



ほの研通信

第 15 号

発行
平成 26 年 1 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/>



新年のご挨拶、2013 年クリスマス講演会・・・ p-1
 2013 年クリスマス交流会・・・・・・・・・・・・ p-2、3
 合同研修会報告・・・・・・・・・・・・・・ p-3
 実践コース、長崎北病院、今後の予定・・・・ p-4

2013 年クリスマス講演会

2013 年 12 月 17 日 (火) 13 時 30 分より、千葉大学柏の葉キャンパス シーズホールにおいて、恒例の『ほのぼの研究所クリスマス講演会・交流会』が開催されました。

講演会 112 名、交流会 65 名と、多数の方々に積極的にご参加頂くことができました。「ことばの力で老化に強い脳をつくる」という、時流のニーズにマッチしたテーマも魅力も奏功したのでしょうか、ちょっぴりクリスマス色に染まった開演前の会場は、期待感と穏やかな熱気に包まれていました。

代表理事の大武先生の開会挨拶に続いて、来賓挨拶を頂きました。千葉大学大学院工学研究科長、北村彰英先生の、大きなエールを込めたご挨拶も、女性研究者として極めてポジティブな研究姿勢に期待を寄せて下さった情報・システム研究機構理事、郷通子先生のご挨拶も、大武先生、ほのぼの研究所の背中を強く押して下さい、心温まるものでした。

あけましておめでとうございます

旧年は、ほのぼの研究所が、2008 年の NPO 法人化から数えて、五周年を迎えることができました。皆様と共に歩むことができる幸運に、心から感謝申し上げます。

昨年は、人材養成、産学連携、国際連携の三点を重点項目として、活動を展開しました。第一に、共想法の実践コースを、新たに開講しました。「デジカメと会話」、「パソコンと会話」の二つの切り口で、共想法への効果的な参加方法と、共想法の実施手順を学ぶ、人材養成プログラムを開発しました。開催を通じ、今後の展開を共に担う仲間を拡げることができました。第二に、ほのぼの研究所の活動がきっかけとなり、千葉大学とパラマウントベッド株式会社の共同研究講座が開設され、新たな産学共同研究が始まりました。看護学と工学の連携による、新たな高齢者支援学の構築を目指しています。NPO 設立五周年と、共同研究講座設立を記念して、「ベッドと看護学から見た健康づくり」をテーマに、講演会を開催しました。第三に、「言葉と老化の関係」研究の第一人者である、スーザン・ケンパー先生を、アメリカ・カンザス大学より招待し、高齢者の特性に配慮したコミュニケーション手法について、クリスマス講演会で講演頂きました。

本年は、上記重点項目に加え、次のことに取り組みます。まず、共想法実施の場を広げることを目的として、共想法と、旅行やウォーキングなど、相補う活動を組み合わせたプログラムの開発に取り組みます。次に、防ぎうる認知症にかからない社会を創ることを目指し、産業界との連携をさらに推し進め、共想法を核とする新たな事業と産業を構想します。さらに、医療機関と連携して、共想法の本格的な臨床試験を始めます。本年もご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

NPO 法人ほのぼの研究所代表理事・所長
千葉大学准教授 大武美保子



来賓挨拶の北村先生と郷先生

最初は、この日のためにアメリカ、カンザス大学からお招きした「言葉と老化の関係」研究の第一人者である、スーザン・ケンパー先生の「ことばの一生」（一生を通じて会話を楽しむために）の講演です。

私たちが正しく理解しているつもりの、特に認知機能の衰えが顕著になる 80 歳代、90 歳代の高齢者の気持ちや立場、心身の機能への認識、そして正しく実践しているつもりの彼らとの接し方について、様々な調査・研究から導き出された、沢山の提案・助言を頂きました。講演は、高齢者とよい関係を保つためには、何よりもよりよいコミュニケーションを図ることが大切です。そのためには、彼らの特徴や立場を理解して良いイメージを持った上で、話し方の具体的な工夫として、次のようなものが挙げられました。「わかりやすく言い換える」「繰り返す」「単純な構文で

話す」「一度に複数のことを言わない」「具体的な言葉を使う」「考えを聞く聞かれた質問をする」「単語が思い出せずに探している時、音や意味が似た単語をヒントに出す」この他、言葉以外の工夫も添えて、お



講演するケンパー先生

互いが集中して対等に向き合う環境づくりが必要である、という大きな助言で締めくくられました。



講演会場風景

日本人聴衆へのご配慮もあったと思いますが、高齢者ばかりでなく、すべての世代とよりよいコミュニケーションを図るためのお手本となるような、程よいスピードの、丁寧ではっきりした心に染み入る語り口でした。テーマはもとより、ロボットの通訳つき英語での講演という、魅力的企画にひかれて参加された方々も、十分に満足、納得されたことと確信しました。

続く基調講演は、大武先生の「100歳の美しい脳に学ぶ」です。まずは、ケンパー先生の研究成果が記された書籍『100歳の美しい脳』(Aging With GRACE)との出会いと、この度の講演会に至るまでのケンパー先生への積極的アプローチが熱っぽく語られました。ケンパー先生の研究成果とは、修道女達が修道院に入る前に書いた短い自伝の「意味密度」と、高齢になってからの彼女達の「認知機能」とに相関があるというものです。

英語において認知機能との関係が示された、意味密度や発話速度等の尺度を、日本語に当てはめるには、言語学的にかなりの困難や課題があります。この課題を解決する方法に



基調講演する大武先生

ついて、ケンパー先生から、有意義なヒントやアドバイスを頂いたエピソードも紹介されました。例えば、同一人物の若年期と高齢期の言語能力の比較であれば、日本語にも適用可能ではないか、といったことです。そして「防げる

認知症」予防のための会話訓練としての共想法の開発経緯やメソッド、現時点での効果、ケンパー先生の講演内容との関係、ほのぼの研究所の活動が紹介されました。最後に、千葉大学医学部との臨床試験開始予定、来年早々の企画「谷中で共想法」を含めた、今後の方向性の披露となりました。

研究所メンバーの熱い思いが通じたのでしょうか、講演終了後間もなく、交流会飛び入り参加、さらには谷中のイベント参加のお申し込みもいただくことになり、一同、今後の活動継続への意義を改めて噛みしめたことでした。

市民研究員 長久秀子

2013年クリスマス交流会

シーズホールで講演会が終わると、交流会に参加する方には、別棟の2階会議室に移動、ほのぼの研究所紹介DVDをご覧頂きました。その時間内に、シーズホールは、交流会の会場へと早変わりです。メインテーブルには、大きな銀皿に色とりどりのケーキが並び、中皿にはサンドイッチ、ナゲット、チップ、飲み物はコーヒー、ジャスミン茶、ウーロン茶、紅茶などが並びました。メインテーブルを囲むように、A~Dと名札をつけ、「島」状に配置したテーブル4か所は、歓談の場となります。



色とりどりのケーキ

16時、サンタ帽子を被った交流会の参加者が会場に揃い、交流会開始となりました。司会は、市民研究員の根岸さんです。開会の挨拶は、ほのぼの研究所事務局長の長谷川多度さんです。「新年早々に90歳になります。社会に貢献する仕事をしたい」と話され、沢山の拍手を頂きました。

乾杯の音頭を、来賓でご挨拶頂いた、千葉大学大学院工学研究科長の北村彰英先生にお願いしました。



乾杯の音頭

司会者の配慮で、Aの名札を置いたテーブルに、ケンパー先生にお座り頂きました。先生とお話をしたい方、質問のある方はAテーブル

に出向いて先生とお話ができるようになり、何人もの方が先生とゆっくりお話をできました。中には、握手して頂いた方もいたようです。

洋菓子専門店から取り寄せたケーキによるパーティーはなかなか好評で、銀皿に盛られた美味しそうなケーキを一



ケンパー先生・大武先生と歓談する参加者

つ頂いて、「もう一ついいかしら？」と言いつつ二つ目も頂き、カロリーを気にしながら三つ目に挑戦した方がいらしたとか。辛党の方の感想はいかがでしたでしょうか。

ひとしきり歓談頂いたところで、自己紹介の時間です。学校関係、企業関係、協働で共想法をしている介護老人保健施設マカベシルバートピア関係の方・NPO 法人きらりびとみやしろ関係の方、賛助会員、チラシを見て申し込まれた方、継続コース、研究員と、呼ばれたグループ毎に自己紹介し、それぞれの立場をアピールしました。



千葉大学大武研究室メンバー

最後に、千葉大学の関係者が呼ばれました。大学4年生が2名、大学院1年生が3名、モンゴルから来た女性の研究員、平素からお世話になっている秘書さん、皆

さん大武研究室のメンバーです。特に学生さんは、ケンパー先生の英語を、大武先生と一緒に翻訳してスクリーンに字幕で紹介、かわいらしいロボット研究員「ぼのちゃん」に言葉を話させ、操作をして、英語で講義された内容を分かりやすく、参加している私たちに伝える大役を果たしてくれました。3月に学窓を巣立っていかれる方もおられて、嬉しくもあり、寂しさもあります。

名残尽きない交流会も、お開きが近くなりました。当NPOの監事であり、柏市市議会議員、上橋泉先生に中締め

の言葉を頂き、盛会のうちに終了いたしました。

市民研究員 田口良江

2013年合同研修会報告

2013年10月5日(土) 10:00~17:40 千葉大学柏の葉キャンパス「シーズホール」において、2013年度 ほんのぼの研究所 合同研修会が開催されました。参加者は、NPO 法人ほんのぼの研究所(千葉県)、NPO 法人きらりびとみやしろ(埼玉県)、介護老人保健施設マカベシルバートピア(茨城県)、長崎北病院(長崎県)、のメンバー総勢16名でした。

開会のあいさつで、大武先生より、今回の研修会の目的3点が提示されました：第一に、各拠点で得られた知見の共有、深化を図り、問題解決に繋げる。第二に、施設その他の対象で得られた工夫、技能をもとに、効果的な手法を明らかにする。第三に、効果検証のための、共想法支援システム新機能の実演を行う。



大武先生の挨拶

放映がありました。

午前の部が終了したのは、13:00でした。1時間の食事、休憩の後、14:00から、5拠点のパネリストに参加いただき、パネルディスカッション方式での、総合討議に入りました。午後の司会および総合討議のコーディネーターは、松村、清水でした。

今年度の新しい取り組みとして、参加者は、それぞれの報告について、設問に対する意見と自由な記述を2枚のポストイットに書き込むことを求められました。そして全員の意見を集約し、それに基づいてディスカッションを実施しました。福祉活動に携わる実施者を発掘するためには、介護施設利用者が参加する共想法の実施動画を見て頂くとよいといった、新たな意見が集まりました。

その後、今年度事業として、マカベの永田さんから人工知能学会(富山)報告および4件のビデオ放映がありました。30分の休憩をはさんで、大武先生から、共想法支援システムの新機能を実演していただきました。次に実践コースの実施説明として、「デジカメと会話」を佐藤(由)さん、「パソコンと会話」を根岸さんが行い、その後に人材募集について、と続きました。最後は大武先生が、これまでに得られた5拠点の知見をもとに、各項目の標準化の重要性を述べられ、研修会は盛会裡に終了しました。



合同研修会参加のみなさん

その後会場をららぽーと柏の葉に移し、18:00~20:00は、夕食と飲み物を取りながら和やかな雰囲気

で歓談が続き、皆さん、翌年の研修会を楽しみに、解散となりました。

市民研究員 松村光輝

2013年実践コース・実施報告

ほのぼの研究所の活動が広がるにつれ、新しい研究員を募集し養成する必要性が生じ、2013年度は5月14日を皮切りに5回の実践コースが計画されました。デジカメと会話、パソコンと会話の二つのテーマで2回ずつ交互に、まとめを含めて全5回で実施し、6名の方が参加されました。



実践コース参加者

2013年5月14日(火)13:30～15:30、ほのぼのプラザますお内ものしり館において、実践コース・デジカメと会話の第1回目が実施されました。お互いの自己紹介、大武先生

のあいさつやパワーポイントを使った講義がなされ、その後「好きなもの」というテーマでの1分共想法が続きました。次の6月11日のパソコンと会話の1回目では、記録の重要性、インターネットを外部記憶として有効的に活用すること等が説明され、参加者の興味をひきました。

夏休みの宿題として、夏というテーマで2枚の写真を撮ることが求められ、参加者は一夏、頭を悩ませたようでした。その写真を使った共想法を含むデジカメと会話の2回目は、9月10日に実施され、その回から新たな参加者が1名加わりました。10月8日のパソコンと会話の2回目では、研究員による共想法デモンストレーションに加えて、会話記録や実施記録などの記入方法を先輩研究員から学びました。また2班に分かれてお互いの間でスカイプ交信をし、楽しみながら新しい経験を積みました。



共想法の実施

活発な質疑応答がなされました。講義の最後には大武先生からほのぼの研究所の今後の展望が語られ、研究員へのお誘いがありました。その日はTBSの取材もあり、ぼのちゃんとの記念撮影など、記憶に残る1日となりました。

熱心なお誘いの甲斐あってか、6名のうち2名が研究員となり、残る参加者も何等かの形で研究所との絆ができたことは、大変に幸運なことでした。



お茶の会

また、参加者が暇をみて研究会に出席して頂けるようになったことは、研究員にとって嬉しい限りであります。

市民研究員 永田映子

長崎北病院 脳リハビリ外来 共想法

長崎県西彼杵郡時津町の社会医療法人春回会長崎北病院では、2010年10月から、認知症患者を対象とした『脳リハビリ外来』にて、共想法を実施しています。



メンバーの編成を経て、現在は毎週水曜日に、男性1名、女性3名、70代から80代の方が参加されています。

対象となる方は全て

認知症を患っている方々です。認知症の方にとって覚えておくことは困難なことであり、話をしても言葉を思い出せないことがしばしば起こるため、苦手意識から会話が得意ではありません。そのため、当院では写真を撮影することをプログラムとして組み込むなど、様々な創意工夫を重ねてきました。同じ時間、同じ場所、同じメンバーで継続的に行うことにより、皆さんの中に仲間意識が芽生え、共想法の意味や実施方法などを覚えておくことが出来るようになりました。そして、苦手であった会話そのものを楽しむようになり、共想法を待ち遠しく感じている方もいます。共想法は、認知症の方にとって難しい側面もありますが、それぞれに合った工夫をすることで、実施することは十分可能です。ルールが明確である共想法だからこそ、参加者皆さんが充実した時間を過ごすことができ、脳へのよい刺激になっていると思っています。

長崎北病院 小柳洋子 阿南悠希江 岩下利沙

今後の予定

*継続コース：1月7日、21日、2月4日、18日、3月4日の火曜日

*谷中共想法：1月18日(土)10:00 現地集合

参加者募集!! 私たちと一緒に共想法の活動が出来る方を募集しています。お問い合わせは下記へ
[frioffice' at' fonobono.org](mailto:frioffice@fonobono.org) FAX:04-7172-6704
編集後記

年末のクリスマス講演会で、「言葉と老化の関係」研究の第一人者であるカンザス大学のスーザン・ケンパー先生に、ご講演を頂いたことは、ほの研として画期的なことでした。皆様、寒さがひとしお身に伝える時節です。風邪など召しませんように。
編集子