

第2部

「運営委員からのメッセージ」

石川真理子

去年の文集に『来期もまた、学習者の皆さんや地域サポーターの方々との嬉しいドラマが始まる』と書きましたが、2016年2月にこのドラマは終演を迎えることとなり、今回はそうはなりません。そこで14年間を振り返って、私事で恐縮ですが1つお話しさせてください。－それは14年前のことです－

小泉総理初訪朝という歴史的な朝、母が倒れました。病名は“くも膜下出血”命は保証できないと宣言されての緊急手術。命はとりとめました植物人間となりました。この頃、私は高齢者施設に“学習療法のサポーター”として活動を始めたばかり、高齢者プロジェクトが立ちあがったばかりの2002年9月のことでした。私、社会人学生3回生の出来事で、授業とサポーター、週に1度実家に帰省して、母を看、父の一人暮らしの支援生活となりました。実家から帰って施設に行く度に『学習に参加できる施設の方々は幸せかもしれない…』と母のことが不憫に思え辛くなったこともありましたが、サポーターを辞めようと思ったことは1度もなく、かえってその場所に行くことがいつの間にか“正の強化”になっていることに気づきました。私は学習者の方々にいっぱい元気を貰って支えて頂いていることに気づきました。だからこそ、どんなに忙しくても辞めようと思ったことがなかったんだと。これが私の原点で、ここで対人援助とは『双方向の支援』であるという基本姿勢を学ぶことができました。

その後、2003年から活動の場は「市原寮」となり、大学の清心門に集合し、タクシーに、先生方や私達サポーターが寿司詰め状態で市原寮に活動に出向き、その車内で打ち合わせをし、市原寮では多くの学習者の方々と接し、帰路に着きました。先生方と研究できることが途方もなく嬉しかった当時の事が懐かしく思い出されます。ここでは先生方から「研究する意味」や研究に不可欠な「査定の実践」を多く学ばせていただきました。

そして、念願の大学での活動が開始されたのが2006年7月。大学では運営委員という役割を担っての10年間でした。仕事と両立が難しいと思った時、自分に問うてみました『私はどうして辞めないのか』と。そのこたえは総括と

して活動に入った瞬間、でした。活動に参加している方々との関わりが私の原動力であり、その場にいることで幸せホルモン“セロトニン”が一杯でて、笑顔になるってことが…まさに原点。大学での10年間、研究と運営に関わることに微力ながら携わり、私の人生の中で最も充実し輝き恵まれたものでした。

“一葉落ちて天下の秋を知る”は、運営委員として学び、私の臨床心理士の仕事に活かしています。多くの学びに感謝し、たくさんの方々との出会いが一生の宝物です。…。

ご縁をいただき高齢者プロジェクト最後の一年を運営委員として携わることができました。

私が高齢者プロジェクトと深く関わるようになったきっかけは、59歳で社会人学生として入学した心理学専攻で、強く希望した訳ではなかった吉田ゼミに所属したことに始まります。吉田ゼミでは、認知機能や子どもの学習等についての文献を読んで紹介することになっており、私が最初に担当したのが、高齢者の認知機能についてでした。その中で、大学内に高齢者の脳活性化のための学習活動を行なっているプロジェクトがあることを知り、見学に行ったのです。行く時は、恐るおそる覗き見に行く感覚でしたが、音読・簡単な計算とサポータのおしゃべりに、参加している学習者の楽しげな様子と、対するサポータの活いきとした表情に、帰りの私はスキップしておりました。あわせて、運営委員が学習者の状況をよく把握していることにも驚きました。それから私は、学生ボランティアのサポータとして参加することになり、高齢者の認知機能についてのめりこんでいったのです。

学習参加者に、夫に認知機能の低下が見られるあるご夫婦がありました。妻はしんどさを表に出すことなく頑張っていました。ある時、一人のサポータの何気ない会話のなかに「この奥さんを支えることも私の役割のひとつだと思っている」と聞いたのです。言葉にしては表わさないけれど、励ましとねぎらいの気持ちを持って応対することで、この妻は救われる部分があるだろうと察せられ、学習活動のサポートのみにとどまらず、学習者の背景をも温かく包み込んでいることに感動したのを覚えています。

また、学習活動を卒業した方々が自主的に立ち上げた創生の会は、持続する静かなエネルギーと明るさで会員の心の拠り所となる定例的な活動をしており、学習活動一期生は卒業後7年目を迎えています。協力いただいた私の卒業研究では、学習活動終了後6年（当時）を経てもなお、学習の効果が残存していることがわかりました。「がんばってね」、「お尻に火がついてるわね」、「楽

しいなー。もう一遍やってもええよ」と楽しげに実験に参加され、励ましていただいたことは、大変うれしいことでした。素敵に年を重ねられた方々との出会いは、これから私が年をとっていくうえでの糧となりましょう。

新米運営委員で大してお役にもたてないままでしたが、学習者・サポータ・創生の会・年若い先輩学生や学友たち・運営委員をはじめとした皆さまと出会えたことは幸せでした。

ありがとうございました。

大川 一郎（現筑波大学大学院教授）

2001年4月に立命館大学文学部に心理学研究科と応用人間科学研究科が新設されたことに伴い、立命館大学に赴任しました。20年余鹿児島にいて、20年余つくば・東京にいて、そんな中で一転、関西へ。40歳を過ぎてからの大きな転換でした。

赴任して最初の年に、吉田先生、土田先生との幸せな出会いがありました。そして、高齢者プロジェクトの立ち上げ、運営、様々な展開。いろいろなことが初めてのことでだけでしたが、活動を進めていく中で、学部生であった、院生であった運営委員の方々との、これもまた幸せな出会いがあり、慣れない京都の地があつという間に自分の家になりました。2006年4月に母校である筑波大学に戻りましたが、それ以降も今に至るまで高齢者プロジェクトの一員でいられることがありがたく、私の中での大きな財産となっています。

15年間の高齢者プロジェクトを改めて振り返ってみるとその研究成果はもとより、人との広がり大きさに驚かされます。学習者、サポーターの方々とのつながりはいうまでもないのですが、行政の方々、施設の方々、サテライトの方々、高齢者プロジェクトの関心を持たれ見学された研究者などの訪問者等々。実に多くの方々が衣笠の立命館大学の高齢者プロジェクトに吸い寄せられるように集まり、その関係は多くの場合、途絶えることなく、長く続いています。

14年の長きにわたって続け、発展してこられた理由は何か。私の答えは、「その居心地のよさ」です。高齢者プロジェクトに足を踏み入れた途端、その居心地のよさ故に、いつの間にかみんな仲間になってしまいます。吉田先生のリーダーシップ、研究に対する真摯な姿勢、プロジェクトに対する熱い思い、のりのよさ。土田先生の研究力、目配り、気配り、行動力。そして、何より運営委員の皆さんの笑顔、のりのよさ、行動力、気配り、上品さ……。それら全てがうまく調和し、さまざまな場面での高齢者プロジェクトの居心地のよさを生み出しているのだと思います。そして、これらの関係をつないでいるのが、適宜

行われるお酒も交えた懇親の場だと思っています。このお酒の場には、大川も少しは貢献できたのではと密かに思っています。

心理学部の新設により、大阪の茨木に教学の場が移転することに伴い、一旦、高齢者プロジェクトの活動は区切りをつけますが、そこで作られた関係性は区切りなく、「居心地のよさ」を保ったまま続きます。これからも高齢者プロジェクトをよろしく願っています。

小田 博子

私が立命館大学高齢者プロジェクトの「脳トレ」活動に関わったのは、吉田甫先生のゼミで社会人学生として学んだことがきっかけでした。社会人学生として学び始めたその時の年齢は57歳でした。なぜ社会人学生に？というところですが、私は小学校の教員を生業として、23歳から56歳まで働きました。私が教員として働いた34年間には、子どもたちの課題はそれぞれいろいろありましたが、私が50代になった頃の学校で話題になっていたのが発達障害の子どもたちの存在でした。56歳で退職をしたとき、私の教師経験だけでは理解できない「発達心理学」を学びたいと思い、立命館大学の社会人学生として学び始めたというわけです。そして、吉田甫先生にお会いしたのです。

子ども中心の「発達心理学」を学ぼうと思っていましたが、吉田先生の教えを受ける中で、発達とは生まれてから命を全うするまで一生涯のものであることを知りました。「生涯発達」面白そうと思いました。高齢化社会を迎え始めた日本は、生涯発達として高齢者を肯定的に捉える面だけでなく、さまざまな課題を抱えつつあることも知りました。

そんな中で、官・学・民が一体となる取り組みとして「高齢者プロジェクト」を組み「脳トレをしませんか」と地域の高齢者に呼びかけ、音読と簡単な計算の活動を立命館大学で実施しておられることを知りました。私は、この活動に社会人学生のサポーターとして参加させていただきました。高齢者のみなさんが音読や計算に真剣に取り組んでおられる姿、昔の色々な話を聞かせてくださる姿、老後を健やかに過ごすためにはどうしたらよいかを真摯に考えておられる姿、そういった姿勢に感心しきりの私でした。また、応募で集まってこられた地域サポーターのみなさんが、「社会貢献がなにかできれば・・・」とボランティア精神で音読・計算活動のサポートを熱心にされている姿にも共感するものがありました。そして、何より、行政・大学・民間（病院）がしっかりと手を組み、確かな組織として研究、運営をされていることに揺るぎない活動であることを感じました。

はじめは、サポーターとして参加させていただいておりましたが、2012年からは運営委員として微力ながらその研究、運営の一翼を担うことができるようになったことは、60代の私として何ものにも代えられない経験となりました。

日本は、平均寿命、高齢者数、高齢化のスピードという3点において、世界一の高齢化社会になりました。このような時代だからこそ、高齢者の行動、特性等をどう捉え、その実態をどう考え、どう対処するかの研究が今もっとも必要とされていると思います。今後は様々な地域でこういった取り組みが広く、深く推し進められることを願っています。

片桐 直哉

筆者は2007年から地域サポーターとして、2008年からは運営委員として本活動に参加した。ここでは本活動の社会的な意義について、活動を通して感じたことを記述する。

「無縁社会」という言葉が流行語になったのは、2010年であった。地域社会の希薄化で、単身や夫婦だけで暮らす高齢者が孤立化していている現状が、徐々に課題認識され出した時期が、まさに本活動がスタートした時期だった。全国各地の自治体が政策的に高齢者の居場所をつくり出す事業に取り組んでいるが、そうした居場所づくりとしてかなり成功したのが本活動であったと、私は感じている。

なぜそれがうまくできたのか。その要因には、音読・計算の決められたスタイルによる、安心できる場づくりがあったのではないだろうか。毎回、1対2や1対1でサポーターと音読計算をするとともに、会話をする。これは単純ではあっても、行けば必ず自分と話をする人がいるということである。行っても誰とも話をすることができないという不安がないというのは重要だったと思う。例えばご自身が戦争に行っておられたときのお話、また音読の課題で古い歌が出てきたときの思い出話、年配のサポーターの方はご夫婦のことや子どもさんのことを話されていたなど、書き出せばキリはないが、立命方式の音読・計算活動は、うまく会話を引き出す仕掛けが整っていた。

地域サテライトについても、少し触れる。大將軍学区のサテライトにサポーターとして印象に残っているのは、学習者の最高齢、92歳で参加しておられた方である。年齢のこともあり、最初の頃はサポーターとの意思疎通も難しく、もちろん他の学習者の方とお話されるということもなかなかなかった。しかし、回を重ねてくるとだんだんと、サポーターにも他の学習者の方にも馴染まれてきた。学習の最終日に行った茶話会で、その方はしっかりと大きな声で、学習活動に参加した喜びやら感謝の言葉を堂々と話された。こうした目に見え

た変化は、音読計算活動の成果であり、本活動を通して多くの場面でこうした事例見ることができた。

今後も、高齢化の進展や、非婚化少子化で、高齢独居世帯は増え続ける。地域での支え合いとして、居場所づくりの活動はますます重要になるだろう。そうした活動を進める中で、立命館大学高齢者プロジェクトで展開された音読計算活動で得られた成果が活用されていくことに期待している。

坂口 佳江

随分と長いお付き合いになります。10年ひと昔以上の縁が続いています。2000年に大阪府東大阪市の保健所を退職した後4月から立命館大学心理学科に入学。私は2002年に、始まった高齢者の学習研究事業に参加しました。大川先生のゼミだったので自然の流れでした。学部卒業後修士課程にすすんでも高齢者プロジェクトは益々発展していき、市原寮の施設から地域での学習に目が向いて行きました。最初に脳を鍛える学習の説明会を地域の新聞に掲載したところ50名の住民の方々が集まり北区の認知症に対する関心の深さを実感したのです。その中で学習を支えるサポータの研修に20名近くの方が希望され4日間の研修をクリヤーされ第1期のサポータ誕生です。学習者の募集は今でこそサポータと学習者で100名を越える集団ですが最初は零からの出発でした。パンフレットを作って医療機関 行政窓口 福祉施設に置いて頂き、広報でお知らせしました。口コミの威力は大きく今でもサポータや学習者から勧められて参加される方も多く同級生で誘い会って来られています。最初は少人数から開始した「音読・計算」学習活動は年を越す毎に人数が増えていきました。継続して3年もたつと新しい学習者が入り込めない状態になり3年間の学習の後は卒業していただく事になりました。OB会の発案が出て現在の創生の会が出来ました。私自身保健所で地域活動をしていた時に地区組織活動を立ち上げるのに力を入れた経験がいくつかありますが、立命館大学でも同じ体制で始める事が出来たのは大学のお部屋が使えたことと中心になるコアが出来た事と思っています。組織化は保健師の技術の様に思っていたのですが、誰でも目標を持って話し合いを重ねていけば、可能である事を知りました。保健所で体験した以上に人の輪が広がりその中で個性がクリヤーになっていく事を体験しました。大学で実践する以上、理論、目標、予算、成果、結果報告、学会での発表など等、吉田先生、大川先生、土田先生のご尽力はもちろんの事、「学習を継続したい」「学習を継続して欲しい」気持ちが一緒になった時、この運動が継続されたと信じています。14年間プロジェクトで活動出来たのは私の健康

状態も良好だったし家族の協力もあったためですが、何よりも多くの仲間が居たことがこれらの活動を継続出来たのだと思っています。

皆様に感謝です。

高橋 伸子

思いがけず15年もの長い関わりを持つことになったプロジェクトですが、負担に感じることは少なかったとふりかえって思います。その理由は、吉田先生・大川先生・土田先生この三先生の安定感があったからでしょう。私にとってプロジェクトの位置づけは、勿論研究のフィールドではあるのですが、実践そのものが楽しい時間なので、「部活」に近い感覚で取り組んでいたように思います。

毎回の活動終了後にふりかえりの時間を持ちます。そこで学生サポータも地域サポータも一緒に意見交換をします。20歳代から70歳代までが、その場に会します。年齢層の厚いフラットな関係は貴重です。祖父母と孫程に年齢幅があります。各々の真摯な気持ちが伝わる大切な時間でした。学習者とサポータのコミュニケーションは多彩で、ライブ会場にいるようです。他者に映る自分の姿から今の自分を知ることがあります。いたわられるといたわられる自分のあり様に気づきます。しかし20歳を少し越えたばかりの大学生は、さらっと既存値を飛び越える力を持っていて、度々驚かされました。男子学生サポータが、あそこが痛いここが不自由という男性学習者へ「80歳越えるとそんなに調子が悪くなるのですか。それだけ痛いと毎日がたいへんだー」と言いました。常なら違う言葉かけがあるはずなのにと、その学習者は思ったかもしれませんが。男性学習者は、今までに無いハリのある声で「俺だってお前の年頃には、バリバリに元気だったんだぜ。80歳越えてこっちに座ってみろ。お前にもわかるから」と。まんざらでもなさそうな表情でした。内心ホッとしたのを思い出します。なかなか出会えない楽しい会話の展開でした。

地域サポータの大御所的存在だった林稔さんは、齒に衣着せぬものいいでした。ある日、高校時代の同級生が学習者として入って来られ、林サポータの前に座られました。林サポータは「どこかでお会いしましたなー」と話しかけら

れ、「お互いがんばりましょうや」とエールを送られました。ユーモアに溢れ、場を和ます達人でした。林氏はサポータを辞されて半年の入院生活後、旅立たれました。懐かしく思い出します。

学習者では女学校の同級生3人が誘い合わせて来られました。卒業後は、各々の伴侶を得て、家族を育み、共に伴侶を見送った後の80歳越えの3人娘です。60年の間には、多くの出来ごとがあったでしょう。しかし、いつも会話はカラリとして、ウイットに富んでいました。とても眺めのいい光景でした。

プロジェクトでは、たくさんの方と出会いました。

ここに留まる出来ごとが多くありました。

土田 宣明

筆者自身、一番心に残っているのは、大学という場は、研究の場としてばかりでなく、実践の場としても活用できることを、この活動を通して経験させてもらえたということです。

大学は、大学生と教職員が集う場であり、それ以外の方々は、部外者であるという認識をもっていました。もちろん、地域に開かれた一部の公開講座はあります。ただ、それは、一時的に大学という場を地域に開放したにすぎないと考えていました。たとえば、立命館大学は、土曜講座などの市民講座の先駆けを実践してきました。京都では、土曜日の午後に立命館大学に行けば、誰でも自由に、大学の講義を聴くことができるといわれています。その意味でも、大学という場は、「象牙の塔」ではないことは、本学入学時より意識させられていたはずで。にもかかわらず、実践の場としての位置づけを学んだのは、この取り組みを通してでした。

当初は、大学という場に地域の方々が参加されることにより違和感を覚えていました。学習者としてであれ、サポーターとしてであれ、「市民しんぶん」を媒介として、参加者を募り、その参加者が大学にやってこられる。この方々に、どのように接したらいいのか……。正直いうと、未だに接し方には難しさを感じることもあります。

ただ、一ついえることは、地域の方々が大学という場に入って下さることで、大学は確実に活性化するということでした。そして、おそらく地域にとっても、その効用は大きいものと思われます。例えば、「高齢者インターンシップ」があります。このインターンシップを、本活動の当初より取り入れてきました。これは、文学部の授業の一つであり、学生はこのプロジェクトにサポーターとして参加することで、2単位を得ることができます。筆者もこの授業の担当者の一人として、お手伝いをしてきました。このインターンシップでは、大学生が高齢者と直に接する機会を提供することになります。その機会を通して、大学生は確実に多くのことを学んだように思います。文献や論文だけでは伝わ

らない、何かを感じて、卒論の考察をより深めることができました。さらに、卒論のテーマそのものを見出す者もいました。一方、参加者の皆さんにとっても、異世代の学生と接することは、いい刺激になったものと拝察しています。

このようにみえてくると、様々な世代の者が、様々な目的をもって、大学という場にやってくる。このことは、地域と大学の両方にとって、とても大事なことだということだけは、身に染みて認識できたように思います。この気づきが、筆者にとっては一番大きな収穫だったかもしれません。

吉村 昌子

私が脳をきたえる「音読・計算を一緒にやりましょう」活動に関わるようになったのは、退職後、社会人大学履修生として授業を受けながら生きる方向を模索した時でした。学会では、加齢とともに低下する能力に焦点をおいた研究から、加齢とともに発達する能力は何か、立命館大学を会場に「高齢になってもまだまだ発達する」がテーマの京都大会の頃でした。「まだまだ発達する」という言葉に強くインプットしたことを覚えています。チームの一人として学びながら、経験しながら、一息しながら……。それでもこの学習活動の日の熱き思いを抱くのは一体何なのか……。と。雨の日も、風の日も、夏の日も、京都のしばれる寒い冬の日も、いつもの場所で、いつもの時間に、いつものように出会える人々がいる。そして日々、プロジェクトの中で幅広く、深くしなやかに成長されていくサポーターの方々の存在。また研究に取り組み、新鮮な風を送ってくれる学生の皆さん、そして私たちのよき先達者として「叡智」を伝えてくださる学習者の方々の存在があるからです。このような学習活動になくてはならない人たちとのコラボレーションの織りなす魅力に、私はきつとりつかれているのではないのでしょうか。京都の歴史文化の中で、人々とつながり、「脳をきたえる立命館大学の学習活動」の学び場にいる「わたし」に明日があるのです。

この活動を始めてから15年が経ちました。それは、私が立命館大学に勤めた年数とまったく同じです。われわれは、国からの研究費という援助を受けて研究を行っていますので、その結果は当然のごとく出所である税金を払っていている国民に還元すべきでしょう。その還元の仕方は、単に学会という閉じられた世界でだけ発表すればいいというものではなく、広く国民一般に開示すべきだと考えています。この考えを具体化したものが、高齢者プロジェクトと言えます。幸いにも、たくさんの人からさまざまな支援をいただいて、順調に活動を展開できました。また研究では、かなり興味ある結果を得ることができました。それらの結果を、参加した関係者（学習者、サポーター、行政関係者、学生・院生など）にフィードバックし、さらに京都市と連携した活動を展開できて、かなりの広がりを持った活動に育ちました。この意味で、研究の結果を地域にある程度は還元できたかなと自負しています。

さて、立ち上げから関わっていますので、このプロジェクトを終了するに際してはさまざまな思いが去来します。運営委員やサポーターなどに女性が圧倒的に多いプロジェクトなので、私がまず慣れなければならなかったのは、女性の中にかに入り込むかでした。これについてのエピソードを1つ思い出します。それは、04年3月3日に高齢者プロジェクトの主催で初めてのシンポジウムを立命館大学で開催し、終わった後の懇親会を三条通にある「伏見」という居酒屋でやりました。京都によくある狭い階段を上ったコの字型の小さな部屋が会場で、そこに23人もの人が参加しましたが、多くが女性です。私は、大川・土田先生などと一緒に別のテーブルに座っていたのですが、女性が陣取っていたメインテーブルから聞こえてくる声のなんと賑やかで大きなことか、今後のことを考えると恐怖症になりかかりました。とは言え、そうした恐怖症をかなり克服したおかげでしょうか、プロジェクトの運営は、きわめてスムーズになっていきました。このプロジェクトを立ち上げてからの私の一番の？は、なぜこのプロジェクトはうまくいくのかという疑問でした。まったく任意の集

まりであり、何の制約もありません。運営委員、サポーター、学習者などは、気に入らなければいつ辞めてもいい組織です。この冊子をまとめることで、成功の秘密がすべて明らかになったとは思いませんが、われわれのプロジェクトの成功の要因は、たった1つではなく、さまざまな要因が複雑に絡みあった結果ではないかと改めて振り返った次第です。