

第 1 部

「Q and A」

Q1：どんな活動をやっているのですか

活動の内容を1年間の流れに沿って説明しましょう。春、大学に新入生があふれかえている4月にその年の最初の運営委員会を開きます。ここで、その年の大まかな方針などを話しあいます。この話し合いに基づいて、京都市の北区役所に学習者募集の案内をお伝えして、それらが北区の「市民しんぶん北区版」に掲載されます。サポーターについては、かなりの人が参加しているので、積極的に募集はしていません。学習者の説明会は、5月の中旬に開きますが、ここでは2年目と3年目の学習者にも出席してもらい、新しく参加した学習者も含めて、どの曜日に参加可能かなどをお聞きします。

実際に音読や易しい計算活動を始めるのは、6月の頭からです。慣れるためにもまず1週間の間、学習をおこなってから、査定（MMSEやFAB）を2週間ほどに渡って実施します。それから本格的な学習に入ることになります。実施場所は、立命館大学の創思館2階にあるトレーニングルーム2、トレーニングルーム3の2部屋です。2つのトレーニングルームは、控え室と学習室に分かれており、ルーム3が控え室、ルーム2が学習室としています。活動時間は、月・水・金の週3日ですが、1日2時間を3つの時間帯（午前10：00～10：30、10：30～11：00、11：00～11：30）に分けて、それぞれの学習者はどこかの時間帯に大学に来校し、学習をおこないます。

控え室には、大きな机があり、この机に座って学習者が学習前や後で歓談するように工夫されています。控え室での10～30分は、学習者同士のコミュニケーションが盛んな時間帯です。季節の挨拶などといったことから、先週あったこと、家族のことなどさまざまな話題が出されます。また大きな文字で書かれている大活字本が100冊以上も本棚においてあり、誰でも読むことができますし、また希望があれば貸し出しもしています。控え室には、1から100までの数が表面に書かれた2cm四方ぐらいの四角のカードが入った道具が置いてあります。これは数字盤と呼ばれるもので、表面の数字を基にして1から順番に並べるあるいは逆順に並べる、しかもできるだけ短い時間で並べるといったことができるもので、これが意外と人気の道具です。

時間になると、隣の学習室に入り、原則として2人の学習者に1人のサポー

ターが机を挟んで向かい合って座ります。挨拶や先週のことなどお聞きしてから、学習に入ります。それぞれの学習者毎にすでに準備している音読と計算教材を使って、学習を始めます。計算では、A4用紙1枚に10のたし算やひき算(1～3桁)の問題が書かれているものを手渡して、答えを書いてもらいます。適切に課題を終えた場合には、用紙に大きく丸を描いて「〇〇さん、全部正解ですよ」などといったフィードバックを心から伝えます。中にはたまに間違う人もいます。間違った答えがあったら「〇〇さん、この問題もう1回やってください」と伝えます。これは、失敗だということを明示化させないためでもあります。このフィードバックで、ほとんどすべての人が正しい答えにすぐに修正します。文章をしっかりと音読すれば、「〇〇さん、よかったですね」というフィードバックを心から言い、学習者が言いよんだり間違えて読んだときには、サポーターが「ここを読んでみましょう」と伝えて一緒に読んだりします。文章を読んだ後などで、学習者が「ここに書かれていることは、小学校の時にしたことがある」、「自分が小さい頃はここに書かれているようだった」など、自己の体験を重ね合わせて話をされることも多く、サポーターはそれに応じて適切な反応を返し、ここで学習者とサポーターの間にかかなりのやりとりが生じます。

課題を終了しますと、次回の日時などを話しあい、学習者は控え室に戻り、そこにいる他の学習者たちと歓談したりする人もけっこういます。また最後の時間帯に割り当てられている人ですと、学習者同士が誘い合って大学の生協食堂でお昼を一緒にとることもよくあります。このことを楽しみにしてこられる学習者もほどほどにいるようです。

ではどんな教材を使っているかと言いますと、音読と易しい計算に関する問題で、すべてわれわれが作成したものばかりです。たとえば、易しいたし算とは(1桁+1桁)、(1桁+2桁)、(2桁+2桁)といった課題です。こんな問題であれば、どんな人でもらくらくと答えを出すことができます。問題は、桁数、繰り上がりや繰り下がりの有無などから9レベルに分けています。1レベルにつき、スモールステップを原則にして100～300枚の用紙を用意しています。音読であれば、「詩」「諺」「唱歌」「昔話」「小説」「エッセイ」「読み物」「論説」などのジャンルからの材料を使い、漢字が少なく文字量も短いものから、

通常の文章までを4レベルに分け、各レベルで200～400枚の問題を作成しています。

6月にスタートし、8月初旬までやって、お盆を挟んで2週間の夏休みをとります。それから12月中旬までそれまでと同じように毎週3日間学習をおこないます。12月の中・下旬には、学習者、サポーターなど関係者全員が集まって「交流会」をおこないます。100人をこえる人が、生協食堂に集まり、お昼を食べながら話したり遊んだりする楽しい会です。それから冬休みに入り、1月初・中旬に再開します。冬休み後でもまた夏休み後でも、控え室には学習者同士の「久しぶり、元気でしたか」という声が飛び交います。2月中旬が、その年の最後の学習としています。最後の日は、学習ではなく「修了式」をおこないます。ここでは、学習者が無事に1年間学習を継続できたということで、「修了証書」を贈呈し、1年間続けてくれた新サポーターには「サポーター認定証」を手渡します。毎回ではありませんが、修了式では神経内科の医師などによる講演などをおこなっています。さらに3月には、多様なゲストをお招きしてシンポジウムを開催しています。2004年から初めて2009年までおこないました。2010年からは、同じ時期に学生・院生などが研究した発表会に衣を代えて継続しています。これが1年間のおよその流れです。

しかしこれだけではありません。大学は研究機関でもあるので、研究もおこなっています。たとえば、学生や院生による卒論研究・修士論文のために、学習に参加している高齢者にさまざまな研究に参加を要請しています。すべての研究ですべての参加者に参加の要請をする訳ではありません。研究の狙いに従ってある人数の方に依頼をする訳です。依頼されたほとんどの学習者は、喜んでその研究の対象者として参加してくれています。こうした成果は、修了式の中で発表してもらっています。

また、教員や運営委員を中心とした研究もおこなっています。対象になるのは、やはり学習に参加している高齢者です。そうした研究の一環は、第3部で紹介されています。こうした研究をおこないますと、その研究結果は、交流会、あるいは修了式などで、学習者やサポーターの皆さんにフィードバックしています。また、日本心理学会、日本老年行動科学会をはじめとするいくつかの学会で、研究結果を報告していますし、国内の学会だけでなく、海外の学会でも

報告をおこなっています。そのリストは、第4部にあるとおりです。さらに、学会での報告だけでなく、さまざまな学会誌、大学紀要などにも論文として報告をしています。もっとも、学会誌などの論文として出版しようとする、査読者からさまざまな問題点の指摘を受けます。それらの疑問に答えることができ初めて、研究論文として公表されます。このため、査読者からの指摘に十分に答えることができずに、ボツになってしまう研究論文も、もちろんあります。

この活動は、また学生教育の一環ともなっています。インターンシップという制度が立命館大学でもありますが、この高齢者プロジェクトに学生がインターンシップ生として参加しますと、単位を認定されるという制度です。第4部の資料にあるように、毎年10～20人の学生・院生がサポーターとして参加します。年配の高齢者の前に若い大学生がサポーターとして机を挟んで座ると、相手を崩した柔らかな表情になる高齢者の方も珍しくはありません。世代の異なる人が参加することは、日常のこうした何でもないところに効果を与えているのかもしれませんが。このような展開が、高齢者のイキイキとした笑顔に繋がっており、若さを維持できる可能性を示唆しているのかもしれませんがね。この活動に参加していたTさんの言葉「老いることも悪くないと思えるようになった」は、今から2400年も前に生きたギリシアのソクラテスに通じているようです。

Q2：どうして音読・計算活動を主にした活動をやっているのですか

高齢者に大学に定期的に来ていただき、長期にわたって活動を継続するためには、どんな課題がいいのでしょうか。高齢者ご本人にとっても意味があり、やりがいがある課題でなければ、長続きはしません。高齢社会に伴う問題は、何も日本だけに限ったことではないので、世界中でどのような介入が効果的かどうか、活発に研究されています。

それらの研究でまず明らかにしたいことは、参加者にやってもらった課題の内容です。国の内外でさまざまな課題が提案されていますが、高齢者からの訴えがもっとも多いものは記憶なので、記憶を改善するような課題が訓練の対象となっています。

たとえば、過去に経験したさまざまな出来事を思い出せなくなる人が多くなるので、エピソード記憶と呼ばれるこの種の記憶を改善するために、いくつかの方法が提案されています。読者の中には、テレビなどで時折紹介される記憶術の世界チャンピオンの人間業とは思えない記憶能力をご覧になった人がいるかもしれません。エピソード記憶の訓練では、そうした人たちがとっているような方法を高齢者に応用するというやり方が、多く採用されています。

また別の記憶課題として、作業記憶の訓練も最近では増えています。これは、2つ以上のことを同時に処理するために必要な記憶です。たとえば、電話での話を聞きながらメモを残すといった状況は作業記憶を必要とする状況ですが、この記憶も加齢に伴って急激に低下します。このため、電話をしたのにそれが伝わっていないなど、日常生活でさまざまな支障を引き起こす原因の1つとなっています。そのための訓練としてさまざまな訓練課題が考案されています。たとえば、15個の単語を聞いた後で、最後から3番目の言葉は何かを思い出すなどといった課題を使って練習します。

しかしこうした訓練は、参加者にかなりの負担を与え、それほど楽しい課題でもないで、1～2ヶ月の訓練であれば何とか続けることができます。しかし、それを半年間あるいは数年間となると、通常は参加者が訓練から脱落してしまい、訓練そのものが成り立たなくなります。

われわれが採用しているのは、音読と計算です。ここで言う計算とは、小学

校1年生で学ぶような1～2桁のたし算やひき算といった誰でもらくらくとできる計算です。音読は、文字通り文章を声に出して読むことです。

なぜこんな課題を採用したのでしょうか。それには、きちんとした理由があります。それは、脳の賦活に関する東北大学の川島先生の研究(2002)から引き出されます。普通であれば、われわれは自分の脳を意図的に動かすことはできません。ところが川島先生は、どのような課題を与えれば脳が動き出すかを研究し、われわれが常識的に持っている考えとはまったく逆の結果を見いだしました。たとえば、以下の2種類の課題をやして下さい、 $\langle 3 + 9 \rangle$ 、 $\langle 54 \div (0.51 - 0.19) \rangle$ 。

どちらが頭を使ったかと聞かれれば、誰でもわり算だと答えます。 $\langle 3 + 9 \rangle$ で頭を使ったと答える人は、まずいません。

ところが脳の中での働きを見ると、私たちの意識とはまったく逆のことが起きています。図1を見て下さい。複雑な計算をやっているときには、脳はほとんど働いておらず、らくらくと計算できるような課題をやっているときは、脳のかなりの部分が賦活していますね(赤く塗られた部分がそうです)。 $\langle 3 + 9 \rangle$ などは、どんな人でもすぐに答えを出せます。つまり簡単な計算をやると、脳細胞に大量の血液が循環し、休眠状態だったかもしれない脳細胞が元気を取り戻すことができることを示唆しています。

文章を読むときのことを考えてみましょう。大人であれば、文を読むさいには黙読するだけで、声に出す人はいません。しかし声に出して読むときの頭の中をのぞいてみますと、脳全体が真っ赤と言えるほどに活動していました。つまり、黙読よりも音読がはるかに脳を使っているということが分かりました。

こうした研究に基づいて、われわれの活動では音読と易しい計算を活動の主な課題としています。たとえば易しいたし算とは、(1桁+1桁)、(1桁+2桁)、(2桁+2桁)といった課題です。こんな問題であれば、どんな人でもらくらくと答えを出すこと

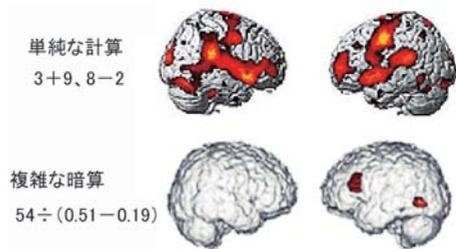


図1. 2つの課題での脳の働き(川島、2002)

ができます。A4用紙1枚にこうした問題を10問ほど印刷し、答えを書くという課題です。問題は、桁数、繰り上がりや繰り下がりの有無などから9レベルに分けています。1レベルにつき、スモールステップを原則にして100～300枚の用紙を用意しています。右の図が、そうした課題の1例です。音読であれば、漢字が少なく文字量も短いものから、通常の文章までを4レベルに分け、各レベルで200～400枚の問題を作成しました。右にある文章は、レベル4の課題例です。

$4 + 3 =$
$7 + 4 =$
$2 + 2 =$
$9 + 3 =$
$4 + 5 =$

読者の中には、 $3 + 7$ といった簡単な問題に正解してそれを褒められたからと言って、ちっともうれしくない、むしろ馬鹿にするなぐらいの気持ちになるのではと心配される人がいるかもしれません。ところが、実際に高齢者の目の前で用紙に赤で大きく○を描きその横に100と記入して、先のフィードバックをすると、にっこりと微笑む方がほとんどです。「馬鹿にして」などといった反応をする人はまずいません。じつは、活動に参加する高齢者には、こうした易しい課題を行うということの意味をしっかりと理解してもらっています。そ

名前	月	日	時	分	時	分
サザエさんの人気の秘密						
サザエさんのこの伸び伸びとした行動力 徹底した粗忽(そこつ)さ マンガの主人公として 実に適当なおつちよこちよいぶりと 愚かしさ						
なぜサザエさんはこんな性格であり得たのか その理由は ただひとつ サザエさんが「嫁」でないからである						
サザエさんはたしかに結婚して「妻」であり 他の九八%の既婚女性と同じく「磯野」から「フグ田」へと改姓した 彼女はすぐ「母」となってタラちゃんを育てている						
そして家庭を主に生きる「主婦」である当時の二〇代後半の女性として 多数派の属性をすべて備えているよう見えるが 実は重大な要素が欠落している						
それが「嫁」の部分なのだ						

E-12

出典「サザエさんからいじわるばあさん」ドメス出版

うした理解があるから、多くの方が肯定的な反応を示されるのです。

さて、こうした内容を読むと、学習者は黙々と課題をこなしているような印象を持つ人がいるかもしれませんが、実はそうではありません。学習を始める前には、挨拶、その日の体調、日時の確認などをしますし、学習者が前日にあったことを話す場合も少なくありません。さまざまなジャンルからの文章を用意しているので、音読を終えた方が読んだ文章の感想、「これは小さい頃に読んだ文だ」などさまざまな反応をしてくれます。こうして、学習者とサポーターとのコミュニケーションが生まれるのです。

まとめてみれば、音読や易しい計算をなぜ活動の柱にしているかということですが、最新の研究に基づいて脳を可能な限り働かせる活動を主な課題として採用したわけです。さらにこうした活動に伴って、学習者とサポーターとの間に活発なコミュニケーションも生まれます。つまり、学習活動での課題のみが大事なわけではありません。そうした課題の特徴から、コミュニケーションが自発的に引き出されているのです。このコミュニケーションも、学習者が長期にわたって学習を継続するためにはきわめて重要な役割を果たしています。音読や計算ではない別の活動が、もしかしたら効果的かもしれません。しかしそうした別の活動といえども、ここで明らかにしたような2種類の要因を含んでいることが前提になると言えるでしょう

創設期

そもそもの始まりは、2001年4月、吉田・大川・土田の3人が、立命館大学に教員として働き始めたことにあります。私（吉田）は、大川・土田の両氏が高齢者に関心を持つ研究者であることが分かっていました。それで、遅咲きで有名な仁和寺の御室桜が満開の頃に2人に集まらないかと声をかけ、5月16日の夕方に吉田研究室に3人が集まりました。ここでお互いがどのようなことに関心を持ち、どのような研究をしているかなどを当てにして飲み会をおこなったわけです。膝を交えて談論風発、いろいろなことに話題がおよび、高齢者への認知的介入についての研究をおこなうということで、方向がある程度定まったように記憶しています。

吉田は、これより遡る2年前に東北大学医学部の川島隆太教授の研究に参加しないかと要請され、当時の教育心理学者としてはまれなことですが、ほとんど知識もないし触ったこともなかったfMRIやPETといった機械を使ったブレンイメージングによる実験研究に参加しました。それは、仙台市や盛岡市などにある最新のイメージング機械を使って、認知的な課題と脳の賦活との関連を調べる研究でした。

そうした研究が下敷きにあったために、高齢者への介入訓練という研究へという方向が定まった訳です。まずは、こうした研究領域でどのような研究が世界で展開されているかについてのレビューをおこないました（吉田ら、2003a）。レビューをしてみると、音読や計算といった簡単な学習を通じた訓練といった試みは、世界中でまったくなされていないことが分かりました。そこで科学研究費（以下、科研費）に申請するために、京都府立医科大学の神経内科の教授である中島先生を科研費の代表者になってもらうべく訪問しました。しかし、中島先生は02年に定年退職の予定で研究代表者になれないということで、渡邊先生を紹介してもらい、この先生から02年3月になって活動をおこなう施設として京都市内にある「花友しらかわ」を推薦していただきました。

これを受けて、02年7月15日に高齢者プロジェクトを立ち上げた訳です。

参加したのは、3 教員（吉田、大川、土田）と学生です。施設でのサポーターには、この全員が当たることになりました。このサポーターの中には、高橋・石川・坂口といった後にプロジェクトの中核メンバーになる人が入っていました。この後、施設側と話しあい、家族への説明会などもおこなってから、02 年 8 月 20 日に第 1 回目の学習をスタートさせました。立命館大学衣笠キャンパスは、どちらかと言うと京都市の北西にあり、「花友しらかわ」は京都市の東に位置し、立命館大学からバスで 1 時間ほどかかるところにあります。学習日は、施設の都合もあり、火・金・日曜の 3 日間となりましたが、私（吉田）も日曜日にサポーターとして出かけることに、ほんの少し抵抗もありましたが、12 人の学習者が待っていると思うと苦にはなりません。机をどう配置すれば効果的か、教材を 1 人の学習者にどう準備するか、どのように学習者と話しあうかなど、解決すべき問題が山のように噴出しました。その日の学習が終わってから、こうした問題点をどう解決するか、話しあいの連続でした。03 年 4 月になって、「花友しらかわ」の親組織のトップである森理事長と話しあい、この組織の中核に当たる「市原寮」での学習をおこなうことに決まりました。

高齢者施設での学習

「市原寮」は、京都市の北部にある市原という地区にある施設です。ここは、1961 年に開設という古い歴史を持っており、われわれが最初に訪問した時点では、6～8 人の大部屋という古いタイプの部屋がたくさん残っていました。ただそうした大部屋は、今では廃止されて、個室へと改築されています。京都市の中でもかなり北の方で、交通は不便です。叡山電鉄の市原という駅が近くにありますが、それに乗るためには立命館から 1 時間ほどかけて始発駅である出町柳という駅まで行かねばなりません。それではちょっと不便なので、サポーター全員が週に 3 回（月、水、金）タクシーに乗って出かけるということになりました。もっともこのやり方は、2006 年までです。その後は、市原寮に京都産業大学の学生ボランティアが来ていることもあり、彼らと話して週の中の 1 回は彼ら学生が学習を進めることになりました。現在では、立命館大学関連のサポーターと左京区地域介護予防推進センター（Q5 で紹介します）が主になっているサポーターで学習を継続しています。市原寮には、特養、デイサー

ヴィス、ショートステイなどいくつかの施設がありますが、学習の対象となったのは、主に養護棟や特養に入居している高齢者です。

市原寮での学習も、最初は手探りでした。もちろん、施設側に学習の意義などをお話しし、しっかりとした了解を得た上で開始しています。同じ系列の「花友しらかわ」で1年間学習をおこなっていたとは言え、施設が異なると職員も施設長も違ってきますし、スムーズに行かないいくつかのことが起きてきました。たとえば、学習をおこなう部屋1つとっても手探りで、理事長室の隣で使われていない部屋でやったり、食堂の中でやったり、何回か部屋をさまよったあげくにやっとのことで定まった部屋での学習を進めることができるようになりました。学習者のほぼ全員が、認知症ということもあり、車いすでお見えになるのですが、時間になっても学習室に来ないなど学習を始めるまでの準備が大変で、そのたびに職員に連絡して何とかその場をしのぐという具合に心を砕きました。

われわれは、「花友しらかわ」で試行的な経験をしてきましたので、市原寮では、早速研究に取りかかりました。基本となる目的は、認知症の高齢者にこうした学習をおこなうことは、彼らの認知機能の衰退にストップをかけることができるかどうかを、検討することでした。しかし学習を始めてからも、職員全体にこの学習活動の意義などへの理解が進んでいないと思うことがしばしばありました。それは、その頃としては当然だったかもしれません。当時は、認知症（その頃は痴呆症と呼ばれていました）は、どんどん悪くなる治らない病気だというのが常識でしたし、そんな病気を抱えた高齢者に文章を読んでもらったり簡単な計算をしてもらっても、それが何の効果につながるかという疑いが、施設の職員にはあったと思います。

いずれにしても、03年から数年間は、いくつかの実験的な研究をおこなっています。その1例は、学習者とサポーターの人数比に関する研究です。普通に考えますと、1対1という組み合わせが、もっとも学習がうまくいくと考えられます。しかし心理学の領域では、古い理論ですが、ヤーキーズドッドソンの法則という理論があり、物事がうまくいくのは、刺激が多すぎるよりもまた刺激が少なすぎる場合よりも、刺激が適度なときであるという理論で、これは今でもさまざまな状況でほぼその通りの結果が出てきます。そこでわれわれは、

サポーターと学習者の人数の組み合わせとして3種類、① サポーター1：学習者1、② サポーター1：学習者2、③ サポーター1：学習者6～7という3種類を設定して実験的な研究をおこないました（吉田・大川・土田、2004）。この研究を始める前に、吉田は別の研究グループの代表者であった東北大の川島教授にこのアイデアを伝えました。すると彼は、③のサポーター1：学習者6～7という組み合わせがうまくいかないのはすぐに分かる、最初から分かっていることをなぜ研究するのかと詰め寄ってきました。今思えば、うまくいかない条件を設定することは、倫理的には問題になるかもしれないと思います。しかし当時は、そのことを実証することも大事だと押し切って実験的な訓練をおこなった訳です。研究の内容は、第3部で紹介されています。今では日本の高齢者施設であまねく導入されるようになった学習療法と呼ばれている分野では、サポーター1人に対して学習者2人がベストな組み合わせとして広く採用されていますが、その根拠は、この研究に由来します。その他、いくつかの研究をおこなうことができました。

06年度になると、こうした研究の結果、認知症の高齢者に対する音読や計算といった課題を用いた学習が、かなり強力な効果を持つという結果を確認できるようになりました。それまでの心理学の研究と言いますと、2～3時間の実験をおこなって結果を得るといことが多かったのですが、高齢者施設というフィールドでの研究になりますと、短くても半年、少し長くなると1～2年という時間が必要となりました。長くやった分だけ、結果の信頼性が飛躍的に増してきました。またそれぞれの学習者を見ていても、変化の様子が分かります。こうしたことから、間違いのない安定した結果が得られていると確信できるようになったのです。このため、施設に入居している認知症の高齢者だけでなく、地域で暮らしている健康な高齢者でも同じような結果になるだろうかという疑問が起きてきました。つまり、施設から地域へという方向の転換です。これを検討するために、立命館大学を舞台にして次の研究ステップへと歩を進めることになりました。

立命館大学での学習

立命館大学は、北区に位置しますが、すぐ西は右京区であり、周辺にいくつ

ものお寺や住宅が建ち並んでいる閑静な地区にあります。06年度のスタートに向けて、大学内で会場探しが始まりました。大学の教室だけでなく、大学が所有する近隣の建物や民家なども見て回りました。大学のすぐ近くに住んでいるという私（高橋）の利点を活かして、散歩途中でいかにも人の気配がしない民家の表札に立命館大学と書かれてあるのを発見すると、小躍りしました。事務室を介してそうした民家について尋ねてもらおうと、よく見つけましたねと感心されましたが、残念ながら立命館が所有して人が住んでいない民家には電気や水道が通っていませんでした。何かを始める時には、五感も活発に働いて必要な情報へエネルギーが集中するなということを実感しました。健康であるとは言え、高齢の方を対象者にと考えていたので、いくつもの制約が生じてきます。たとえば、会場となる建物が安全であること、車椅子の移動を想定するとエレベーターが完備されていること、トイレが広い、清潔などです。こんな条件を満たす民家は、まずありませんね。バスを利用して来学されることを想定しますと、バスの停留所から歩いて迷うことなく来て欲しいと思います。

そんな折、衣笠キャンパスにある創思館2階トレーニングルームがどうかという話を頂きました。ここは、正門から近くまた建物全体は研究棟なので、大学院生は使えますが、学部生の出入りは禁じられています。学部生と一緒に使う建物だと、高齢者にとってリスクが増えるのではと考えました。プロジェクトを開始する以前は、高齢者が大学に外来的に通ってくるという姿を具体的にイメージすることが難しかったので、不安や心配ばかりが先行しました。候補になったトレーニングルーム2を見学しますと、カーペット敷きですし、トレーニングルーム3はフローリング張りで、いずれの部屋も靴を脱いで使用するという大学では珍しい教室でした。高齢者にとって、はきものをぬいで部屋に入るのは、リラックスするという点からも好ましい環境に思えました。こうした教室を使用できる環境に恵まれたことは大変ありがたく、プロジェクトが長く継続出来た要因の1つではないかと考えています。

プロジェクトのスタート時の関係者は、大学教員3名と運営委員5～6名のみでした。運営委員に出入りはあったものの、常時7～8名が運営委員として携わり、学習活動を支えています。プロジェクトの名前を「サポートネット」と名づけたのですが、残念ながらあまりこの名前は使われることは少なく、「高

「高齢者プロジェクト」という名前が主として使われ、今に至っています。

このプロジェクトでは、地域の方々へ2つの役割を用意しました。1つは、地域に住む健康な高齢者として学習活動を希望するという役割であり、もう1つはボランティアとして高齢者を支援するサポーターという役割です。地域の方々がこのボランティアにどのような関心を示されるのかは、最初はまったく予想がつきませんでした。サポーター募集については、06年4月に京都市の「市民しんぶん北区版」に募集記事を掲載させていただきました。説明会には、驚いたことに、50名もの人が集まりました。会場だったトレーニングルームは、人でいっぱい状況となり、とても心強く感じた次第です。この内の20名が、サポーターへの参加を希望され、またそのための研修も受けていただくことになりました。サポーター説明会に集まった50名の中には、サポーターではなく、元々学習を希望して来られた方も多数おられたので、そのの方々については、そのまま学習に通ってきてもらうこととなりました。

サポーターとしてはどんな人がふさわしいか、その条件を決めることはとても難しいことでした。最初から設定したのは、メールでのやり取りが可能な方ということでした。また年齢ですが、開始当初は年齢の上限を定めることはしていませんでした。しかし年数が経過すると、学習者よりも年上の70代後半のサポーターも在籍されるようになり、何らかの条件が必要ではないかと考え、サポーターは75歳で定年としました。

このプロジェクトの活動は、立命館大学のインターンシップ制度にも採用されることになりました。文学部の2年生以上で参加を希望する学生は、1年間サポーターとしてプロジェクトに関わることとなります。レポート提出などの義務がありますが、彼らには活動への参加で2単位が与えられます。インターンシップ学生は、毎年十数名が継続して参加しています。地域のお年寄りとの交流は、学生の心をかなりとらえたようでした。このプロジェクトを利用して、卒業論文や修士論文の研究フィールドとして実験調査する学生も例年多くいて、それらに協力する高齢者も孫世代に当たるような若い学生に対して快く受けに応じています。

学習者については、初年度は新聞に載せてといったことはやらずに、まずはサポーターの育成に重点を置きました。サポーター研修の内容を確立してサ

ポーターを育てることが、まず第1に重要だと考えたからです。活動内容を紹介するために、パンフレット「音読・計算活動をいっしょにやりませんか」を印刷しました。出来上がったパンフレットは、行政の窓口や高齢者施設、近くの医院、社会福祉協議会、老人会、女性会などに声を掛けて配布しました。パン屋に配布はしていないのですが、「パン屋でパンフレットを貰った」と言って来られる方もありました。しかし、なんと言っても大きなものは口コミで、徐々に学習を希望する人は増えていき、翌年の07年5月に開催した学習者説明会には、40名もの人が参加しました。われわれの宣伝としては、1年に一度、市民しんぶんに掲載記事を掲載するだけですが、不思議なことに学習を希望する方々が、途切れることはなく、かなりの方が新たに参加を希望してきて、順番待ちをしていただいた年もあります。

地域での学習：区役所との提携

2005年12月7日に、吉田・大川・高橋の3人は、プロジェクトの構想を伝える目的で、立命館大学が属している行政区である京都市の北区役所を訪問しました。京都市には、大学も多く、行政も大学との関係はそれなりに活発なようですが、今回の構想のように、年度をこえて長期にわたって高齢者へ介入するという試みは、行政からすると未知な取り組みと捉えられたようです。われわれにしても、区役所サイドがどのような反応をされるのかは、楽しみでもありまた不安でもありました。この時には、当時の北区役所の福祉介護課の梅本課長と遠藤係長の2人が、対応してくれました。われわれの構想に大いなる興味をもって聞いていただいたのですが、いろいろな問題点を指摘されました。どうやって高齢者が大学に通うのですか？交通手段は大丈夫ですか？大学で高齢者がうろうろして迷惑がかかることはないのですか？などなどの疑問が、投げかけられました。われわれとしては、不安をたくさん抱えながらのスタートですし、今であれば何の躊躇もなくスラスラと答えられることでも、その時のわれわれの対応はしどろもどろに映ったかもしれません。それから10年以上が経過しても、私（高橋）には、その時の何ともいえない気持ちが忘れられません。区役所に期待する具体的な協力というものがあるのか、絞り込めないままに区役所を訪れたことを思い知らされたわけです。12月ということも

あって、北区役所の建物を出ると、前方に暗雲が垂れ下がっているような不安に襲われ、急に寒さを感じました。「お茶でも飲んで、今後のことを相談しましょう」と提案され、少しは安心しました。それで、堀川・今出川の北角にある鶴屋吉信という老舗の和菓子屋さんの2階にある「菓遊茶屋」への階段を上ろうとしたところ、定休日という看板を目にし、ツキも無い日でした。道路を挟んだ向かい側の喫茶店へ行くことにしたのですが、青信号で堀川通りを東へ渡りながら、道の向こう側がとても遠くにあるように感じました。うなだれて、のろのろした足取りで歩いていたのでしょうかね。今でもその道を通ると、その時の気持ちを思い出すことがあります。

年が明けて06年になり、北区役所に何度か足を運ぶようになり、高齢者の置かれている現状を互いに話し合う中で、大学と行政の協力の内容について課長や係長と親しく話しあうようになりました。しばらくすると、北区役所内でもこのプロジェクトについて取り上げられる機会が増えて、区長も巻き込んだ形で総務課の協力が得られることになりました。「市民しんぶん北区版」4月15日号に、サポーター募集記事を初めて掲載することになり、翌年からは、サポーターと学習者を募集する記事を載せることも決まりました。「市民しんぶん北区版」には、06年から15年まで両者の募集についての記事をずっと掲載させていただいています。

われわれが訪問したのは、区役所だけではなくありません。いくつもの組織を訪ねて協力を要請しました。たとえば、京都市北区包括支援センターの全体会議5月の集まりで、プロジェクトの構想を紹介してはどうかという提案をいただきました。立命館大学の北にある老人介護施設、「原谷こぶしの里」が説明の会場だったので、大学から吉田・高橋がこの会議に出席して、構想を紹介しました。手応えはあったのですが、そのときはまだ包括支援センターと立命館大学との役割をどうするかという疑問に十分に答えることはできませんでした。また北区の社会福祉協議会からも、どのような活動をやるのか紹介してほしいという要請があり、宣伝をかねて講演に行きました。さらに、北区役所から伏見区役所へ異動した梅本課長から伏見区の民生児童委員の会での講演を依頼されたので、講演に加えてPRにもつとめました。この頃は、何らかの要請があれば、いとわずに出かけたものです。そんな努力もあってか、北区役所、とく

にわれわれの活動を担当してくれた総務課などと協力体制が育っていったように思えます。北区役所から山科区役所に異動した野村課長補佐（当時）は、活動をしっかりと理解されていたからでしょうか、彼女が停年になった暁にはサポーターとして参加させて欲しいという言葉をいただき、その後もいろいろなところでつながりができていますが、サポーターとしての彼女の参加については、残念ながら、活動を停止することになるので実現できませんね。

いずれにしろ、北区役所の総務課とは長きにわたり多面的な形で安定した協力体制を持つことができています。たとえば、先の野村さんの例で言えば、「市民しんぶん」記事掲載でお世話になり、われわれのプロジェクト行事へは行政代表として挨拶していただき、08年9月に立命館大学で開催した老年行動科学会第11回大会では行政サイドとしての発表を依頼し快諾していただきました。2月に行う修了式には欠かさず出席してもらっており、彼女を代表する組織に対して、顔の見える行政として高齢者からの評価がかなり上がったようです。

大学での活動をスタートさせた翌年の07年になりますと、区役所から別の相談がありました。それは、大学でやっているような活動を北区の学区の中で展開してほしいというものでした。その趣旨は、大学に來学するというよりは、住んでいるところのすぐ近くでこうした学習があれば、気軽に來ることができると。そのため、小学校を単位とした学区毎にこうした活動を広げてほしいというもので、これをきちんとやれば京都市全体をカバールする壮大な動きになり得る構想でした。とは言え、たくさんので地区でそうした学習をおこなうためには、何と言ってもサポーターの存在が前提となります。そこで、北区の衣笠と大將軍学区をモデルとして立ち上げることにしました。地域でやるためには、その学区に関係するさまざまな団体の協力を得ることが不可欠です。区役所と大学で、学区毎にある民生児童委員会や地域介護予防推進センターなどに協力の話をした上で、07年10月1日に大將軍小学校と衣笠小学校の空き教室を使つての学習をスタートさせるに至った訳です。学習者は10～12人で、ここでは週1回の学校での学習と2日分の自宅での学習という形をとりました。ただ、われわれ大学関係者としますと、地域で展開される事業であり、大学からはできるだけ自立した形で学習をやってほしいという願ひがあり、地域での学習に

は少しのお手伝いといった形で協力しています。

こうした地域での学習は、その後も続いていきました。北区の北側にはいくつもの山々が控えており、20年ぐらい前までは京都市の中とはいえどもスキー場があったような地区、行政的には北山3学区（中川、小野郷、雲が畑）と呼ばれているところがあり、高齢化率も30%をこえているこうした地区で学習をモデル的にやってほしいという要請もありました。地区の人に公民館などに集ってもらい、学習活動をおこなうような試みでした。大学からはかなり離れているので、継続的な学習を提供することは、不可能でしたが、参加した高齢者には喜んで頂けました。

先述したように、われわれは、行政が大学からは自立した形でこうした学習を運営してほしいという希望を伝えていましたが、13年からは北区の地域介護予防推進センターで学習を展開する運びとなり、これは今後も継続すると予想しています。また左京区の福祉課から同じような学習をやりたいという要請を受けて、学習をスタートさせました。左京区の担当者系の要望もあって、ここでは集団的な学習として展開しています。今は、左京区の左京区地域介護予防推進センターが中心となって、3つの会場でこの集団を対象にした学習が継続されています。

Q4：どんな組織として運営されていますか

まず、「高齢者プロジェクト」とは、どのような人々から構成されているかを説明しましょう。Q1 から Q3 までの質問と答えを読んだ方であれば、組織がどうなっているかは、おぼろげながらお分かりになったかもしれませんね。実際は、図 1-2 のような組織になっています。

まず、教員から説明しますと、立命館大学の文学部の吉田と土田、筑波大学の大川の 3 人です。なぜ筑波大学の教授が、このプロジェクトのメンバーなのか不思議に思われる方も、いらっしゃるかと思います。彼（大川）は、立命館大の教授でしたが、2006 年に筑波大に転勤しました。しかし、プロジェクトのメンバーと

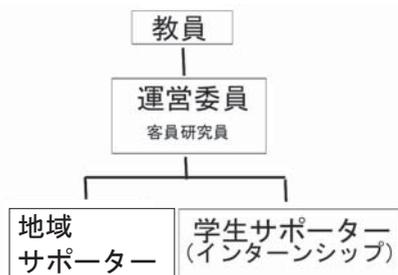


図 1-2. 高齢者プロジェクト組織図

して継続的に関与しています。Q3 でも説明していますが、この 3 人がこのプロジェクトの生みの親です。プロジェクトを立ち上げて最初の数年は、教員もサポーターとして活躍していました。しかし何と言っても教員の大事な役目は、プロジェクトを運営するためのお金集めと思っています。もちろんそれだけではありません。全体の運営方針に対する方向性を考える、プロジェクトのための場所確保、研究発表などの役目もあります。

次は、運営委員です。彼らが、このプロジェクトの中核です。運営委員なしには、この高齢者プロジェクトがこれだけ長く活動することは不可能でした。年度によって少し変動がありましたが、6～9 人がこの重責を担いました。この冊子の著者として名を連ねている石川、今村、小田、片桐、坂口、高橋、吉村が、現在の委員です。運営委員の多くは、立命館大学の人間科学研究所における客員研究員という身分も兼務しています。全体としての運営委員会は、2 ヶ月に 1 回開いています。仕事をしている人が多いので、夕方に開催します。きめ細かに対応しなければならない問題があれば、関連する運営委員が集まって話しあいをするということは、当然ですね。

週に3回の学習をおこなうためには、さまざまな仕事が必要です。たとえば、まるで手配師のように、それぞれの学習日にどの人がサポーターとして参加できるかなどをきちんと調べて配置して連絡する、学習が終わったらすぐにその日の出来事や学習者の様子などについて話しあいをしてまとめます。学習日にサポーターとの役割を区別するために、こうした話しあいを司会する運営委員を、われわれは総括と呼んでいます。総括の司会の下で30～50分の話しあいをして、その結果を文書にして、すぐに高齢者プロジェクトが持っているメールに配信します。その日の学習に参加していない運営委員も、それを読むことにより、その日の様子を全員が分かるようになります。あるいは、学習当日に欠席するという連絡にも対応が必要で、これも運営委員の役目です。あらかじめ欠席を連絡してきたサポーターがいれば、その補充をしなければなりません。また総括は、学習室で生じていること全体に目を配っています。何かの問題があれば、総括がそれに対処します。学習者の中には、病院から紹介されて参加している人もいます。そうした人々には、さらに細やかに配慮することが必要であり、サポーターで対応が難しそうであれば、総括が援助したりもしています。

学習当日に生じるさまざまな事態だけでなく、運営委員は、将来の出来事についても考えねばなりません。たとえば、12月に学習者、サポーターなど関係者が集まって交流会を開きます。どんなプログラムにするか、場所はどこにするか、予算はなどいくつものことを話しあい、みんなに周知してという準備も必要です。あるいは2月におこなう修了式でも同じです。誰に参加してもらうか、学習者に修了証を渡していますが、その文面はどうする、用紙の印刷は誰がするかなどを考えねばなりません。また修了式では、6～7人がけの椅子が並んだ大きなホールでおこないますが、椅子席の真ん中などに座っていると、名前を呼ばれて立ち上がって演題まで行くというのは、かなり時間を要します。それで修了証を手渡すさいには、座っている学習者のところにその修了証をサポーターが持って行くようにしていますが、その手順なども考えねばなりません。こんなに細かいことまで紹介しなくてもいいのではと思いますが、実際の仕事が多様な内容を理解してもらうことで、運営委員の役割が分かってもらえると思うので、敢えて細かいところにこだわりました。じつは、まだまだ運

営委員の仕事はあります。このため、運営委員にそれぞれ役割を割り振っています。たとえば、行政関連の対応、市原寮への対応、病院との対応、卒業生の会である創生の会への対応、インターンシップ学生への対応、会計などの仕事をそれぞれの運営委員が分担しています。

運営委員の多くは、社会人入試で立命館大学に入学してきた方々であり、心理学や対人援助学の修士の学位を持っている人も数名います。現在、大学で講義を担当したり、臨床心理士や介護認定委員、保健師、また元市会議員として活躍している現状です。

最後に、サポーターについて説明しましょう。サポーターの主な役割は、参加している学習者が学習をおこなっているときにさまざまな支援を提供することです。学習時の対応としては、Q1で説明されているので、そちらをお読みください。プロジェクトの初期の頃には、サポーターの方が学習を担当するさいにさまざまなやり方をやっていました。今は、月・水・金の中でサポーターに大学に来ることができる曜日を指定してもらい、曜日毎にサポーターを2つのグループに振り分け、特定のサポーターはどちらかのグループに属しますが、その2つのグループで希望曜日のサポーターを週毎に交代でやっていくというやり方に落ち着いています。

サポーターには、図1-2にあるように、地域からボランティアとして参加されている方と、インターンシップとして参加している学生、それにこの活動に関心を持っていてボランティアとして参加している学生・院生の2つのタイプに分かれます。地域からボランティアとして参加されている方は、年度によっても異なりますが、30～50人に上ります。活動を初めて最初の頃は、区役所が発行する「市民しんぶん北区版」やその他の方法でボランティアを募集していたのですが、この活動が地域で認知されるに従って自発的に応募される方も増えてきて、最近ではあまり積極的な募集はやっていません。

サポーターは、われわれの活動の最前線で学習者に対応しています。彼らの存在なしには、この活動は成立しません。ただサポーターが、こうした活動に参加する前にひよっとしたら持っていたかもしれない年配者に対する先入観などがあれば、それは活動の妨げになることもあります。高齢者は、「人生の先達」で経験を積み重ねた人であり、尊敬の念を持って接する必要があります。また

学習者が、課題をおこなうさいにうまくできなかつたりすることもあります。それを失敗として学習者に認識させないことも、きわめて重要です。そのためにどうすればいいかなど、いくつものことを学ぶために、サポーターとしてのデビューをする前に研修をおこなっています。1日3時間ほどの研修を2～3日実施し、終了した人がサポーターの役割を果たすことができます。

学習が終わると、サポーターはその日の様子を話しあう会の中で、感想などを互いに共有します。誰それの今日の様子はどうだったなどといったことを報告し、学習者の様子はどうだった、学習において気を付けた方がいい点、あるいは学習者の趣味や近況なども、当日のサポーターで共有するようにしています。それらの内容は、総括と呼ばれるサポーターがまとめて運営委員全員にメールで報告します。

学生サポーターも、大事な役割を担っています。正確には、学部学生と大学院生のことです。学生のサポーターとしての参加者の多くは、インターンシップという制度に則っての参加です。この制度では、1年間にわたる活動に参加すると、単位が認定されます。そうした単位をもらえるという点だけでなく、異なる年齢の人と広く深くつきあう機会にもなっています。大学生は、ほぼ同じ年齢の集団からできていますが、インターンシップに参加しますと、大学の中ではちょっと体験できないさまざまなことに遭遇します。この意味からも高齢者プロジェクトは、学生からはそれなりの人気をもっています。単年度だけ参加する学生もいますが、インターンシップを継続する学生も少なくありません。継続する学生や大学院生については、初参加の学生をまとめて連絡調整などの役目をする学生チーフという役割を提供しています。この学生チーフは、運営委員を補佐して学習の総括などをおこなうこともあります。なお、インターンシップの学生の活動は、学生生活の充実という面だけでなく広く社会を知るという面でも功績があるということで、立命館大学の父母教育後援会が設定している賞の対象として毎年表彰され、さらに文学部長優秀賞を受賞しています。

Q5：大学外の組織とはどんな連携を持っていますか

Q3の活動の歴史でも、ある程度触れていますが、大学以外の組織としては、高齢者施設の社会福祉法人「市原寮」、北区役所、北区の老人福祉センター、左京区の地域介護予防推進センターなどと連携しています。

市原寮

京都市左京区静海市原にある「社会福祉法人市原寮」が、その主な舞台です。2002年から現在に至るまで連携を継続しています。

この法人は、多様な施設を運営していますが、われわれが主に関与したのは、特別養護老人ホームです。ここの入所者は定員60名で、自分の趣味やクラブに時間を費やしたりしながらそれぞれ思い通りに時間を過ごしています。展開されているクラブ活動は、書道、踊り、手芸、華道、陶芸、園芸、織物、フェルト、民謡等多種に富んでおり、月に1～2回開かれます。立命館大学の音読・計算を中心とした学習活動は、「学習療法」として紹介され、京都産業大学の学生と連携で週2回実施しています。参加者の方々は、楽しく・達成感を感じられると熱心に日々取り組んでいます。写真は、特養の前景と学習中の様子です。



北区役所との連携

音読・計算活動が施設から大学での展開へと発展し、05年12月に立命館大学の人間科学研究所の高齢者プロジェクトは、地域に住む健康高齢者を対象に音

読・計算活動が行うことができよう、衣笠キャンパスが位置する行政区の京都市北区役所と06年から協力体制を組むことができました。この活動を地域に紹介する方法として「市民しんぶん北区版」に掲載し、サポーター募集や学習者募集を行い、この活動に関心を持った地域住民へは積極的に取り組み内容を案内するなど、行政への参加協力を依頼しました。



北区役所の事業である「安心・安全ネットワーク形成事業」の位置づけとして、07年9月からにサテライト会場（大学外の会場をわれわれはこう呼んでいました）が設置されることになり、「大將軍小学校」と「衣笠小学校」の空き教室の中に学習会場が、開設されました。07年から09まで2学区で開講され、同年11月には、高齢化が進み過疎化が心配される京都市北部にある北山3学区（中川・小野郷・雲が畑）に向いて、活動を行いました。

2010年1月からは別の2学区（紫明・楽只）で活動が行われ、2011年からは、がくさい病院での取り組み、2012年から2012年まで北区老人福祉センターでの「KITAROやわか頭教室」を開催しました。ここでは、4月から翌3月まで3か月ごと4期に分けて実施し各期12回実施しました。2014年はライトハウスにて実施し、2015年度は北区老人福祉センターでの「KITAROやわか頭教室」を開催しています。ここでは、4月から翌3月まで3か月ごと4期に分けて実施。各期12回実施となる予定です。

左京区地域介護予防推進センターとの連携

左京区との連携は、左京区の地域介護予防推進センターの要請によりスタートし、2010年に、左京区に住んでいるボランティアを希望した有志への地域のサポーター養成を10月に4回研修をすることから始まりました。「認知症予防教室」は、2011年1月19日から開始しました。1週間に1回、6か月実施す

る全24回という取り組みです。左京老人福祉センターからスタートし、岩倉、ひいらぎ、一乗寺、養生、白川児童館、田中神社などの各教室で実施され、2014年10月現在約150人以上の方々が修了され、80名のサポーターが誕生しています。左京区地域介護予防推進センターが核となり地域に住んでいる認知症予備軍への予防的な取組まれています。



左京区地域介護予防推進センターの橋渡しで、2010年には左京区が開催するイベント「左京区ふれあいまつり」にも積極的に参加して、認知リハビリテーションの実演を行いました。

Q6：活動を維持するための予算はどうしているのですか

このプロジェクトの予算的基盤は、教員3人の科学研究費補助金と、民間資金、人間科学研究所のプロジェクト関連予算が主たるものでした。それぞれについて概要を報告します。

(1) 科学研究費補助金

【吉田甫】

- ・加齢に伴う抑制・記憶・前頭葉機能の変化に関する研究：介入研究を基礎にして

研究期間 2006年度～2008年度

研究種目 基盤研究（B）

配分額 総額：12,990千円

【大川一郎】

- ・認知リハビリテーションによる自立高齢者の痴呆予防に関する介入研究

研究期間 2002年度～2004年度

研究種目 基盤研究（B）

配分額 総額：8,000千円

- ・痴呆性高齢者の認知・前頭葉機能の改善に関する実験的・介入研究

研究期間 2005年度～2007年度

研究種目 基盤研究（B）

配分額 総額：16,090千円

【土田宣明】

- ・抑制機能の可塑性に関する実験的研究：認知リハビリテーションからの分析－

研究期間 2007年度～2009年度

研究種目 基盤研究（B）

配分額 総額：11,310千円

- ・抑制機能の加齢変化とその可塑性：地域在住高齢者の縦断的調査を通して－

研究期間 2010年度～2013年度

研究種目 基盤研究（C）

配分額 総額：3,510 千円

- ・運動抑制の加齢変化：反応タイプの違いに注目して－

研究期間 2013 年度～2015 年度

研究種目 基盤研究（C）

配分額 総額：4,320 千円

(2) 民間資金

【吉田甫】

公文教育研究会 2001 年～20015 年 「機能的画像法による教育・学習の脳内機構の解明」 7,500 千円

【土田宣明】

ユニバーサル財団 2008 年 「高齢者の心・健康・生活」部門 「認知機能の可塑性に関する研究－認知リハビリテーションからの分析－」 1,000 千円

(3) 人間科学研究所関連

人間科学研究所内の研究プロジェクトとして参加し、予算措置を受けるかたちとなりました。この研究所では、下記の大規模研究予算を獲得しました。

- ・(2000～2004 年度) 文部科学省 私立大学学術研究高度化推進事業学術フロンティア推進事業
- ・(2005～2009 年度)「対人援助のための人間環境デザインに関する総合研究」、同高度化推進事業オープン・リサーチ・センター整備事業「臨床人間科学の構築－対人援助のための人間環境研究」
- ・(2010-2012 年度) 文部科学省私立大学戦略的研究基盤形成支援事業「大学を模擬社会空間とした自立支援のための持続的対人援助モデルの構築」
- ・(2013 年度－2015 年度) 文部科学省 私立大学戦略的研究基盤形成支援事業「インクルーシブ社会に向けた支援の＜学＝実＞連環型研究」

この間に正式なプロジェクト名は、「高齢者プロジェクト」から「高齢者支援チーム」へ、そして「予見的支援チーム」と変遷しました。

Q7：活動の運営が長期にわたってうまくいったのはどうしてだと思いますか

日本老年行動科学会などでは、毎年たくさんの発表があります。それらを聞いていると、われわれがやっているような活動だけでなく、高齢者にさまざまな活動を提供している団体による発表があることが分かりました。そこで08年に運営委員などで手分けして、こうした活動をおこなっている団体を訪問して実情をお聞きしたことがあります。実際に組織を訪問してみると、驚いたことに、学会で発表をしていたにもかかわらず、その後は活動をやっていない、あるいは参加者が少なくなって継続するかどうか迷っているといった団体が多い、つまり長続きしている組織はきわめて少数だということが分かりました。これに対し、われわれの活動は、立ち上げてから学習者の多さに対応できないという悩みにはぶつかりましたが、存廃といった危機を感じたことはまったくありません。

なぜこれだけ長続きしたのでしょうか？ それは、われわれの組織が、我田引水で申し訳ありませんが、ほんとにうまく運営されていたということにつきまします。前にも説明しましたが、この活動への参加は、まったく個人の自由意思であり、いつ辞めてもいいような緩やかな組織です。しかし、学習者もサポーターも途中で辞める方は、本人や家族の病気などといったどうしようもない理由でお辞めになるぐらいでした。このQ7では、なぜ高齢者プロジェクトがうまくいったのかを考えます。

基本的考えの面から

当たり前のことですが、このプロジェクトが成立したのは、われわれの呼びかけに応じて参加していただいた多くの高齢者がいたからです。なぜ毎年60～90人もの人が参加したのでしょうか。多くの方から聞こえてきたのは、参加者へのアンケートからも明らかですが、「ほけたくない」という強い気持ちでした。また病院から紹介された方、あるいは認知症の手前かもしれない方(軽度認知障害)と見なされそうな高齢者からも、「ほけたらあかんからなあ…」という言葉は何度となく聞かされました。この切なる思いを運営委員やサポーターがきちんと受け取り、大事にしてきたことが、活動の運営を支えていたと

確信しております。言い換えれば、援助する側が「高齢者をしっかりと理解する」ことを礎とした活動運営であったからだと思います。毎回の学習の場面でサポーターは、高齢者の思いを大切に、きちんと寄り添い、コミュニケーションをとることができるようになっていきます。学習者は、話を聞いてもらえるということで不安が小さくなり、自尊感情が肯定されて、その方自身は、今の自分でいいのだという自らの存在への安心感が作られていったのではないのでしょうか。こうした経験をできることが、学習の場では提供されており、それにより学習者は大学に来ることが楽しく待ち遠しくなっているのではないかと考えております。

ただ、学習者に対するそうした対応を、サポーター全員が最初から獲得していた訳ではありません。運営委員による研修などを通じ、またサポーターが集まる機会を捉えての話しあいなどを通して、少しずつ身につけていったものと考えられます。

人の面から

Q4の図にもあるように、この活動の中核となるのは、運営委員です。運営委員は、あるときは新米サポーターの指導にあたり、あるときには対応が問題あると思えるサポーターがいると思えば優しくアドバイスし、別なときは日々の活動に「統括」として参加しました。統括の役割は、日々の活動への「目配せ」です。この目配せは、簡単なようで、高度な技量が問われるものです。つまり、学習者のちょっとした素振りから、その日の調子を見極める必要があります。さらに、学習者に対応しているサポーターの個性を把握して、その日の学習者にどのサポーターを担当してもらうかなどを考えて日々の観察と、その観察結果に基づく対応が必要な仕事内容です。このような目配せがないと、われわれの活動は、早い段階でその「動き」を停止したものだと思います。われわれの活動は、アカデミックな原理を具体化したものではありませんが、毎日、何十人も学習者とサポーターが集う取り組みにおいては、原理・原則だけでは処理できない微妙な調整が必要となります。その調整がないならば、機械じかけの歯車に、「油がさされぬ」と同じように、ぎくしゃくしたものとなってしまうでしょう。運営委員の多くは、本学に社会人学生として入学してきた人たちで

した。大学院まで修了して、対人援助学、臨床心理学で修士の学位を得たものが多いです。十分な社会経験を積んだうえで、さらに高度な対人援助学を修めたこととなります。このようなメンバーが、活動の開始から休むことなく参加したことが、活動を継続するさいの大きな柱の1つになった要因であろうと考えられます。

場所の面から

大学には、教室はたくさんあります。しかし、継続的に専有できるスペースは少ないのです。この活動は、幸い、人間科学研究所のプロジェクトとして位置づけられたために、活動のためのスペースを確保することができました（Q8の項目を参照）。活動を長きに渡って継続するには、活動スペース確保も大きいと思われます。日々の学習活動は、創思館のトレーニングルームでおこなわれています。このトレーニングルーム2は、他の研究チームとの共用であり、活動のたびに事前に机や椅子などをセットして、学習が終わればすぐに撤収しなければなりません。そうした作業のために、日々の活動の時間に加えて、別に1時間ほどを費やしました。一方、研究所からは、各プロジェクトチームに専用の部屋がそれぞれ割り当てられました。高齢者プロジェクトは、最初は創思館の311室を、しばらくしてから310室を利用しました。この部屋で、その日の活動の記録を付け、運営委員会を開催し、教材が保管されました。このような恒常的なスペースがあることで、活動が効率的に運営されました。

さらに、このプロジェクトルームは、参加者たち、とくに運営委員の居場所となりました。活動日にここに行けば、誰かが何かの作業をしている。そのような場所があることは、運営委員にとって精神的な支えにもなったように思います。

お金の面から

Q6で紹介しましたが、この活動に必要な資金は、主に文科省による審査を経て提供される科研費によっています。さらに、民間資金や、大学の人間科学研究所の資金などにも依存しています。

ボランティアで支えられている通常の活動における最大のネックは、予算と

場所です。とくに活動資金となる予算をどこから調達するか、とても悩ましい問題で、協賛金などを集めることで運営されるのですが、数年であればそのお金を集めることができても、長期となるとそううまくはいきません。そのために場所を変更する、人を減らすなどさまざまな無理が生じることになり、結果的にボランティアに疲労感が蓄積されて、活動の継続が困難になることが多いようです。

大学に外来的に通ってくるということであれば、大学付属病院のように、学習者はその参加に対しお金を支払うことが、普通ですね。しかし高齢者プロジェクトは、大学での研究という原則を背景にしているため、学習者はお金を支払うことなく無料で大学にやってきます。「ただほど高いものはない」とよく言いますが、学習者はまったく「ただ」と思っていたのでしょうか。実際には、それなりの対価を払っていたのです。

学習者が、大学に対してお金を払っていたわけではありません。立命館大学では、高齢者に対する研究を学生や院生、教員などさまざまな人がおこなっています。その研究のためには、対象である高齢者の存在が不可欠です。学習に参加した高齢者は、こうした学生などさまざまな研究での対象者としての参加を要請されました。ほとんどの方が、そうした研究に喜んで参加していただいたようです。そうした依頼をすると、多くの方は、「私にできることは、こんなことぐらいですから」と気軽に応じてくれました。またそうした研究の結果は、参加者にフィードバックされており、参加した高齢者の方はそうした結果を聞くことで、研究の意味を把握することができたようです。そうした研究の例は、第4部の資料編をご覧ください。じつに多様な研究がおこなわれたことが分かります。つまり自分たちも、お金ではないもので対価を払って大学での研究活動に貢献できていると感じられる仕組みがあったことも、学習者の満足感を高めていたのではないのでしょうか。

外部刺激の面から

われわれの活動は、大学外からもさまざまな刺激を受け続けました。そうした刺激のかなりの部分は、学会です。運営委員と教員は、積極的にさまざまな学会に参加しています。実際には、08年～14年の7年間での学会での発表件

数は、第4部の資料にあるように、合計で40本に上り、年の平均で言えば、5.7本というかなりの発表件数ですね。この中には、海外での発表、「日本老年行動科学会」、「日本心理学会」、「日本発達心理学会」、「対人援助学会」など多岐にわたっています。これらの学会で研究内容を発表しますと、さまざまな質問を受けますし、また何らかの示唆を得ることもできます。学会では、研究に関するやりとりがもっとも大事な側面ですが、そうしたやりとりから多大な刺激を受けてきました。さらに、学会期間中には、懇親会がセットされており、それに参加しますと、会場ではなかったようなコメントを聞くことができました。学会から戻りますと、活動をどのように展開すればいいかということに対する示唆をかなりもらいますので、日常の活動にそれらをできるだけ生かすようにしていました。

刺激を受けたのは、運営委員だけではありません。学生・院生も、卒論や修論などの研究をおこない、その結果をサポートや学習者の前で発表しました。聴衆の皆さんからは、思っても見なかったようなコメントをいただくことが多く、発表者には大いなる刺激になっていたようです。

要するに、ある活動をやり、それが終わればおしまいということではないのです。活動の結果をどう評価するか、しかも身内だけの評価ではなく、外部の人による評価を受けていた訳ですね。こうした評価は、さらに活動そのものを見直すきっかけにもなっていました。

Q8：なぜ大学はこの活動に協力してくれたのですか

背景としては、社会から大学の社会貢献が要請されるようになり、地域資源として大学が見直されるようになったことがあるように思われます。20世紀の後半から、「象牙の塔」としての大学から、社会に開かれた存在として、大学が捉え直されるようになりました。その社会的な傾向の中で、大規模予算を獲得し、立命館大学の中に人間科学研究所が設立されました。われわれの活動が、この人間科学研究所の重要なプロジェクトと位置づけられたことで、このプロジェクトの活動基盤ができあがりました。



創思館の全景



トレーニングルーム2
(主たる活動の場となりました)

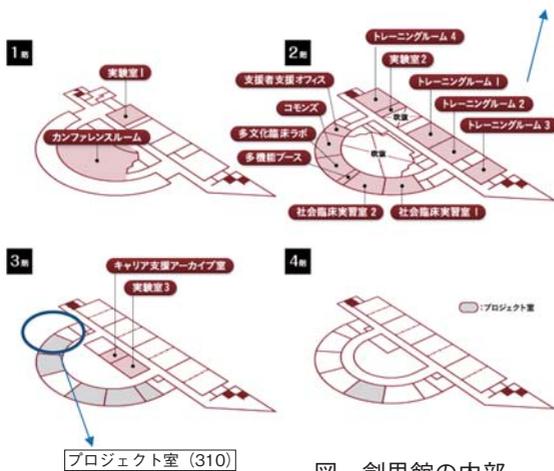


図 創思館の内部

さらに、人間科学研究所は、研究施設として、衣笠キャンパス内に創思館を建設しました。活動の諸点が確保できたことで、各プロジェクトが安定的に活動でき、地域資源としての大学が根付きました。そして、さらに社会貢献としての研究活動が見直されるようになるという、よい循環が形成されたものと思われます。下記には、創思館と、その建物内で本研究プロジェクトが活動した場所を記録として明記しておきます。

Q9：この活動は社会にどのくらい受け入れられていますか

まず、社会から受け入れられているということは、どうすれば分かるかという基本的な問いがあります。これに応えることは、かなり難しいのですが、われわれは、マスコミで取り上げられた回数を指標にしたいと思います。マスコミは、ある意味で社会の窓です。社会が関心を持っていることについては、ニュースにして社会に発信する、そうした役割を持っているからです。

われわれの活動は、スタートしてからさまざまなメディア、新聞、テレビ、ラジオなどで紹介されました。そうしたものをすべて記録していた訳ではないので、記録していたものだけを紹介します。

まず新聞については、地元の京都新聞をはじめ、全国紙の産経新聞などにわれわれの活動などが掲載されました。あるいは共同通信を經由して、全国の新聞にも紹介されたようですが、どこの新聞が共同通信のその記事を取り上げたかは分かりません。その紹介は、活動が持つ意味や研究結果、高齢者プロジェクトの修了式、地域の学区で展開した活動の紹介など多岐にわたって紹介してもらいました。分かっているだけで、全部で12件もの新聞の記事となっています。

次にテレビですが、これはNHKや京都の地元のテレビ局などの取材を受けています。修了式、活動の様子などが、ニュースの時間などで放映されました。またラジオ番組に出演しており、東京の日本放送の番組にゲストとして活動を紹介したりしています。

Q10：この活動は、ボランティアとして参加したサポーターにもメリットがあったのですか

大学でこの活動をスタートしたときに地域からボランティアを募集しました。要請に応じて参加していただいた方が、机を挟んでサポーターとして学習者に対応し、われわれの活動の現場となっている最前線で、学習者への支援をおこなう役目を果たしています。彼らは、1ヶ月に数回はこうした学習支援をおこなっています。サポーターとして働いておられる方々には、わずかな交通費をお支払いするだけで、基本的にボランティアです。予算の制約もあって、これについては大変申し訳なく思っています。

06年のスタート時に初めてボランティアを募集し、11の方がボランティアとなりました。このボランティアは、いつ辞めてもいいという自由な立場ですが、スタート時にボランティアとして始めた方の内の3人が、15年現在にいたるまでボランティアを続けておられます。金銭的な報酬はほとんどないのに、まったく頭が下がる思いです。10年か11年かのどちらかはっきりしませんが、ある日の集まりで私（吉田）は、3人の方と話すことがあり、そのときに彼女らは、スタート時の06年よりも若くなっているという印象を受けました。年齢は確実に高くなっているはずですが、その表情などを見ると、若返ったと感じました。運営委員にそうした印象を話したところ、まったく同じ考えだということが分かりました。ボランティアの人は、学習者にサポートをするだけではない、サポーターとしての活動から何かを得ているのではと考えました。以下、この疑問を少しでも解き明かしてみます。

学習場面の面から

サポーターとして初めて学習者に向き合う時は、緊張と不安から表情が硬く、笑顔もあまりない場合が多いのです。しかし学習場面を何度も経験すると、そうした不安などは弱くなってきて、安定して学習者との話を進め、課題を提示し、学習者の反応にも素早く適切な対応ができるようになります。サポーターが相手にする学習者は、毎回違ってきます。このため、学習者に対応するかを、常に意識してサポーターをやらねばならない訳です。その日に担当し

た学習者は、安定しているか、不安なのか、不安な状態にあるとすれば、どのように声かけをしていけばいいかなどを、瞬時に判断して対応しなければなりません。こうして毎回の学習において、サポーターは、新しいさまざまな事態に対処する能力を学んでいると言えますね。それまでと同じようにマンネリ化した形で学習者に向き合うとすれば、眼前に生じてくる学習場面にうまく対処できません。しかし、たとえば学習を始めた時点で不安な様子を見せていた学習者が、終わるときには笑顔で「有り難うございました」とお礼を言って学習を終えたとすれば、それはサポーターにはかなりの有能感をもたらします。うまくできたという自信につながり、自らの成長につながるきっかけになりますね。学習場面を通したこうした日々新鮮な経験が、サポーターに大きな刺激を与えていることは、想像に難くありません。

高齢者観の変化

サポーターを経験していない人が、高齢者に対して持つ捉え方の典型例として、65歳の男性サポーターの言葉を引用します、

「サポータになる前の高齢者のイメージは、ただ衰えるヒト、心身ともに低下するヒトのようにネガティブな印象でした。サポータになってから、サポータ研修を受け、実際の学習場面を経験して高齢者と交流を深めると、高齢者の良さがわかってきて、高齢者のイメージが変わりました」

この男性のように、「高齢者はさまざまな側面で低下する人」といった高齢者観が、世間では一般的でしょう。加齢に伴って、体力が落ち、病気もしがちになり、女性であれば背も縮んでくる人もいるし、また図3-1にあるように記憶などの能力も低下していくというのは、間違いない現実ですので、そうしたネガティブな高齢者観が浸透しているのも、仕方ないかと思います。しかしわれわれは、こうした高齢者観ではなく、ポジティブな高齢者観をサポーターに持ってもらうことを前提にしています。たんに言葉でポジティブな側面を話すだけでは、サポーターにこうした見方がしっかりと獲得されることは期待できません。もちろん、高齢者に関わるさまざまな最新のデータを提示することが必要ですが、やはり大事なことは、学習という場面を通して高齢者と話をし、

彼らの話を受け止めて理解して共感するといった経験が、強いインパクトを与えているはずです。結果的に、そうした実際の経験と研修などで学習したさまざまな新たな事実とを同時に重ね合わせることで、これまでのネガティブな高齢者観からポジティブなそれへと自らの考えが変化していくと思われます。

高齢社会の日本での高齢者観がどうあるべきか、これまでのようにネガティブな高齢者観のままでもいいのでしょうか。それでいいはずはありません。しかし今の日本では、伝統的な見方がはびこっています。これをできるところから変革していくことが必要だと思いますが、それは容易なことではありません。この活動に参加したサポーターは、この困難なハードルをいとも簡単に乗り越えることができたのではないのでしょうか。

この変化は、中年のサポーターだけに起きたことではありませんでした。以下に、大学生のサポーターの意見を転載します、

この活動を通して、私は人の話をきく姿勢や、人によって必要なサポートが異なることで、人との関わり方を工夫することも身につきました。大学生である私にとって、人生の先輩である人々の体験や話をきくことで、自分の将来の姿を考えるきっかけにもなりました。この経験を活かして、社会に出た時にも人との関わりを大切に、責任を持ってものごとに取り組んでいきます（2013年度インターンシップ生）。

自分自身の変化

サポーターに関わって変化がもっともはっきりと現れたのは、サポーター自身の側面でしょう。この側面についてわれわれは、サポーターに実際にインタビューをおこない、どのような面での変化が生じているかを調べてみました。対象となった人は、17人で、男性2名、女性15名でした。そうした結果は、いくつかの研究として発表しています（第4部参照）。それらの研究をまとめると、以下のような変化が見えてきました。

まずは、日常の生活に変化が生じています。たとえば、生活が規則正しくなった、生活リズムが出来たなどをあげている人が多いですね。さらにそうした生活スタイルの変化からでしょうか、健康になってきた、病院に通う回数が減ったなどといううれしい報告もありました。さらに加えて、対人関係にも望まし

い変化が起きている方も、多いようです、たとえば、家族関係が良くなり会話が増えた、近所付き合いが良くなったなどです。60歳の女性サポーターは、以下のように話してくれました、

「サポーターになる前に、夫が癌で亡くなり、自宅から出られない状態で落ち込んでいました。友人の誘いでサポーターになり、学習活動を支援してきました。その中で、助け合う仲間ができ、体調が戻り、元気になることができました」。

次には、認知能力の面でも変化を感じている人が多いようです。頭の働きなどは、自分ではあまり気づきにくい側面ですが、そこに望ましい変化があったと報告しています。たとえば、頭の回転がよくなり家でのさまざまな計算を早くできるようになった、新聞などを読むときに黙って読んでいたが音読するようになった、記憶力がアップしたなどという報告です。また、そうしたことと関係しているのでしょうか、学問への関心が深まった人もけっこういます。たとえば、心理学に関心が出てきた、学習療法だけでなく他の非薬物療法にも関心が向くようになった、あるいは脳科学も敬遠せずに積極的に調べるようになったなどです。

学習場面のところでも紹介しましたが、自分に対する有能感を感じる人が、かなりの数に達しています。たとえば、学習者から励まされて勇気をもてるようになったという報告もありました。これは学習場面では、学習者が一方的に支援されているということではない証ですね。学習中には、次はどの教材がいいか、学習者の話をどこで終わってもらおうかなどさまざまな小さな決定を何回もする必要がありますが、それに関係すると思われる決断力がついた・物事をうまく伝えられるようになったと感じるようになった人も、ほどほどいました。

さらに、以前よりも柔軟に対処できるようになったという感想も目立ちました。学習場面では、学習者が話すことをしっかりと聞いて受け入れることが必要ですが、そうした経験と関連しているような変化です、たとえば、人の話をよく聞くようになった、他者を受け入れることができるようになった、視野が広がった、考え方が柔軟になったなどの変化です。

まとめますと、サポーターとして高齢者を支援する経験は、自分が社会貢献

をしているという満足感や達成感を感じることに繋がっているようです。そのことは、自分自身が内面的に成長しているという実感になっていることが、インタビューでの語りから実証されました。サポーターを継続していくことで、高齢者に対して尊敬の念が強くなる傾向も生じており、人を助け社会貢献をしたいという思いとなっているようです。

最後にネガティブな変化もあったでしょうか？ インタビューで、そうした変化を話すサポーターはいませんでした。語りを通した通常のインタビューをおこなうと、ポジティブな側面だけでなく、ネガティブな面もはっきりと出てくる場合が多いのですが、ネガティブな側面については誰も言及しませんでした。

Q11：この活動は、学習者に何を与えたのですか

学習に参加した人は、どのように感じているのでしょうか。われわれは、学習者やサポーターからの感想をまとめた文章を毎年作成しています。その中から、数人の感想をまず紹介しましょう。

学習活動に参加する一年半前に、脳梗塞で倒れて以来、未だに後遺症として左半身に不自由を感じています。この教室に通って3ヵ月半になりました。脳梗塞のリハビリには、この学習が打ってつけだと喜んでいきます。音読に関しては、脳梗塞でロレツが廻らなかつたが、音読のお陰で滑らかにしゃべれるようになったことを実感しております。計算に関しては、問題が徐々に進んでいく楽しみ。正解の喜び。そして集中力、頭の回転、思考力が養われて、帰りには頭がスッキリします。家から教室までゆっくり徒歩で往復30分が、不自由な左足のリハビリに何よりです。校内の歩道は歩きやすく、足が日増しに強くなって行くのが感じています。

MKさん：06年度の学習者

私は宇多野病院の患者です。2008年の5月から参加して、週2回参加しています。慌てものですから、風呂場の栓をせず、シャワーを被ることがしょっちゅうありましたが、この活動に参加してから、次第に判断力がついて来たおかげで善くなってまいりました。私は、一人住まいの80歳ですが、お話をしようにも相手がおらずで、この頃は歌の練習をしています。CDを入れてカラオケを唄うのです。とても良い練習だと思います。デジカメも、NHK文化教室に入会し2年目になります。一眼レフを持参していきますが、元気で何よりです。何時も感じるのは、サポーターの方々、特に学生さんに当たった時はパワーを感じ受けとめます。サポーターの努力が一番だと思います。代償なしのご奉仕に感謝を申し上げます。

TAさん：08年度の学習者

2年前に脳梗塞を発症し、今までのパソコン、携帯が全く使えません。一時はあきらめたが同じことをくりかえし、ちょっとだけ進歩しました。不思議なのは、新聞がすべて読める、理解できる。話すことは、思っていることが相手に伝わらず苛立つこともあるが、気持ちを落ちつかせ、再度ゆっくりと言葉を思い出す。

このような状態でしたが、脳トレーニングの差異化として、① 苦手だった計算・音読が、サポーターの皆さんのおかげで、少しずつ良くなってきました。② 自分の状態を発症前と比較しない。③ 焦らない、悔しがらない、あきらめない・・・などなど、頭のドーナツ状態の「すきま」が、会話によりつながることを願いつつこれからもがんばります。脳トレに行った日は、言葉がなめらかです。

OYさん：12年度の学習者

音読・計算活動に参加して7か月が過ぎましたが、毎回頑張ってお出席しています。参加して最初に感じたのは、同年輩の方が積極的に意欲的に取り組んで居られる姿を拝見することでした。皆さん、前向きな方が多く、私も見習うべき処に感心すると共に、プロジェクトに参加して良かったと喜んでます。特に女性の皆さんの積極的に何事にも取り組んで居られる姿勢には、驚かされます。同年輩の皆さんが、同じ目的を持って集い、そこに話の輪が広がって、お互いの横のつながりが生じ集う機会の少ない高齢者が、このような催物で集って大いに語り、生きがいを作って新しい老人の生きる道を、皆んなで手をつないで生きていきましょう。

YSさん：12年度の学習者

学習者の方は、Q8の写真にある創思館という建物に入って、2階の控え室にまず集まります。Q1でも説明したように、ここで活動に入る前に集まってきた人と楽しく話をする人がほとんどです。また数字盤に集中したり、大活字本を読んだりする人もいます。それから学習室に入って学習者は机に2人が座って机を挟んでサポーターと向かいあって音読や易しい計算をおこないま

す。学習者には、こうした教材に何らかの感想を話す人が多く、それを受けてサポーターが話を続けるという相互作用もかなりよく生じます。また学習が終わったら宿題をもらい、サポーターから次回の日時を指定されるという形で学習を終わります。これらのやりとりの間、サポーターは笑顔で対応します。学習者の多くは、緊張がほぐれた頃からどんどん笑顔が増えて、明るい声で話され、その声にもハリが出てきます。服装の変化も見逃しません。グレイや濃い色の服から、ピンクや黄色などの明るい印象を与える服を着て大学にやってくる方が多くなります。まるで、白黒テレビがカラーテレビになるような、セピア色の写真に色彩が現われるような印象です。また、大学から15kmも離れたところから電車とバスを乗りついて学習に通ってこられた夫婦もいて、その熱心さには驚くばかりです。

学習者に関するエピソードには、事欠きません。私（吉田）が思いつくもの、それはかなり印象が強烈なものが多いのですが、いくつかあげてみます。

ある女性は、ネックレスをはめることができなくなり、もうできないとあきらめていました。ところが、学習に参加してからある日のこと、ふと思立ってネックレスをはめてみると、首の後ろでしっかりとネックレスをはめることができたのです。これなら、またおしゃれができると大変喜んでおられました。

これは、施設で参加していた人の例です。彼女は、音読していたときに、どうもすんなりと読めない、何か口がおかしいということで職員に話し、病院を受診しました。すると、病院の先生から脳梗塞の一手手前でした、よく自分で分かりましたね、と言われたそうです。もちろん、予兆を感じた段階で治療をしたので、すぐに治ったということです。

次は、ご夫婦で参加した方のエピソードです。夫の方が、修了式の時に学習者代表ということで、感想を述べられました。彼の細かい発言内容は忘れましたが、学習に参加する前は、夫婦間の会話もほとんどない状態だった。ところが学習に参加してからは、活動についてあれこれ夫婦で話すようになり、また昔のように夫婦が仲良くなれたと感じるようになったという感想を、全員の前で話してくれました。

学習者の多くは、生き生きとして大学にやってきます。なぜ単に文章を声に出して読んだり、易しい計算をやる活動にそれほどの意義を見いだすのでしょ

うか。第3部で報告していますが、参加している高齢者の認知機能は、参加前と比べると、大きく向上しているデータが得られています。われわれは、この学習活動の成功の大きな要因は、主に2つと考えています。

第1は、課題をおこなうこと、これにより前頭前野の賦活が進められていることです。第2は、さまざまなコミュニケーションを通して感じる事ができる、簡単に言えば、「楽しさ」です。少し難しく言えば、自らの存在の同定、つまり自分が他者から認められ、自分も今の自分でいいのだという肯定感などが獲得されていることだと考えています。

第1の側面については、学習者本人も、そのことをしっかりと自覚できているのでしょうか。最初の4人の感想にあるように、実感している方もいますが、それは簡単ではありません。というのも、記憶などの認知能力が低下すると、それは失敗となって現れるので、自分でもその低下を実感できます。しかし、認知能力が、数年前と同じ状態、あるいはよくなっているという事態であれば、失敗にはつながらないし、前と同じだということで、自分で実感することはほどほどに難しいでしょう。もっとも、低下が激しかった人であれば、その改善もかなり実感できるかもしれません。

第2の側面です。これについては、15年度におこなわれた北原ら（2015）の研究の一部を紹介します。北原らは、学習を続ける動機について検討しました。その方法としては、学習場面での学習者とサポーターとのやりとりを、また学習者の感想文などを分析することです。15種類の項目が抽出され、その度合いを5段階で評定しました。その結果、学習を継続する主に4種類の動機があることが分かりました。第1は、内発的な動機で、たとえば参加すること自体が楽しいからといった個人の内側にある動機によるものです。第2は、同一視というもので、これは学習がよいと思えるからやるべきだという動機です。第3は、取り入れという動機で、せっかく参加したのだから、参加しないと罪悪感を感じるからというタイプです。第4は、外発的なもので、参加すると家族が喜ぶからというもので、自己の外に動機があるものです。

それぞれの動機の強さは、図1-3にあるとおりです。すぐに分かるように、学習を続けるさいには、自らの内側から生じてくる楽しさなどの内発的動機付けと、学習の良さを認識しそれを続けるべきだという同一視の2種類が、大き

く関与していることが分かります。

10年度に、最初に登録して少なくとも数回参加した学習者が、どのくらい学習を続けるのか、継続率を算出したことがあります。驚くことに、96.7%もの人が、継続していました。途中でやめた方は、本人が病気になった、家族の看病や介護が必要になったなどの理由でした。

最後に、死生観にも影響を与えるようなエピソードを紹介して終わりとしませう。それは、高齢者プロジェクトに10年5月に届いた手紙にあります。それは、亡くなった学習者の娘さんからの手紙でした。学習者の母は、立命館大学の学習に通っていたが、体調を崩し入院したのですが、この母親は大学での学習を心待ちにしておられたようです。亡くなる最後の日にも、娘婿が病室で大学からの宿題である音読教材を読み上げ、それをじっくりと聞いていたということで、安らかに旅立たれたとのこと。ご冥福をお祈りします。

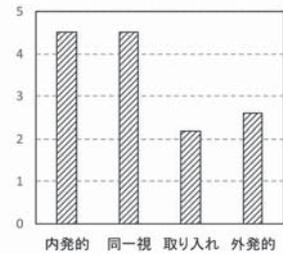


図 1-3. 学習者の継続動機