

先月中旬、滋賀県長浜市の市立長浜小学校の教室。放課後の学童保育で集まった児童約40人の前で、同市に住む西脇義雄さん73は、紙芝居を始めた。

冬のわたは津谷タズ子脚本。冬支度をしていた老夫婦の家に奇妙な男が上がり込み、不気味な場面が展開する怖い話だ。

最初は少しさわついていた子どもたちも、すぐにシーンと静まりかえり、真剣な表情で聞き入った。

西脇さんは、58歳だった1991年、脳出血に襲われ、右半身がまひした会社を休職して必死でリハビリに励み、59歳で復職、60歳で定年退職した。

関連会社に再就職し、定年後もバリバリ働くと病気になる前はそう思っていた。しかし、右半身のま

超宣言

心の健康

老いる不安が生む「うつ」

ひは残り、言葉もうまく話りやすい特徴がある。せない体では、再就職はあきらめるしかなかった。寂しさがこみ上げ、このまま何もしないでいると、うつ病になってしまつた。高年齢者には、若者や中年期にはない、うつ状態に陥

を受け入れつつ、前向きに生きられればいいが、寂しさや無力感から、家に閉じこもったり、うつ病になり外出できる力があるのに閉じこもる高齢者は、閉じこもりでない人に比べ、体の衰えや認知症などで、介



表情豊かに紙芝居を上演する西脇義雄さん。滋賀県長浜市の市立長浜小学校で。

護保険の介護サービスを受けける割合が2、3倍高いという研究結果がある。国内の大規模調査では、65歳以上の人がうつ病になる頻度は約5割、うつ病は自殺の誘因にもなる。慶応大保健管理センター教授で精神科医の大野裕さんによ

ると、自殺の背景には何らかの精神疾患がある場合が多いが、高齢者の場合、若者や中年よりうつ病の割合が高い。年を取ると環境の変化に適応しづらく、若いころのように柔軟に考えられ

【高齢者は幸せか？】

内閣府が実施した高齢者の意識調査では、日常生活全般について「満足」「まあ満足」と回答した人は計8割以上。一方、2004年に自殺した全国の60歳以上の人は1万994人。自殺者全体の3分の1を占め、すべの年代の中で最も多い。警察庁まとめ。

「ありがとう。すごくおもしろかったです。由もよく聞こえました。また読んでください」

絵本や紙芝居の読み聞かせボランティアを行っている滋賀県長浜市の西脇義雄さん(73)にとって、

幼稚園児や小学生から送られてくるお礼の手紙は大切な宝物だ。

読み聞かせが終わると、子どもたちが「じいちゃん」といえ、ひざに乗ってじやれてくることもあ

る。「子どもたちの喜びがすぐに跳ね返ってきて、それが自分の喜びにもなる」とてもやりがいがある

ますよ」とほほえむ。

このボランティアは、東京都老人総合研究所が、高齢者の社会活動と健康づくりのため、厚生労働省の補助金を受けて行っているモデル事業「りふりんと」2

宣言 心の健康

・ 2 ・



読み聞かせのリハーサルをする西脇義雄さん(右端) 長浜市で

社会参加に生きがい

004年度から3年間、長

浜市のほか、東京都中央区、

川崎市多摩区で実施し、3

地区で初年度からは西脇さんら60歳以上の70人、昨年

度からは60人が参加した。

世界保健機関(WHO)によると、健康には「心身

の機能」「家事や身の回り

りの活動」「社会参加」の

三つの側面があり、互いの

三つの側面があり、互いの

の三つの側面があり、互いの

【読み聞かせボランティアの効果】

3地区のモデル事業参加者67人の場合、自分を健康と思う「健康度自己評価」の点数と、近隣以外の友人の数の平均は、読み聞かせを始める前(2004年7月)より後(05年3月)の方がともに増加。比較のため、自治体の文化教室などに通う60歳以上の74人を同時期で調べると、ともに低下していた。

子どもの笑顔や無邪気に触れ、世代間交流がもたらす感動がある。子どもだけでなく、親や学校職員からも感謝されることで、地域社会に貢献しているという満足感や自信が得られる効果も大きい。

西脇さんはボランティアを始めた当初、まずは半年続けようと思っていた。15年前に発症した脳出血の後遺症がかなり軽くなったとはいえ、まだ言葉の発音に自信がなかったから。

しかし、子どもや学校職員から「よく聞こえる」と言われ、次第に自信がいった。

昨年5月に受けた心理テストでは、読み聞かせを始める前の04年7月に比べ、自信や健康への自己評価の点数が上がり、もともと健康レベルだった抑うつ度はさらに改善していた。

このボランティアは生きがい。これからは継続したい。西脇さん自身も、過去の記事は http://www.vomiuri.co.jp/iryoun/medi_renai/ でご覧になれます

東京

千代田 中央 新宿
港 文京 品川 北
目黒 大田 世田谷
渋谷 中野 杉並
豊島 板橋 練馬

速報や写真・話題の提供、催しなどの連絡先
朝日新聞 東京総局
〒100-0011

千代田区内幸町2-2-1
日本プレスセンタービル3階
☎ 03-3508-0390
fax 03-5157-0615
mail tokyo@asahi.com

購読・配達のご用は
☎ 0120-12-0843
平日 7:00~21:00
休日 7:00~17:00

広告のご用は
☎ 03-3547-5552
折り込みのご用は
☎ 03-3544-7621

きょうの天気
6~12時 降水確率 12~18時

0	東京	10
0	立川	10



89歳、園児の心つかむ

中央の伊藤さん、幼稚園で読み聞かせ

幼稚園の子どもたちに、毎月絵本の読み聞かせをして人気者になった89歳の女性がいる。中央区に住む伊藤富基(とみもと)さん。「子どもたちの反応を見るのが楽しい」と、発声練習までしてその日に備えている。

発声練習欠かさず臨む

中央区立有馬幼稚園
(日本橋蛸殻町2丁目)
の3歳児教室。

高年の読み聞かせ団体
「りぷりん」との門をた
いた。

月間入院した時も、病室
で発声練習を欠かさな
った。

「皆さん、こんにちは
は」。伊藤さんが入って
来ると、園児たちが大喜
びで駆け寄って来た。

夫婦で瀬戸物屋を営ん
でいたが、8年前に夫が
他界。店は娘夫婦が引き
継いだ。「日中を一人で
過ごすのにも飽きたし、
何よりもほげ防止になる
と思って」。

この日選んだ絵本は
「びよびよびよこ」(ジ
ヨン・ローレンス作、い
けひろあき訳)。
ひよこがブタやアヒル
と一緒に遊ぶ様子を、15
人ほどの園児の前で楽し
く読み上げた。

伊藤さんが読み聞かせ
を始めたのは1年前。中
だ。

つえをつきながら、幼
稚園まで約15分かけて歩
いて来る。緑内障で2カ
月間入院した時も、病室
で発声練習を欠かさな
った。

「りぷりん」とのメン
バーは約50人。平均年齢
は68歳。もちろん伊藤さ
んは最高齢だ。

伊藤さんが読み聞かせ
を始めたのは1年前。中
だ。

つえをつきながら、幼
稚園まで約15分かけて歩
いて来る。緑内障で2カ
月間入院した時も、病室
で発声練習を欠かさな
った。

この日選んだ絵本は
「びよびよびよこ」(ジ
ヨン・ローレンス作、い
けひろあき訳)。
ひよこがブタやアヒル
と一緒に遊ぶ様子を、15
人ほどの園児の前で楽し
く読み上げた。

創始者の都老人総合研
究所・主任研究員の藤原
佳典さん(44)は、「高齢
であるほど、人生観がに
じみ出る読み方が出来る
んです」と評価する。
子どもたちから「高齢
者はよぼよぼ」という固
定観念を吹き消すこと
にもなるという。

少女のころは大正時代。
「子どものころから絵本
が大好きでした」■中央
区日本橋蛸殻町2丁目の
有馬幼稚園で

10月に90歳になる伊藤
さん。「子どもたちが身
を乗り出してくるよう
な読み方をしたい」と、
ますます張り切ってい
る。

地元高齢者ら 授業サポート

高齢者らが小学校に出向き、授業の手伝いなどをする取り組みが今月から姫路市坊主町の市立野里小学校(児童239人)で始まった。県立大学が調査研究活動の一環で計画を持ちかけ、「開かれた学校」づくりを目指す学校側が受け入れた。関係者は、児童の学習や生活態度のほか、高齢者の心身にも良い影響を与えるのではないかと期待している。

(小椋文智)

姫路・野里小、県立大と試行

高齢者が児童の教育にかかわることや体力や健康の維持に効果があるとする米国の先行例などを研究する県立大環境人間学部の内田勇人・助教授(健康教育学)が計画。高齢者と児童の双方に及ぼす身体、心理面の影響を調べていくという。

この計画に対し、芦田守校長(60)は当初、現場の教諭や保護者が感じる抵抗感

習時間の指導などを始めた。児童が慣れやすいように、担当する学年・クラスも固定した。

3年1組の教室であった図画工作の授業では、児童らが段ボールや紙粘土を使って好きな建物をつくる様

子を、元鉄鋼会社員の大西哲朗さん(74)と元警察官の小坂正明さん(60)が笑顔で見守った。「部品がうまくつかない」「テープをこうやって輪にしたらい」「子どもたちが行き詰まると、ヒントを出したり手助けしたりした。

大西さんは「私が小学校の授業を受けたのは戦前だし、初めは何をしていいかわからなかった」と打ち明ける。「でも子どもがすぐになつてくれたから安心した。まず全員の名前を覚え、子どもにとって良い授業になるようがんばりたい」と笑顔で話した。老人クラブで仲間の勧誘も続けているという。

期待影響の良い心身関係者



図上の授業で紙粘土をまるめて児童の工作を手伝う大西哲朗さん(左から2人目)ら。姫路市立野里小学校で。