



# ほの研通信

第 13 号

発行  
平成 25 年 4 月

発行者 NPO 法人ほのぼの研究所  
代表理事 大武美保子  
住 所 〒277-0882  
千葉県柏市柏の葉 6-2-1  
<http://www.fonobono.org/>

新年度計画・ほの研十大ニュース・四姉妹訪問・p-1  
 出前講座報告・国立・習志野……………p-2  
 柏商工会議所女性会・マザーズガーデン……………p-3  
 参加者の声・マカベ共想法・今後の予定……………p-4

## 新年度の計画

ほのぼの研究所は、2008年にNPO法人化してから今年で五周年を迎えます。2007年に研究拠点としてスタートして五周年を迎えた昨年度は、スイスー日本研究交流拠点を設立するなど、次の五年に向けた一歩を踏み出しました。今年度は、次の四つのことに取り組みます。

第一に、大規模な実証研究に向けた、確実に効果が期待できる共想法の実施方法を確立します。一言で会話と言っても、参加の仕方によって、活用する認知機能が異なるからです。効果が最も上がる実施手順、効果そのものを確かめると共に、効果が上がる参加の仕方を行っているかを逐次確かめることができる評価手順、効果的な参加の仕方を実施者が理解し、参加者に伝えられるようになるための学習手順、以上三つの手順を整理します。

第二に、これまでの歩みをまとめる五周年記念史を制作します。ほのぼの研究所には、共想法の実施と、特に2009年以降のほの研ブログ、ほの研通信の発行を通じた、写真と記事の蓄積があります。これらを活用し、さらに遡って、2007年から始まる一連の活動を、豊富な写真と共に分かりやすくまとめる予定です。

第三に、人材育成について、これまでの入門コース、継続コースに加え、新たに実践コースを開講します。自身が共想法の習得を通じ、認知機能をバランスよく活用する生活習慣を身につけ、心身共に健康を保つと同時に、それを周囲に伝え、元気の輪を広げることができる、きらりと光る人の発掘と育成を目指します。

第四に、スイスをはじめとする国際共同研究をさらに進め、平均寿命の長い国、今後高齢化が急速に進むことが予想される国の研究者、高齢者とのネットワークを広げます。特に、機能的生活の質モデルに基づいて、認知機能訓練の先にある質の高い生活を実現するための手法と技術を開発します。

代表理事 大武美保子

## 2012年度ほの研十大ニュース

ほのぼの研究所の昨年度の十大ニュースを、長谷川事務局長に纏めて頂きましたので、報告いたします。

- ① 研究拠点設立五周年を迎えた。
- ② 代表理事大武先生が千葉大学に移籍した。(4月)
- ③ 代表理事がスイスで在外研究を行い、スイスー日本研究交流拠点が設立された。(7月)
- ④ 人工知能学会(山口)にて、近未来チャレンジ卒業パネルを開催、修了証書が授与された。(6月)
- ⑤ 研究拠点設立5周年と移籍記念講演会を開催。(7月)
- ⑥ 研究拠点設立記念のクリスマス講演会を開催。(12月)
- ⑦ 柏市社会福祉協議会の支援を受け、マザーズガーデンでの出前講座を実施。(5~7月)
- ⑧ 柏商工会議所女性会、国立市、習志野市を対象に、出前講座、講演会を実施。
- ⑨ 長崎、埼玉、茨城の共想法実施拠点の担当者が一堂に集う集中研修を実施。(8月)
- ⑩ ロボット研究員「ほのちゃん」に加え、「ぼのちゃん」が新たに参加。

## 四姉妹訪問記

国民的人気を博した長寿の双子姉妹、きんさん、ぎんさん。ぎんさんの娘・四姉妹のおしゃべりが面白いと注目を集めています。その面白さのなぞ解きをするNHKの取材に対応したことがきっかけで、会話を分析し、実際にお会いし、共想法ならびに開発中の会話支援ロボットを体験頂く機会を得ました。周囲の話をよく聞きながら同時に発言を考え、発言のバランスを取りながら頻りに話者が入れ替わる、認知機能をフル活用する必要がある会話を日々実践されていることが分かりました。四姉妹というロールモデルを得て、ますます面白くて役に立つ技術を開発して参りたいと意を新たにしました。

代表理事 大武美保子



ぎんさんの娘・四姉妹の皆さんとちゃぶ台を囲む

## 出前講座報告

出前講座は、内容と形式により、参加者聴講型と体験型、単発と連続の2種類ずつに分類でき、対象者により組み合わせせております。今回は、両者とも報告いたします。尚、この記事の詳細は、ホームページで見ることができます。

### 国立市 出前講座（聴講型・単発）

2012年10月21日（日）国立市公民館において、大武先生の講演会がありました。

国立市のご協力で開催された講演会の目玉は、ロボット研究員のほのちゃんの参加と研究員等による共想法のデモンストレーションです。当日はお天気にも恵まれ、目的地の国立駅で大武先生、山口学生と落ち合い、ほどなく講演を依頼された一般社団法人リングリンクの河津征二様にお出迎え頂きました。国立市公民館までは徒歩ですが、途中の街並みは「文教都市くにたち」という名前のとおり、学生時代を思い出させる雰囲気が漂っていました。

公民館の会場には続々と参加者の皆様が集まり始め、14時から講演会が開始されました。最初に河津様から、大武先生の経歴とほのぼの研究所の活動のご紹介があり、次に国立市健康福祉部高齢者支援課課長大川潤様のご挨拶と続きました。ほのぼの研究所長谷川事務局長の挨拶と、大武先生の熱のこもった講演会は30分を軽くオーバーしました。講演会のお手伝いをするのは、ピンクの衣装でおめかしをしたロボット研究員のほのちゃんです。先生のお話が長引くと、「手短かにお願いしますね」と首をかしげながら釘をさすことも忘れません。その姿に会場の雰囲気も自然



ほのちゃんを交えてのデモ風景

休憩をはさんで最後の質疑応答の時間には、福祉関係者の方などから質問が投げかけられ、関心の深さが伺われました。「軽度の認知症高齢者は対象にできるのでしょうか」というご質問には、「会話が成り立つ場合、参加できますし、実際に参加されている方もいます」とのご案内がなされました。盛会のうちに無事終了し、落ち着いた雰囲気と自然豊かな街並みを後にしました。

市民研究員 永田映子

### 習志野市 出前講座（聴講型・単発）

2012年11月24日 京成津田沼駅ビルサンロード6階大

会議室にて「ふれあい共想法による健康づくりとほのぼのとした長寿社会の実現にむけて」と題して出前講座が実施されました。

この講座は、習志野市、船橋市等に居住する方に、ふれあい共想法を知って頂こうと、習志野市の教育委員会、社会福祉協議会の後援を得て、同市に居住している共想法受講者が中心となり実施したもので、会場には約70名の方にご来場いただき、ほぼ満員となりました。

定刻、実行委員の石津谷法子さんの司会で開会、ご来賓の社会福祉協議会会長・海宝嘉胤様のご挨拶を頂き、講座が開始されました。初めにDVDにより認知症や、ほの研の紹介を行った後、大武先生が「発想を豊かにし、脳を生き生きと保つ新しいコミュニケーション」のことを講演しました。この時、NHKの取材対応として、双子の長寿姉妹で有名だった、名古屋に住むぎんさんの娘・四姉妹の会話を解析した結果を、番組DVDを見ながら解説しました。解析結果の一部は、この会場で初めての公開でしたので、皆さん聞き耳を立てて聞き入っていました。

休憩をはさんで、共想法のデモになりました。テーマは「好きなものごと」でこの地域より共想法に参加された方により、1分共想法が実施されました。この後、記者会見の合間をぬって、宮本泰介習志野市長がお見えになり、力強い来賓挨拶を頂きました。習志野市で福祉の街づくりをしようとお考えであると、今後の展開に期待が持てるお言葉を頂きました。その後、約20分の質疑応答の時間になりましたが、時間が足りなくなりそうなぐらい活発な発言があり、盛会のうちに終了しました。



宮本泰介習志野市長



講演会場風景

アンケートの結果を集計しますと、この講演会に満足された方は満足、やや満足を合わせて85パーセントに上りました。また、「役に立つ情報が得られた」、「スキルアップにつながった」、「日頃の活動に役立った」に当てはまるものの回答が、多数集まりました。皆様熱心に聴講されていたことが分かります。その後、この講演会が船橋よみうりにて紹介され、記事を読んで興味を持たれた方が、増尾に見学に来られました。

市民研究員 根岸勝壽

## 柏商工会議所女性会 出前講座 (体験型・連続)



共想法実施風景



会場風景

【1】実施日・場所・実施者・参加者 実施日；2012年1回目：11月01日・2回目：11月08日・3回目：11月22日 場所；商工会議所内会議室 実施者；ほのぼの研究員一同 参加者；女性会会員

【2】女性会紹介 商工会議所内に女性会室を持ち、女性会担当の事務局があります。会員は50数名。会員の平均年齢は50から60歳代です。会員はご本人が事業主、または事業主である夫の片腕として事業を支えています。会員の連絡はファックスです。ほの研との連絡役は振興委員会委員長嶋田美奈子さんで、メール通信を細やかにしてくださいました。

【3】共想法デモンストレーションの工夫 条件を同じにして模範的な共想法と「良くない例の共想法」を演じ、参加者に見てもらいました。研究員4名の共想法実演は写真1枚、説明2分、質疑3分、テーマは「好きな食べ物」。時間を気にせず長々と説明する黒田さん、メモ用紙を見ながら参加する清水さん、自慢話をする長谷川さん、先生は小声でもそもそも話す役です。会場から思わず「マイクをもっと口の近くで聞こえるように話してください」と声がかかり、先生の熱演は大成功です。共想法の解説は佐藤研究員で、よい例・悪い例の解説を分かり易く話しました。

【4】ロボットを導入 大学生の山口さんが開発中のロボット紹介と、2011年のクリスマス講演会で、ロボット研究員の「ほのちゃん」がゲストの瀬名秀明先生と大武先生の対談司会をしました。「ほのちゃん」は講演会の後の交流会も司会を受け持ちました。山口さんが活躍の様子を短くDVDに編集、スクリーンで見せてくれました。「ほのちゃん」がいきなり「嶋田さん、如何ですか」と呼びかけました。嶋田さんは落ち着いてこの度の講座の感想をはきはきと話されました。

【5】遠隔会議システムで埼玉県宮代町「NPO法人きらりびと」の田崎さんと交信 山口さんの説明の後、スカイプが始まりました。会員の方は交信相手を男性と思っていたようです。・保育士として働く女性・4人の男の子の母親「きらり」で共想法を担当している田崎さんを身近に感じたらしく、5名の会員は、田崎さんと楽しい交信が出来ました。

市民研究員 田口良江

## マザーズガーデン 出前講座 (体験型・連続)

2012年6月より10月まで、柏市社会福祉協議会の支援を受け、柏市の特別養護老人ホームマザーズガーデンにおいて、当施設一部の職員及び近隣の富勢地区、松葉地区の民生委員、健康づくり推進員、ボランティア関係者を対象に連続出前講座を開催しました。

現在、特別養護老人ホームでの待機者数は、相変わらず200名余の状況下にあります。変わり行く施設の高齢者に共想法を実施できないものかとの要望は共想法の体験者やかかわりある方々から提起されました。そこで施設関係者との事前検討会を重ねた結果、今後の波及効果を鑑み、施設利用者に直接ではなく、支え手である福祉関係者を対象として、2012年前期6月から7月にかけての4回と、後期9月から10月にかけての4回の、合計8回にわたる連続出前講座を開催するにいたしました。

前期は施設関係者2名、民生委員2名（松葉地区）と傾聴ボランティア1名、認知機能低下傾向にある地域の高齢者1名と、後期は民生委員、健康づくり推進員各2名（富勢地区）手話通訳者1名、地域ネットワークボランティア1名で構成されました。まず、同地域の入門コース参加者3名（松葉町）と市民研究員によるデモンストレーションおよび動画放映と解説を行いました。また、大武先生のお話「楽しみながら予防、リハビリができることをめざしている共想法の研究について」の分かりやすい説明を聞きました。そこで、市民研究員による司会、記録、座学と参加者の熱心な取り組みによって予定通りに進められ、後期には、マザーズガーデンにおける共想法の全容を収める動画撮影が行われました。後日、設けた「動画を観る会」は、共想法再考の場となりました。



大武先生講演風景



会場風景

認知症予防回復活動は、誰に対して、どの段階で、どのような機会を作り、どのような場で行ったら、もっとも効果的なのか。参加頂いた方と継続的に議論しながら、社会的に求められている認知症予防回復のために、共想法を役立てる方法を、実践研究していきたいと思っております。

市民研究員 武下秀子

## 共想法継続コース参加者の声

この欄では、共想法に参加された方のお話を特集します。初回は、共想法継続コースです。

継続コースは、先日二年目となる 2012 年度の実施が終わり、4 月から三年目となる 2013 年度の実施が始まります。毎回テーマを工夫し、難しすぎるとのご意見も頂きましたが、苦勞したテーマの時ほど素晴らしい話題と写真が数多く集まりました。そして“共想法は楽しい～♪”という声も皆様からお寄せ頂きました。来年度は研究員になる為の 2 人を除き継続コースに全員の継続が決定した事は、スタッフ冥利に尽きる思いです。皆様にアンケートをお願いしたところ、全員からご回答いただきましたので、ここに一部ですが抜粋してご紹介したいと思います。



共想法をしている継続コースの皆様

### ○良かった点

- ・考える事が頭の体操になると思った。
- ・テーマごとに考えるのが楽しかった。
- ・お互いを大事にしながらの効果的なコミュニケーションの方法について学ぶことが出来た。今後続けて学習して行く上で大切な事だと思った。
- ・写真提出と云うことで意識して視点を広げ、歩くようになった。

### ○悪かった点

- ・説明が上手に出来なかった。
- ・パソコンの扱い方で手間取ることが有り、会話のりが中断されることがあった。

尚、この度は継続コース参加者の声のみを掲載しましたが、入門コースや出前コースからも同じような回答を頂いております。紙面の関係上ご紹介が限られましたが、皆様全員から素晴らしい感想を沢山頂きました。ここに掲載できなかった方へお詫びを申し上げますと共に、ご協力頂きました皆様に心より感謝申し上げ、今年度の参考にさせていただきます。

市民研究員 佐藤由紀子

## マカベ共想法（お話の会）

茨城県桜川市真壁町の介護老人保健施設マカベシルバートピアでは、2011 年 11 月から共想法を実施研究しています。火曜日と木曜日にそれぞれ月に 2 回、70 代から 90 代の利用者が参加されています。各曜日とも男性 2 名、女性 4 名で構成され、毎回活発に会話をされています。

2012 年 10 月 16 日には、ほのぼのの研究所によるビデオ撮影がありました。撮影担当の志茂さんは早朝 7 時に到着され、大武先生他、市民研究員と学生が合流して撮影は無事終わり、参加者との有意義な話合いがなされました。参加者から、参加してみた感想と共に、研究層を厚くするようにとの励ましの言葉がありました。



マカベシルバートピア



ビデオ撮影風景

創立以来 15 年が経過しましたが、共想法に出会ったことで新しい世界との交流が生まれたことは、職員のみならず、参加されている高齢者の方にも大いに刺激となっています。ハイテクを使った共想法は、都会でなくても十分活動に参加できるというメリットがあり、地縁を超えて世界と触れ合うことも、決して夢物語ではないところが魅力です。2 年目となった今年度は、共想法のシステムを活用して、施設内をさらに明るく盛り上げていきたいと思っています。

市民研究員 永田映子

### 今後の予定

- \*継続コース；4月2日(火)から第1、第3火曜日
- \*実践コース；5月14日(火)デジカメと会話で認知症予防  
6月11日(火)パソコンと会話で認知症予防
- \*設立記念講演会；平成25年7月2日 PM13:30より  
千葉大学柏の葉キャンパスシーズホール

### 編集後記

今年の桜は、早々と咲きそろい、あっという間に散り急いで、はや青葉になりました。毎日が追われる思いですが、皆様は、如何お過ごしですか。

新聞や、テレビを見ましても、値上げ、増税の記事が踊り、住みにくい世になりそうな予感がします。それでも負けずに頑張りましょう。

編集子