



# ほの研通信

第3号 (新年号)

平成 22年 1月

発行者 ほのほの研究所  
〒277-8568  
柏市柏の葉 5-1-5  
発行責任者  
代表理事 大武美保子

明けましておめでとうございます



ほの研通信を創刊し、初のお正月を迎えます。皆様と共に新年を迎えることができましたことを、心より

お慶び申し上げます。旧年中は、ほの研通信をはじめ、ほの研ブログ、一分共想法、共想法体験コースなど、新たな取り組みをすることができました。ひとえに、皆様お一人お一人のご支援、ご協力、ご参加の賜物です。誠にありがとうございます。昨年四月に開設し、皆様のご協力を得て、毎週更新して参りましたほの研ブログの記事も、新年のご挨拶で五十件を超えました。本年も、情報を発信しながら、活動を進めて参ります。必ずしも明るいニュースばかりではない世相の中、会話を通じた認知症予防という切り口から、年齢を問わず未来に希望を持ち続けることができる方法を、皆様と共に探って参りたいと思います。

代表理事 大武美保子

## 「回想法に学ぶ」特別講演会開催

二〇〇九年一〇月九日、さわやかちば県民プラザに、野村豊子先生(東洋大学ライフデザイン学部教授)を外部

講師にお迎えして、「回想と生きがいー回想法に学ぶ」講演会を開催致しました。当日は台風一過の秋晴れに恵まれ二十数名の方にご参加頂きました。回想法は、主に高齢者に過去の思い出を想起するよう働きかけることで、情動の安定などの心理

的な効果を導く対人援助手段で、数十年の歴史を持ちます。



野村先生の講演会風景

沢山の図表や写真を使って約一時間半に亘り、一寸駆け足でしたがわかり易く説明頂きました。印象に残ったお話は、「高齢者は何々が出来る」という視点

から、回想法を通じた高齢者ケアを実践されていると云うことでした。この「何々」には、変わることや学ぶことなどが入ります。講演会のあとは、野村豊子先生を囲んでの記念撮影の後、会場内のレストランで、有志十数名で講師を囲み、約一時間懇親会、もとい、座直りを行い、盛會裏に終了致しました。



座直りの一齣

行事の後に参加者や開催者が打ち解けて交流する茶話会を、岩手県では「座直り(ざなおり)」というそうです。野村先生に教えて頂きました。

市民研究員 長井瑛



国際回想法学会にて研究発表



米国老年学会開会セッション

## 国際回想法学会・米老年学会参加報告

二〇〇九年十一月十六日から二十二日まで一週間、米南部の中心都市、ジョージア州アトランタを訪問し、国際回想法学会ならびに米老年学会に参加しました。国際回想法学会は十七日から十八日にかけて開催され、米老年学会は、十九日から二十一日までを中心日程として開催されました。特に、国際回想法学会では、「共想法…同じ画像を見て制限時間の中で想いを共有する」と題し、発表しましたので、ご報告します。

国際回想法学会は、一九九五年に第一回が、以後二年に一回開催され、二〇〇九年で第八回です。回想法に関する専門家が集まり、参加者約五十名と小規模で双方向の議論ができる国際会議でした。初日は、ライブレビューとガイド付き自伝に関するワークショップで、いずれも参加者が手法を実際に体験できる形で進められました。二日目は、午前と午後に講演があり、間に昼食をとりながらのグループ討論が行われました。講演の後は総合討論、最後に会場を移して夕食会でした。共想法を通じてどの時期の想いが結果として引き出されたか検討するとよい、といったご意

見を頂きました。参加者の研究分野は、心理学、医学、看護学、美学に加えて、哲学、歴史学、女性学、ジャーナリズム、異文化コミュニケーション、工学と幅広く、回想法へのアプローチは多様であることを実感しました。

第六十二回米国老年学会には、中心日程一日目と二日目に参加しました。比較的大規模な国内会議で、参加者数は約三三〇名です。老年学とは、老化あるいは加齢現象を研究する学問です。老年学会には、老年学を構成する研究領域に対応する生命科学、健康科学、行動社会科学、政策実践社会学の四つの部会があります。高齢者の研究への参加状況など、最新の動向をつかむことができました。

代表理事 大武美保子

## クリスマス講演会とクリスマスパーティーを開催

二〇〇九年二月八日、東京大学柏キャンパス・メディアアホールにて、クリスマス講演会を開催しました。一月に、アメリカにおける国際回想法学会、米国老年学会に出席された、大武美保子先生が、学会参加報告と共に、共想法に関する最新の研究発表内容を紹介しました。



クリスマス講演会大武美保子先生



クリスマス講演会会場の様子

七十名以上の参加者の構成は、東京大学柏キャンパスの教員、学生をはじめ、遠方より、大学、研究所、企業の研究者や技術者、報道関係者、近隣から、ほのぼの研究所の賛助会員や共想法経験者、市民研究員と多様です。

背景知識の異なる参加者に合わせて、「回想法、国際回想法学会、共想法、老年学、米国老年学会、ほのぼの研究所」の六つのキーワードを軸に、参加報告と解説がありました。その中で、国際回想法学会での共想法と回想法それぞれの特徴、共想法の手法で回想法を行う場合の相乗効果など、興味深い話が展開されました。共想法が「未来から見て過去となる『現在』を創出するための手法」という視点は、回想法との比較から生まれました。参加報告については、上記の記事をご覧ください。

クリスマス講演会に引き続き、図書館の向かいにある食堂・プラザ憩いの一角で、クリスマスパーティーを開催しました。参加者は、赤と白の帽子、エプロン、マフラーの中から好きなものを選んで身につけて、サンタクロースに扮し、全員参加型（サンタ型）を実現し、一期一会の交流を楽しみました。「帽子、マフラー、エプロン、どれを選んでいただくその方の性格が読めますね」とおっしゃったゲストが居ましたが、どんな性格が読めたかは聞き漏らしました。



サンタの勢ぞろい



パーティ会場に書が登場

た。乾杯、クラッカーの発射音とともにパーティーが始まりました。参加者の名札には大学・企業・卒業生などグループ別に異なる色の目印をつけました。パーティー前半は同じ色の名札の人と、後半は違った色の名札の人と会話をしよう大武先生の指示が。そのせいか、みなさんともよくミックスして、ちよつと狭い会場に熱気が立ちこめました。尚、書は「本年も大過なく終わり、なにはともあれ、めでたいことだ」ということのようにです。

市民研究員 前川 晃子

### 今後の予定

\*三月開講 共想法体験コース ほのぼのプラザですお

週一回全回、一回一・五時間 13:30より

\*問合せ、申込みはメール又はFAX (04-7172-6704)

### 「ほの研ブログ」更新中

ほのぼの研究所の活動報告の他、共想法参加者の皆様に、エピソードを原稿に書いて頂き、写真を付けて「ほの研ブログ」に公開する試みを昨年四月より開始しました。ほのぼの研究所のホームページを開いて頂き、メインメニューより「ほの研ブログ」へ進むとご覧頂けます。ほの研通信の記事の詳細は、「ほの研ブログ」に掲載されておりますので、参考にして下さい。尚、共想法でお話して頂いたエピソードの原稿（二百字以内）を募集しています。奮ってご応募下さい。 広報グループ

### 編集後記

年の暮れになりほの研通信の発行に四苦八苦しておりました。なんとか新年のご挨拶を皆様にお届けしようと、年末年始に頑張りました。 編集子

ホームページアドレス ; <http://www.fonobono.org>

メールアドレス ; [frioffice@fonobono.org](mailto:frioffice@fonobono.org)