「暮らしのキオクを生かす－回想法・高齢者ケアの古くて新しいツール」
Reminiscence Therapy – Old-but-new Innovation in Aged Care

市橋芳則
ICHIHASHI Yoshinori

1　昭和日常博物館の試み

■　昭和の暮らしを集める　―本館は、平成２年に開館し、平成５年より昭和時代の私たちの暮らしをテーマとした展示会を展開し資料の収集・保存にあたり、平成９年には、「日常が博物館入りする時」と題した特別展でフロアー全体を昭和３０年代の資料で構成し、同時に「昭和日常博物館」という呼称を設定した。

■　昭和生活資料を文化財として　―現実には、捨てられるべき消耗品、廃品と紙一重の存在ではあるが、一点一点が積み重なり昭和という時代を象徴する一群となったとき、かけがえのない文化財として認知することができる。昭和日常博物館の基本はこの点にあり、様々な展示会はその手段となっている。

■　多くの人々と対面する場として　―昭和時代をテーマとすることにより、その時代を経験的に知る多くの来館者がより密度の濃い情報を館内で披露していただくことができる場所となり、博物館と来館者の間に新しい関係が生まれた。

2　回想法・高齢者ケアの古くて新しいツール
－博物館と福祉と医療の連携により実現する高齢者ケアの取り組みと経緯－

■　昭和時代の展示イコール今生きている人々のキオクの展示

昭和時代を展示や収集の対象として扱うことは、今を生きる人の多くが知り、実体験のあるものを資料として扱うことである。来館者が発する言葉は、自らの経験、キオクに基づいている。言い換えれば、博物館が多くの方々のキオクをも資料として扱うということになる。

■　キオクの展示と回想法の導入

本館では、平成１１年に「ナツカシイってどんな気持ち～ナツカシイをキーワードに心の中を探る。」と題して企画展を行い、回想法と収蔵品の新たな関わりを提言した。本館の展示会場では、自然多発的にキオクが掘り起こされ、来館者の笑顔を引き出している。特に、特別養護老人ホームやディサービスなど、高齢者関連施設からの見学も相次いでおり、引率者は「高齢者が、

□回想法とは

回想法は、１９６０年代にアメリカの精神科医ロバート・バトラー博士が提唱した手法で、アメリカ、イギリスを始め各国に広まり、日本では、岩手県立大学の野村豊子教授が早くから研究に取り組まれ、現在多くの研究事業が進められている。概説すると、高齢者の記憶、特に誰しもが鮮明に覚えている子どもの頃の記憶を引き出すことにより楽しい時を過ごし、それが認知症などの治療及び予防になるという手法である。高齢者を抱える医療機関等において用いられてきた手法で、非薬物療法の一つとして注目されている。

普段とは異なった生き生きとした表情を見せている」と口をそろえる。

そして、本館と収蔵資料及び明治時代の旧家である国登録有形文化財「旧加藤家住宅」を活用し、平成１４年度「師勝町回想法センター」が開所した。

回想法事業は、主に１０名ほどの高齢者が集うグループ回想法が中心で、１クール８回の回想法を年に４グループに実施している。グループ回想法に参加した高齢者は、終了後も「いきいき隊」として継続して回想法を楽しむとともに、ボランティアとして社会参画にも結びついている。

３　回想法キットの始動とその役割

■　高齢者・高齢者施設等へ博物館資料の提供

歴史民俗資料館では、回想法キットの製作、貸出を平成１５年１０月から実施している。歴史民俗資料館が収蔵する資料と、回想法ビデオ、解説書などを梱包した回想法キットを製作し貸し出しに供することで、高齢者関連施設、自治体などにおいて簡便に回想法を実践できるようになった。

回想法キットは、スターターキット①～⑤、かま炊きごはんの思い出、洗濯と裁縫の思い出、着物の思い出、小学校の思い出、子どもの頃の遊び、夏の思い出、寒い冬の支度、身近な暮らしの品々、職人・商売の道具、藁の手ざわりの１５セットを稼働している。

４　回想法の展開と介護予防・生涯学習・地域づくり

■　高齢者ケアに博物館という場の提供

増加する高齢者、高齢社会の到来に向け高齢者の学習活動への参加を促し、多様なニーズにこたえ、学習成果を活用できる機会を充実していくことが求められている。そこで、生涯学習と高齢者ケア・認知症予防を積極的に結びつけ、そのコネクターとしての回想法の手法を用い「モノ語りの博物館講座」を開催し、博物館の展示を高齢者の記憶を活用して構成していった。キオクが博物館資料として集められ、展示されていった。

平成１６年度の特別展「ずぶぬれで遊んだ夏。遊ぶ夏。」においては、川で遊び、魚を捕った記憶の提供と、道具のディスプレイを参加者の工夫で実施した。

■　高齢者ケアの枠を越え地域づくりに

回想法に参加いただいた高齢者（年約４０人）のには、修了した後も「いきいき隊」として活動に参加し、現在約１２０名の方がつながりを持って地域で活躍している。

５　まとめ

回想法という本来、心理療法として用いられていた手法を介護予防事業、博物館事業、地域づくり、町づくりに活用していくことにより、高齢社会の到来による問題の解決、行政が抱える医療費・介護保健費用の削減に結びつくことが実証されようとしている。

認知症の発症を２年遅らせた場合の試算
・平成１０年の推計患者数・１５０万人
・患者減少数・・・・・・・・１６万人
・医療費削減効果・・・・１７００億円
・介護費用削減効果・・・４５００億円
・合計費用削減効果・・・６２００億円