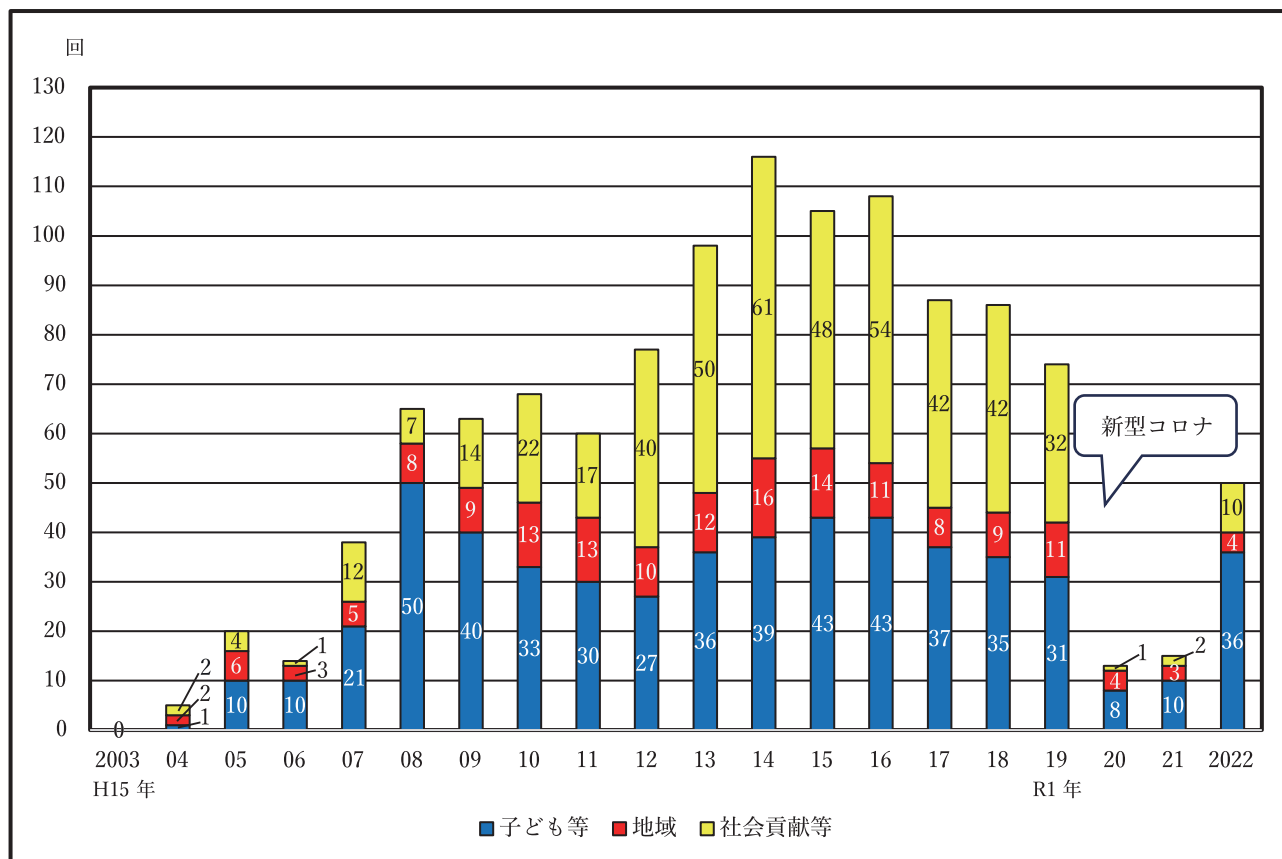
(2) 年度別視察者数と累計人数

スクールを卒業した「いきいき隊」が、組織的に社会貢献活動をしているということがユニークであると、全国各地の民生委員・児童委員、行政職員、福祉施設職員、社会福祉協議会などが視察に来訪。



(3) 年度別交流活動回数

「いきいき隊」は、市内の各種団体、保育園から大学生、市外の団体との交流も活発に行っています。



グラフの表記	交 流 の 内 容
■ 子ども等	保育園、児童館、小中学校を対象とした交流活動。(専門学校・大学も含む) 保育園祭り、お正月遊び、水鉄砲遊び、昔の暮らし体験、遊び道具作りなど。
■ 地域	地域の多世代を対象とした季節行事や、イベントなどの活動。 ひな祭り、ミニコンサート、夏の宵まつり、サンサンまつり、園芸部イベントなど。
■ 社会貢献等	回想法事業やいきいき隊活動の紹介を通して、回想法の普及や地域活性化を推進する活動。 他団体主催のイベントへの参加、回想法体験会、講演、他市町村交流事業等。

「いきいき隊」は交流活動以外に、テレビ、ラジオの出演や新聞・雑誌等の取材を多数受け、回想法の啓発と「いきいき隊」の紹介を積極的に行っています。

北名古屋市のPR役も担っています。

II いきいき隊の活動

同窓グループの活動

スクール毎にグループが誕生し、グループ毎に自由に活動しています。

全体活動

合同会、市内のイベントへの参加など同窓グループに関係なく活動しています。

子どもとの交流

伝承遊びなどで子ども達と交流しています。

地域交流

自分達で企画したお祭りなどで地域の方々と交流しています。

仲間を募って同好会

興味のある事や挑戦したい事などに仲間が集まって活動しています。

回想法の普及

視察者の案内や出張講座など回想法の魅力を伝えています。

同窓グループの活動

平成17年度卒業 “しかつ元気会” メンバーに聞きました

会員に男性がいた頃の思い出

お茶摘みもしました。揉んで干して10月にお茶会をしました。おまんじゅう作りもいろいろしました。

■ そば打ち

粉から練ってやりました。何回もやりました。すごく難しかったです。

本格

■ うどん

足で踏んで、やりました。何回も作りました。全部成功しました。食べ方もいろいろしました。つけ麺、煮込みうどん、かやくうどんなど全部おいしかったです。

絶品

■ お寿司

花の型に作りました。その時は、小学生が見学に来て一緒に作りました。

現在は

同じく平成17年度卒業生“かえで会”と合流して活動しています。

利休まんじゅう



鬼まんじゅう



平成27年度卒業 “一步の会27”



男1人でしたので、最初のうちは女性軍に圧倒され静かにしてました。

食べ物は巻寿司、あげ寿司、鬼まんじゅうを。牛乳パックでアイスを作ったり、温泉や演芸場へ行ったり等いろんな事をしました。鬼まんじゅうの時は、NHKの“まるっと”の取材を受けました。



大へん





“寿限無の会”は、この会が無限に続くようにと願って名付けました。

メンバーは男性1人、女性5人になりましたが、月1回の活動では、代表者会の報告をした後、遊字アート、合唱、腹話術、手品、ゆらゆらトンボ、折り紙、万華鏡作りなど、他の催物にも楽しんで参加しています。

ひな祭りの集い

「ひな祭りの集い」ではチラシ作りから企画や進行まで行い、寿限無の会のうたや、朗読劇“じゅげむ”、オルガニートの演奏曲当てクイズなど盛沢山の内容で、北名古屋タイムズにも取り上げられ、懐かしい思い出です。

ひなまつり



腹話術の人気者
けんちゃん

ミニコンサート

「ミニコンサート」では、ひょっこり踊りを踊りました。女性がふんどしを付けて踊るとは!! 拒否されるかと思いきや「やってもいいわよ」と全員で賛成し意外な反応に。早速、お面と衣装を購入し、練習を始めました。今では、ひょっこり踊りのメンバーを募集し、13名に増えました。

ひょっこり踊り



“寿限無の会”の作品



全体活動

合同会

平成16年度から開催。はじめは30人ほどで「釜炊きごはん」や「バラ寿司」などみんなで作って食べることから始まりました。

参加人数が増えるに伴い、食べることを以外の事を考え「運動会」を考案。走ってケガ人が出たら大変なので、自分たちで考えた安全なゲームで点数を競います。

今では約150人が参加しています。

参加者が運営を手伝うなど仲間みんなを楽しみます。

年2回行われる合同会には、色々な競技があります。

スナックゴルフ、お手玉サッカー、マス入れ、数字おとし、ダーツ、ワリバシ鉄砲、玉入れ、ダンス等どれも簡単に面白い競技です。



玉入れ

新聞紙を丸めてボールを作りました。

赤白2チームに分かれて、ワイワイ言いながら戦いました。

やはり、負けるとくやしいわ～。

子どもの頃を思い出して、懐かしかったです。



ゲームの1つ スナックゴルフ

よ～く見て～、それ～！
10点ねらって頑張って!!
ゴルフをやる人が上手くいくとはかぎらないこのゲーム。

そこがまた、オモシロイ!



なつかしの フォークダンス

ゲームの結果待ち時間を利用して「玉入れ」や「フォークダンス」等で見えて踊ってみんなが楽しめます。



代表者会



月に一度の代表者会ではイベントの企画説明や結果報告などがあります。

自分のグループのメンバーに伝えるために、みなさん真剣です。



ふれあいフェスタ

愛・地球博で世界に向けて地域回想法をPRしたことがきっかけで、市民にも『懐かしい』をキーワードに活動を紹介しようと参加しました。

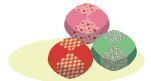
パン作り

昔の道具（木型）で作る「ふかしパン」を作りました。
会場の皆さんに試食してもらいました。
ひと口サイズに切ったパンは、すぐに無くなり、何回も作って食べてもらいました。



小物販売

フェスタでは、小物作りの皆さんが作ったブローチ、お手玉、きんちゃく袋、根付け、トートバッグ等々、たくさんの品物が安価で販売されました。



思い出のファッションショー

「断捨離っていうけれど昔の服を捨てられないの」という話から、みんなの家のタンスにも着ないけど大切な思い出の服があるのでは？もう一度その頃を思い出してみようと話が盛り上がり開催しました。

昔、子ども達が着ていた体操着をまねして、舞台上で逆立ちや二人三脚など、運動会の様子を演じて大爆笑でした。

テレビ局も4社来て、夕方のニュースに映し出されました。



フリマで4Lのパンツを買い、ブカブカのブルマーを作り、運動会を再現



晴れの日に着た
手作りスーツ



嫁ぐときに
もたせてくれた着物



お勤め時代の
かわいいワンピース

子どもとの交流

自分達の子どもの頃を思い出して子ども達に伝えたいと始めました

伝承遊びの一番人気は竹の水でっぼう！



竹取りから始まり



子どもと遊ぶためにたくさん作るよ！

児童館では手作り体験



上手、上手、
その調子だア～!!



子ども達の技量に合わせて
細やかなサポートをする
いきいき隊のメンバー達。

児童クラブでは夏休みに遊び交流



夏の暑い日に子ども達と
水でっぼうで楽しむ。



それ～！
的に向かって力いっぱい！



服がぬれても
へっちゃらサ～

地域交流

自分たちで企画したお祭りで地域のみなさんと交流しています

サンサンまつり

旧加藤家住宅と回想法センターを知ってもらうため、夏休みに親子で来てもらいたいと始まりました。
イベント開催が回想法センターに集中していたので、陽だまりハウスでも開催されました。

外では人気企画のスイカ割り。
他に水でっぽうや笹船作りなど。

よ〜くねらって
スイカ!!



お〜!!
割れました!

室内では工作を楽しみます。
キラキラうちわやマラカス作りなど
毎年違うものを作るよ。



汗をかきながら
作品づくり

回想法センターでの夏の宵まつり

「夕涼みで人が交流する様子が風流だったね」と夏の思い出を語り合ったことがきっかけで始まりました。
旧加藤家住宅の庭から流れる篠笛や蚊帳の中で絵本の読み聞かせなど行っています。

夏はザリガニ釣りが定番!
他にもスーパーボールすくいなど
昔ながらの遊びでいっぱい!

たくさん
つってね



オットト...
落とさないように

夕涼みに縁側で将棋。
家族で遊ぶ坊主めくりなど、小さい
お子さまから大人まで楽しい時間を
過ごします。



藤井聡太君みたいに
8冠をねらって
僕も強くなるよ!!



仲間を募って同好会

ひとりでは続かないけど、仲間がいるから出掛けよう！

紙芝居

イベントで披露する前には練習会も開催



子どもの頃、紙芝居屋さんが来るのが楽しみだった。
子どもに楽しんでもらいたいと始まりました。



一寸法師は、セリフだけではなく、
歌も歌って盛り上げます。

本番では、集まった子どもの前で、
緊張しながらも、しっかり子ども
の心を引きつけました。



あやとり教室

月1回開催



紫陽花の会のメンバーが楽しくあやとりをしていたら、「私もやりたい！」と
集まって出来た「あやとり教室」。



ねえねえ、
ここからどうするの？



やったア～！
四段ばしご完成!!

わからないところは、まわりの人が教えてくれる。
1つ覚えたらもう、先生です。

おもわず歓声と笑顔がはじける。

つくろう会「小物作り」

月1回開催



ブローチや小銭入れなどの作り方を教えてもらう教室は出来ないかな？と始まりました。
手先の器用な隊員が先生です。



今日は何が
できるかしら？

なかなか
針に糸が通らないわ



貝の根付が完成!!

地図作りから始まった まち歩き愛好会

年数回開催



我がまち北名古屋市の自慢がいっぱいの地図。
一年かかって完成しました！



みなさんの情報をもとにできた地図。
知らないことも多く、地図に載せた
ところを中心にゆっくりまち歩き。

みんなで元気に歩け歩け



園芸部



新型コロナウイルス感染症の自粛期間中、みんなに会えない時でも
「おうちで園芸しませんか？」と声があがり発足しました。



「秋の苗まつり」開催

花壇やプランターに植える
花の苗や、春に収穫できる
野菜の苗を育苗してます。
丈夫に育てるコツなども
お伝えします。



収穫物も安価で提供

それぞれ自分が育てた苗の
花の色や形、大きさ等
をお客様に説明します。

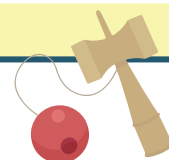


ワァ〜！大きい！！

回想法センターの畑で育てた
ジャガイモは、市内の保育園
の園児と収穫。
土の中からゴロゴロ出てくる
ジャガイモに大興奮。
お母さんに、ポテトサラダを
作ってもらおう。

けん玉同好会

月2～3回開催



昔遊んだけん玉を健康維持に活かそうと始めました。



わ〜い！
大皿にのったヨ！

私は
小皿にのったヨ！！

しっかり練習して
ギネスに挑戦しよう！！

つくって遊ぼう会

月1回開催

子どもの頃は、遊び道具は自分たちで作ったよ。
その頃を思い出して自分たちが作ったもので遊ぼう！

今まで作ったもの

竹の水でっぼう、竹とんぼ、
カカシ、どんぐりゴマ、凧、
竹のゴムでっぼう 等々



準備のあれこれ

竹細工の竹は自分達で取りに行きます。
どんぐりゴマは、どんぐりの木の下で
探して、形の良い物を拾ってきて、一度
熱湯で消毒して使います。

おじさん達は、一生懸命作って
子ども達と遊びます



カカシ作り

つくろう会「料理」

不定期開催

季節の郷土料理や懐かしいおやつを作ります。

今まで作ったもの

春 フキのかきまわし

夏 みょうがまんじゅう
わらびもち

秋 鬼まんじゅう
いもぼた
巻き寿司といなり寿司

冬 豚汁と釜炊きごはん
ひきずり 等々

季節とみなさんの思い出を味わいます

みょうがまんじゅう作り

■母の味を思い出して、懐かしく、
美味しかった。 (Kさん)

■ミョウガまんじゅうを食べたこと
がなかったので、中にミョウガが
入っていると思っていましたが、
ミョウガの葉で巻いて蒸して、香
りを楽しんで食べました。
仲間と一緒に作った事が思い出だ
し、楽しかった。 (Yさん)



回想法の普及

いきいき隊の活動は全国から注目されています。
回想法から始まる活動を、実際に体験した私たちが伝えることが一番わかりやすいと好評です。

回想法センターでの案内係

自分達の体験したスクールの説明
や回想法体験、施設説明など時間
が足りなくなるほど伝えたいこと
があります。
北は札幌、南は宮崎からも、お越
しいただいています。



出張回想法

市外の高齢者施設や社会福祉協議会、行政からの依頼を受けて出張します。
回想法を伝えたり、体験をしてもらいます。



いきいき隊員がそろいの法被で
出張回想法に出掛け、皆様に挨拶。



輪になって回想法を体験。
昔の思い出話がどんどん出てくるよ。

交 流

北名古屋市と交流のある妙高市や大桑村とも回想法で楽しみました。

妙高市



妙高市からたくさんの方が
視察に来られ、楽しく交流。

大桑村



景色の良い所で地元の人達に歓迎されて、
回想法を皆さんと楽しみました。

いきいき隊ソング

(青い山脈替え歌)

平成18年度卒業「城の会」 谷垣明男 作詞

1. 若い心でハッラツと 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. 認知ヤマイ（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



記念誌作成実行委員会

浅野 進
入江 徹男
大口 勝由
尾田利恵子

河田はるみ
小島 恵美
古関 初江
小林美紀子

島末 孝法
武市 金吾
永峰 正康
藪 恭子

回想法スクール卒業生の会いきいき隊 2002-2022

令和6年3月 発行

編集 回想法スクール卒業生の会いきいき隊記念誌作成実行委員会

発行 回想法スクール卒業生の会いきいき隊

協力 北名古屋市回想法センター

印刷 日藤印刷有限会社