

C.C.Report PEOPLE

レポート：編集部・望月正敏



お年寄りの心を元気にする “回想法旅芸人”

——『思い出かたり～写真で回想してみませんか』を上梓

鈴木 正典 さん Suzuki Masanori

出雲医療生活協同組合 理事長

1947年福井県生まれ。鳥取大学医学部卒業後、松江生協病院を経て、2001年より出雲市民病院へ。09年より現職。出雲医療生活協同組合は3つの病院・診療所と2つの訪問看護事業所を持つ。

読者の皆さんは本誌2008年11月号の第2特集を覚えていらっしゃるでしょうか？

テーマは「お年寄りが安らぐイラストによる回想法的アプローチ」。写真をもとに昔懐かしい光景を描いたイラストは「見ているだけでも癒される」と好評をいただいた。

この企画のもとになったのが、今回ご紹介する書籍『思い出かたり～写真で回想してみませんか』の著者・鈴木正典さんの取り組みだ。鈴木さんは1996年から全国各地で回想法の集いを開き、お年寄りから素敵な笑顔を引き出している。今回、お話をうかがう機会を持てた。

回想は楽しくなくちゃね！

「私ね、自分のことを“回想法旅芸

人”と言っているんですよ。エンターテインメントがなければ、“また来てね”と言ってもらえないからね」と微笑む鈴木さん。その笑顔は人懐こく、病院の中でなければ医師という感じはしない。回想法の集いのときの写真を拝見すると、蝶ネクタイがとてもお似合い。チェロや三味線も披露するとのこと、まさにエンターテイナーだ。

鈴木さんは月に3～4回のペースで回想法の集いを開いている。公民館での婦人会・老人会などの数人の集まりから、200名以上の「お楽しみ会」まで、参加者と一緒に“楽しみ”ながら回想法を広げている。

集いでは2人に1冊、『思い出かたり』を持ってもらい、写真を見て、どんなことを思うかをお互いに語り

合ってもらおう。

「最初は円卓を囲んで食事をとっている大家族の写真をよく使います。“この中で一番偉い人は誰ですかあ？”と問いかける。すると“上座はじいちゃんでしたなあ”とか“この隣にいるのが長男じゃないか。うちもこんなだったよ”と盛り上がる。そして、おじいさんが好きだった春日八郎の“お富さん”を歌いましょうか？ と次々に展開していきます」

鈴木さんの進行も素晴らしいのだろう。終わるころにはみんな笑顔になっているそうだ。

お年寄りから教わる姿勢が大切

そもそも鈴木さんが回想法を始め、たぎっかけは、法人のデイサービス

を見たことだった。ちょうど3月で、雛祭り会をしていたが、会場はまるで“幼稚園”そのもの。

「衝撃的でしたね。“なんだ、これは?”という感じです。今のお年寄りには遠慮深い人が多いので、みんな黙ってデイのスタッフの言う通りにしていましたが。一部の職員には幼児ケアの発想をもって高齢者に当てはめようとする人がいたり、適切なレクリエーションのプログラムが乏しいので、多くの施設でなんとなくこうなっているのでしょうかね」

鈴木さんは思った。
(こんなことじゃ、これから主張の“激しい”団塊の世代がお客になったら大変だ!)

しかし、若い世代はナツメロなどお年寄り受けをするワザを知らない。じゃあ、私が何かやってみよう、と考えた鈴木さんは、緩和ケアにかかわっていたときに患者の昔語りを傾聴していたことを思い出した。

「そうだ、お年寄りに“やらせよう”ではなく、“教えていただく”という姿勢が大切なんじゃないか。回想法をデイサービスに取り入れてみよう、と思って、昔の写真を集め始めたんです」

写真探しには苦勞した。ただの昔の風景写真ではよくない。「写真にね、“人の心”が写っていないと使

えないんです」と鈴木さん。しかし、なんとか、神奈川県秦野市の須藤功さんほか、さまざまな写真家の作品を見つけることができた。

鈴木さんが須藤さんに「お年寄りの心を元気にするために、あなたのお写真をお借りしたいのですが」と連絡をとると、須藤さんは「私の写真がそんなふうに使ってもらえるなんて驚きました。ぜひ、使ってください」と快諾してくれた。

連載コラムが1冊の本にまとまる

回想法は回を重ねることで参加者の発言も増えてくる。集いの評判は上々だった。やがて、鈴木さんは医療生協の広報誌『com-com』に“ちょっと回想してみませんか”というコラムの連載を始めた。2005年10月から始まり、現在まで49回も続いている。

「この連載は反響がよくて、全国から感想を送ってくれる人がいました。『思い出かたり』には、これらの感想がたくさん載っています。回想法の集いで、この感想をゆつくり読むことは、会場からの発言を引き出すことに役立っています」

本の活用法は回想法の集いだけではない。ある読者からのハガキには、「この本を今度の同窓会で活用したい」と書かれていたそう。

認知症の人へのアプローチにも使えそうですね、と聞くと、鈴木さんは“よくぞ聞いてくれた”という感じでうれしそうに言った。

「写真や感想で認知症の人の生きてきた背景を知れば、堂々巡りになりがちなお年寄りの話から新発見をするのに役立つでしょうね」

*

『思い出かたり』は、高齢者やアラ還暦の年代のみならず若い人にも勧めたい。また、介護保険施設の看護職や訪問看護師も、お年寄りと接することが多いので、ぜひ読んでみてはいかがだろうか。

「これからも知力・体力、そして“喜力”で頑張りたいですね」と言う鈴木さん。

喜力とは人を喜ばせる力。そんな楽しい人が書いた本だから、理屈抜きで楽しめる1冊である。

思い出かたり 写真で回想してみませんか 鈴木 正典 著



昔懐かしいモノクロの写真が左ページに、そして右ページにはその写真から回想法で質問できる項目と写真を見た高齢者の感想が掲載されている。回想法に使用

するだけでなく、ただ眺めているだけでも楽しい。高齢者とのよりよいコミュニケーションをとるために必ず役立つ必読書。

●かもがわ出版

TEL 075-432-2868 定価1575円(税込)

<http://www.kamogawa.co.jp>