地域における
世代間交流支援
ベストプラクティス
ハンドブック Handbook

編著

聖路加国際大学大学院看護学研究科老年看護学

目　　次

はじめに 3
1．ベストプラクティスとは何ですか？ 4
2．世代間交流とは何ですか？ 5
3．世代間交流の目的は何ですか？ 5
4．世代間交流はなぜ必要ですか？ 6
5．世代継承性とはどのようなものですか？ 7
6．世代継承性について詳しく教えてください 8
7．日本では、どのような世代間交流プログラムがあるのですか？ 9
8．子どもが好きでなければ世代間交流の支援はできませんか？ 10
9．認知症をもつ参加者に配慮することはありますか？ 11
10．認知症をもつ方が世代間交流プログラムに参加するときの支援を具体的に教えてください 12
11．世代間交流の効果はどのようなことですか？ 13
12．世代間交流の様子を客観的に知ることはできますか？ 14
13．世代間交流を観察したいと思いますが、どのようにしたら良いですか？ 16
14．世代間交流の支援を行いたいのですが、どのようにしたら良いでしょうか？ 18
15．これまでにボランティアの経験はないのですが、世代間交流に興味があります 19
16．ボランティアのコーディネートはどのようにしたらよいですか？ 20
17．ボランティアに求められている世代間交流への支援は何ですか？ 21
18．ボランティアとして世代間交流プログラムの参加者に接するときの留意点は何ですか？ 22
19．町を歩いていたら参加者の子どもさんに声をかけられました。どのように対応したらよいでしょうか？ 23
20．男の子と女の子では高齢者との交流の仕方に違いがありますか？ 24
21．聖路加和みの会とはどのような会ですか？ 25
22．聖路加和みの会の活動内容について教えてください 26

23. 世代間交流活動のために準備すること、留意することは何ですか？ 27
世代間交流書道 27
世代間交流ゲーム 28
手芸・キルト 29
編み物 30
音楽 31
アロマハンドケア 32
おやつ作り 33
回想法 34
ライフレビュー 35
地域のかるた作り 36
百人一首作り 37
鏡開き 38
折り紙／切り紙 39
ちぎり絵 40
水彩塗り絵 41
地域散策 42
季節の行事 43
24. 世代間交流プログラムを看護学生の教育にどのように活かすのでしょうか 44
25. 大学の学園祭に聖路加和みの会が出店したと聞きました。詳しく教えてください 45
26. 聖路加和みの会に海外から参加したゲストがいると聞きました 46
27. 世代間交流プログラムに参加した方はどのような感想をお持ちですか？ 47
28. 聖路加和みの会のボランティアさんはどのような感想をお持ちですか？ 50
29. 世代間交流支援のベストプラクティスとは何でしょうか？ 51
おわりに 53
引用文献・参考文献 54

はじめに

聖路加国際大学が文部科学省21世紀COEプログラムに採択された2003年度から、聖路加国際大学老年看護学研究室では、高齢者を対象としたPeople-Centered Care(PCC)の開発を行ってきました。

PCCとは、ケアサービスの利用者を中心として、ご自身やご家族と専門職がパートナーとして協働して、健康問題などの課題解決を図っていく看護ケアのことをさしています。

そして、PCCを実現するために、世代間交流を取り入れた新しいケア方法の開発を2007年4月に開始し、利用者である高齢者と小学生のニーズ(希望)を捉えながら、都心部でいかに高齢者の介護予防や生きがいづくり、また子どもにとっては高齢者を身近に感じて、共に地域で暮らしていくことができるのか、すなわち、世代間交流を取り入れた都市部の地域づくりのあり方を今日までの10年間探ってきました。

少子・超高齢社会のわが国では、とりわけ都市部においては、異世代が自然に交わる機会が少なくなっているため、意図的な交流の場とその支援が求められるようになりました。これらの支援には、専門職ばかりでなく、志ある市民との協働が不可欠です。利用者も様々な心身・社会的ニーズを持っているため、世代間交流支援を行うためには、いくつかの配慮が必要です。このハンドブックは、これまで私たちが経験した世代間交流支援をまとめ、これから世代間交流支援をしようと考えている専門職や市民の方々に伝え、それぞれが地域の中で世代間交流支援のベストプラクティスを作っていくことができるように、編集しました。

本書の編集に携わってくださった多くの方々に厚くお礼申し上げるとともに、地域での支えあい、また地域づくりの一つの方法として、世代間交流支援への多くの方のご理解と、本書へのご批判を賜れますと幸いです。

2017年3月20日

聖路加国際大学大学院看護学研究科
老年看護学教授　亀井智子

1．ベストプラクティスとは何ですか？

医療や看護の現場では、病気や障害、加齢に伴う機能低下のために援助を必要とする人への新たな診断や治療と、セルフケアの支援方法が日々開発され、診療やケアに生かされています。ベストプラクティスは、ある結果を得るための最も効率のよいプロセスや、活動のことをさしています。

看護支援におけるベストプラクティスとは、対象者がもつニーズを特定し、エビデンスに基づいて、看護師が直接的な解決策を提供することとされ、「最善策」と解釈できます[1)]が、あくまでケアの受け手にとって満足のいく看護であることが大切です。

世代間交流支援におけるベストプラクティスの開発は緒に就いたところであり、その具体的な方法や支援は、現在のところ明確なものはありません。開発するにあたっては、高齢者と子どもの世代間の「互恵的ニーズ」および「世代継承性」に着目し、交流への満足感、異世代とよい交流ができたかという感覚は特に重要です。

これらを指標にした交流促進をはかるための看護支援の方法を考え、参加者にとって意義のある場所とすることが大切です。

2．世代間交流とは何ですか？

生まれた年代が同じ人同士を「同世代」、異なる人同士を「異世代」といいます。例えば、祖父母、親、子ども、孫はそれぞれ生まれた年代が違いますので、異世代といえます。

世代間交流とは、生きてきた時代、社会的背景、生活スタイルなど、世代背景が異なる人同士が相互に交わる行動や行為のことをさします。

世代間交流の研究分野の第一人者であるピッツバーグ大学のサリー・ニューマン教授は、世代間交流を「異世代の人々が相互に協力し合って働き、助け合うこと、高齢者が習得した知恵や英知、ものの考え方や解釈を若い世代に言い伝えること」[2)]と定義しています。

世代の違う人々がただそこにいるのではなく、互いに話したり、協力したり、教えたり、教えられたりして助け合うことが世代間交流であるといえます。

3．世代間交流の目的は何ですか？

わが国では、昭和の前半までは三世代家族が多かったため、地域住民同士の助け合い意識も高く、日常的に祖父母と孫といった世代の異なる人々と交わる機会が多くありました。

しかし、戦後の高度経済成長を背景に、人口が都市部へ集中し、核家族が増え、少子高齢化が進みました[3)]。さらに、住まいの高層化や地域行事の減少により交流機会が失われるなどの理由などから、世代間の隔絶が大きくなりました。これは日本だけの問題ではなく、多くの先進国でも起こっていることです。

このような中、世代間交流のための動きが広がり、日本では幼稚園や保育園の児童が高齢者施設を訪問しデイサービスで交流したり、特別養護老人ホームで交流会を開催したり、逆に高齢者が小学校を訪問して行う昔の遊びや本の読み聞かせを行うボランティア、児童館や地域の中で交流会を開催するなど、様々な形の世代間交流が意図的に行われるようになりました。

高齢者のもつ知恵や地域の文化を親や子ども世代に伝えること、親世代は祖父母世代からそれらを引き継ぐこと、また子どもや孫世代は、それらを受け取り、大人世代から学ぶこと。そして、子どもや孫世代からは新しいことや刺激を大人世代に伝えること、すなわち、教え－教えられること、学び－学び合うこと、これが世代間交流であり、交流することの意義だといえます。

4. 世代間交流はなぜ必要ですか？

戦後、少子化と核家族化が進み[3]、ひとり暮らしの高齢者や高齢者だけの世帯が増え[4]、子どもと高齢者の生活環境は大きく変わりました。そのため異世代の人と触れ合う機会そのものが少なくなりました。

高齢者は、下肢筋力の低下やバランスの低下が起こりやすく[5]、うつ状態や転倒によってさらに自信を失うことや、転倒の恐怖心から自宅内に閉じこもりやすい[6]と言われています。こうした高齢者の「閉じこもり」を予防するために、共通の関心を持つ同世代や異世代がともに活動をする場が大切です[7][8]。子どもにとっても他者との人間関係を作り、社会性を育む対人関係力を育てる機会をもつことは大切です。

米国の多世代交流の実践からは、高齢者が小学生や青年期の子どもに様々な体験談を伝えることが、読み書き能力や芸術、環境、個々のウェルネスの向上や、非行を起こした子どもの立ち直りに有効であったと報告されています[9]。世代間交流は、子どもが成長し社会との関係性を獲得していく過程において、大人がその助けになる一方、高齢者は子どもからよい刺激を受け、元気や笑顔を受け取るという両世代に互恵性をもたらすことにつながります。

高齢者と子どもとの世代間交流は、両世代間の理解を得ることにつながります。高齢者は経験や知識・技術などの文化を子どもに伝えることによって、役割を再認識し、やりがいや生きがいといった精神的な豊かさを高めることができます。一方、子どもにとっては、子どもの自尊心や成長を促し、他者への思いやりや理解を深めることができるのです。

5．世代継承性とはどのようなものですか？

世代継承性はジェネラティビティ（generativity）の訳語です。心理学者のエリクソンは図１のような人の一生を連続する８つの発達段階で捉え、７番目の発達段階の発達課題として「generativity」という言葉を用いました。

彼は「幼児期と社会」[10] において、世代継承性は「本来、次の世代を確立させ導くことへの関心である」と定義しています。また後に、「子孫を生み出すこと（procreativity）、生産性（productivity）、創造性（creativity）を包含するものであり、（自分自身の）更なる同一性の開発に関わる一種の自己-生殖（self-generation）も含めて、新しい存在や新しい制作物や新しい観念を生み出すこと」[11] と再定義しています。これにより「子孫」に限らず、「新しい存在」や「制作物」、「新しい観念」を生み出すというより広い意味が含まれるようになりました。

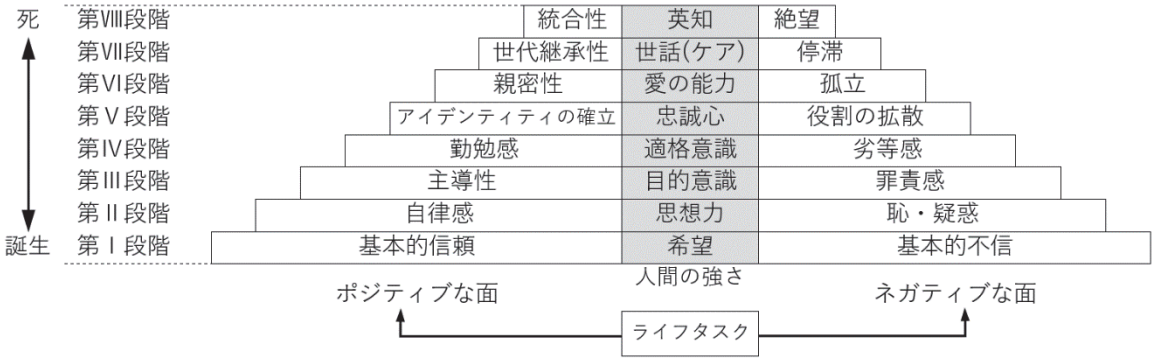
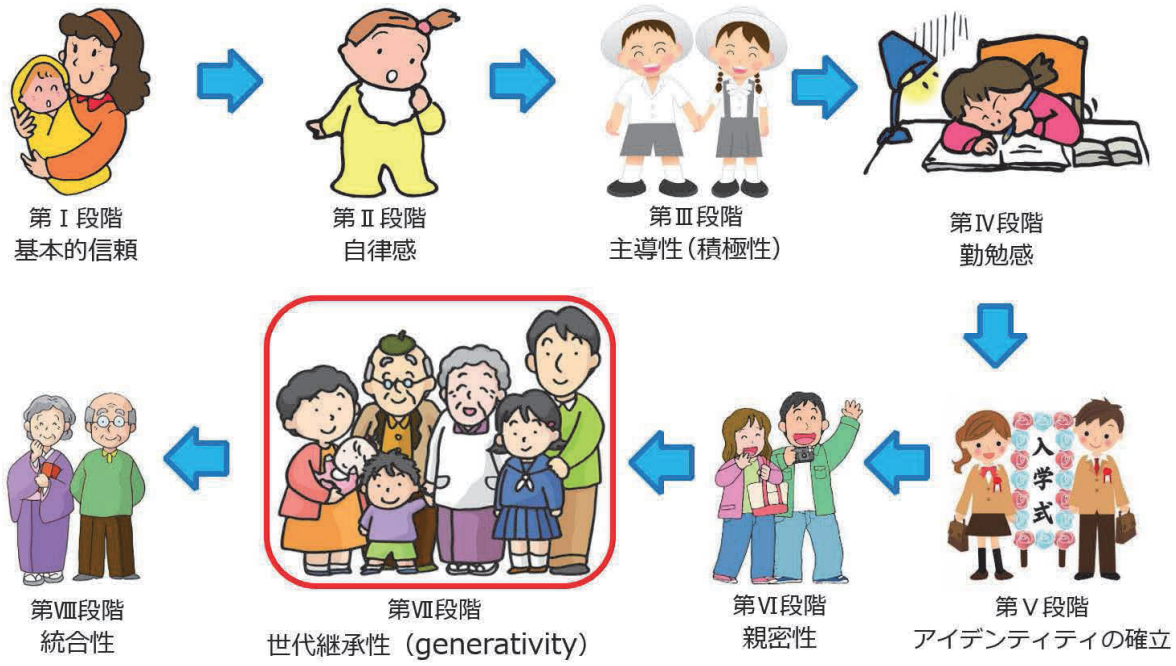


図１　心理学者のエリクソンによる人間性の発達段階

Erikson, H.他：ライフサイクル、その完結（増補版）より著者作成



6．世代継承性について詳しく教えてください

エリクソンによると、老年期は 8 番目の発達段階に該当し、発達課題は「統合」です。高齢者自身が生きてきた人生を再吟味して、うまく折合って「統合」していくことが老年期の課題とされています。

しかし、前の段階の発達課題である「世代継承性」が子孫を生み育てることのみを意味しないことや、長寿化に伴って元気な高齢者が増えたこと、少子・高齢化によって高齢者の活躍の場が求められていることから、世代継承性は壮年期のみならず老年期においても意味を持つことが指摘されています。

また、エリクソンは前の段階の発達課題はなくなるのではなく、後の段階でもふさわしく形を変えて存在することを指摘しています。そして、世代継承性について「老人は、より広い意味での祖父母的な生殖的機能（grand-generative function）を保持することができる」と述べています [11]。

高齢者は、親世代とは異なる立場から次世代に関わったり、「統合」した知恵や英知を伝えたりと、壮年期とは異なる形で世代継承性を発揮することができます。さらに、自分が若かったころのことを次世代に重ね合わせたり、自分が生み出したものや伝えたことが自分の死後も生き続けることを感じたりすることで、「統合」をより深めていくことにもつながるかもしれません。

エリクソンは、generativity を「本来、次の世代を確立させ導くことへの関心である」と定義した際に、成熟した人間は必要とされることを必要としており、歳をとった世代が若い世代に依存しているという事実を見落としがちであることを指摘しています [10]。次世代を導くことは、次世代のためだけでなく、高齢者のニードを満たすことでもあります。そしてまた、若い世代もいずれは高齢者として次の世代に関わることになるのです。

これらから、その場の出来事だけではなく、長期的な経過の中で相互発達、互恵性という関係が成り立っていることが伺えます。

エリクソンの理論を詳細に検討した西平 [12] は、エリクソンの目は、子どもたちが親となり次の世代を生み育て、さらにその世代がまた親となり、その次の世代を生み育ててゆくという、未来へと広がり、つながりゆく関係全体に向けられていると指摘しています。

世代継承性はこうした世代間交流の本質と深くかかわる概念といえます。

7．日本では、どのような世代間交流プログラムがあるのですか？

米国では、1960 年代から高齢者と成年の世代間交流プログラムが発展し、問題をもつ青年の立ち直りに高齢者による支援が生かされました [13]。学校教育に地域の高齢者がボランティアとして参加する世代間交流小学校(The Intergenerational School :TIS)の取り組みも報告され、成果があげられています [14]。

わが国では 1980 年以降、高齢者施設と保育園・小中学校など子どもの施設とを合築または併設し、交流が統合的に行われるようになる例がはじまりました。その後、幼稚園・保育園と高齢者のデイサービス・特別養護老人ホームの一体的取り組みが推進されるようになり、小規模で家庭的な雰囲気の中、高齢者、障がい者や子どもなどに対して、一人一人の生活リズムに合わせて柔軟なサービスを行い、誰もが地域で共に暮らす「共生」を重視した宅幼老所の取り組みが全国的に行われるようになりました [15]。

また、高齢者による小学校での本の読み聞かせによる生きがいづくりを目的とした世代間交流活動も行われています [16]。絵本を読み聞かせる、子どもの話に耳を傾けるというコミュニケーションを通して子どもも高齢者も心が元気になるだけでなく、無数にある絵本の中から子どもに望ましい作品を選び、熟読し、音読練習を反復することは高齢者に高度な知的活動をもたらしています。

高齢者の知恵や豊かな経験、地域の文化を子ども世代へ伝承するために、高齢者と小中学生の世代間の交流を看護系大学を拠点とした地域で行っている交流プログラム [17] もあります。さらに、阪神淡路大震災を契機として、異世代の連携を一層強めることの必要性が認識されるなど、福祉、教育、保健、医療など多様な分野において近年、世代間交流が注目されるようになりました。

8．子どもが好きでなければ世代間交流の支援はできませんか？

人と接することが好きであるということが、まずプログラムを支援する要件となります。

地域では、様々な世代間交流プログラムが開催されていると思いますが、プログラム内では支援者も子どもや高齢者と自然に交流していくことが大切ですので、子どもを極端に好まない場合を除き、ご自身のお孫さんや周囲の子どもと接するのと同じように話したり、活動することが大切です。

また、支援者は高齢者と子ども、両世代間の橋渡し役でもあります。高齢者世代にはわかる歌でも、子ども世代には昔の歌はわかりません。子どもにはやっている歌も、高齢者は知らないことが多く、そのようなときには二つの世代をつなぐ橋渡しを支援者が行うのです。そうすることで、両世代のコミュニケーションが促進され、ともにわかり合って過ごせるようになります。

支援者は、子どもと高齢者を温かく見守り、自然な交流を助け、地域文化の伝え合い、知恵の分かち合いが促進されるように支援することが大切ですが、子どもや高齢者の世代から見ると、支援者自身も異世代です。世代間に壁をつくることなく、皆が地域の一員であるという意識で、対等に、自然に接することが望まれるといえます。

9．認知症をもつ参加者に配慮することはありますか？

厚生労働省の報告によると 65 歳以上の高齢者のおよそ 15%に認知症があると言われています[18]。従って、認知症または、認知機能が低下した高齢者が参加することも多くなっているといえます。

認知症をもつ高齢者では、子どもとの言葉を介した交流の低下や、集団プログラムに参加するペースの違い、子どもが騒がしい、遠くからの声に集中できないなど、慣れない環境であることがご本人の負担となる場合があります。従って、支援者には高度な支援技術が求められます。認知症ケアを理解している支援者がおかれている世代間交流プログラムでは、認知症をもつ方も安心して、長期に参加することができます。

認知症と一言で言っても、さまざまな種類があり、症状の出方や記憶の状態には個人差があるため、画一的な対応を行うべきではありません。

また、個々のプログラムは認知症をもつ方も楽しめるよう、方法を工夫する必要があります。認知機能が低下していても、ご本人がもっている能力を発揮できるよう、得意な内容を個別に取り入れ、方法をひとつひとつ説明するなど、他の参加者の皆さんの前で主役となれるようさりげないお手伝いをすることも重要な支援の一つです。

中等度以上の認知症をもつ方には、支援者が隣に寄り添うことが必要です。表情や仕草などから疲労の度合や、トイレに行きたいのではないかなどを把握して、心地よい時間と安全に過ごせるような配慮を行います。認知症をもつ方への世代間交流の良い効果も示されています[19]。かるた取り、お菓子作りなど、子どもと一緒に楽しむ場面では笑顔も多く見られ、周囲の参加者にとっても心和む情景となります。認知症をもつ方と接する場合には、以下の点に注意を払う必要があります。

表１　認知症をもつ高齢者と接する際の留意点

- 子どもに話すような言葉でなく、尊厳をもった言葉や態度で接し、良い点を認めましょう
- 話しかけるときには正面に位置して、目を見ながら話しましょう
- 「また同じことを言っている」と思わずに、根気強く話しを聞く姿勢をもちましょう
- 間違いであっても否定したり、怒ったりしないようにしましょう
- 本人のペースを守りましょう
- 周囲への注意力が低下しているため、歩行時の転倒予防と安全に注意を払いましょう
- 歩いているときなどに、後ろから話しかけないようにしましょう(転倒する恐れがあります)
- 食事やおやつの際、飲み込み(嚥下)の状態を確認しましょう(誤嚥の恐れがあります)
- かばんやポケットなどに、おやつやプログラムで使用した道具、隣の席の人の物などをしまうくせがある場合、さりげなく確認して返してもらいましょう
- そわそわしている時は、トイレに行きたいサインの場合があるので、さりげなくトイレに誘導しましょう
- 「迎えの家族が来ない」「そろそろおいとましたい」など、一人でいる不安からくる言葉がある場合は、話しを否定せず、その理由をよく聞きましょう
- 中等度以上の認知症をもつ方には、となりに支援者が付き添い、一人にしないようにしましょう
- スキンシップも大切にしましょう
- 本人の記憶にかかわる話題は本人を傷つける場合があるので避けましょう(先週の〇〇は楽しかったですね　など)
- 歌、編み物、おやつ作りなど、ご本人の昔の趣味や特技をプログラムに取り入れましょう

１０．認知症をもつ方が世代間交流プログラムに参加するときの支援を具体的に教えてください

1）安心できる雰囲気づくりをしましょう

認知症をもつ方の場合、初めてプログラムに参加する時はもちろん、何回も参加している場合であっても、来所時には多かれ少なかれ不安を感じているものです。そのためまずは、安心できる楽しい場所であるということを感じてもらえるようにすることが重要です。笑顔で「来てくれてうれしいです」「待っていましたよ」というメッセージを伝えて、テーブルに花やテーブルクロスを添えるなど、いつもあたたかな雰囲気を作り、関心を寄せた態度で接しましょう。

2）参加中には十分配慮しましょう

認知症をもつ方は、プログラムの進行や、内容、方法などを理解するのが難しいことがあります。説明する際には、実際に物や動きを見てもらいながら、言葉や表現を工夫してわかりやすく、理解しやすいように、ゆっくりと話しましょう。

認知症をもっていても、出来ることはたくさんあります。できるだけ多くのことに参加してもらいましょう。しかし、出来ないことやとても苦労するようなことを無理にしてもらう必要はありません。さりげなくお手伝いをして、困ったり失敗したりする体験をしないように配慮しましょう。困っているときに自分から伝えることが難しい場合があるため、落ち着きなく辺りを見回していたり、動いたりしている様子があれば、早めに声をかけましょう。

3）子どもとの交流促進のために

子どもは、認知症という先入観が少なく自然に接しますので、認知症をもつ方にとってよい刺激となります。子どもとの交流では、言葉を言い換えて伝えたり、何をしたいのか説明を繰り返したりするなどの「コミュニケーションの補完」を行います。あまり特別扱いせずに見守ることが必要ですが、周囲の状況への理解が難しい場合やペースが合わない場合は、事故やけがの危険性が高まりますので、見守りには一層気を配りましょう。

１１．世代間交流の効果はどのようなことですか？

亀井ら[17]は、世代間交流プログラムに 6 か月間継続的に参加した高齢者の心の健康状態について報告しています。それによれば、初回参加時にうつ的な傾向が強かった高齢者では、世代間交流プログラムに継続的に参加することで、うつの状態が低下して、心の健康を取り戻すことが認められたとしています。

また、全体的な生活の質(QOL といいます)も良くなっていることが確認されています。

高齢者が子どもと交流すると、自然に笑顔が見られることが多くあります。共同制作やおやつを共にすることなどを通して、高齢者は子どもから元気をもらっていることが影響していると考えられます。また、継続的にプログラムに参加するということは、他の高齢者や運営スタッフとの交流も継続的にもつことになるため、心の健康に良い効果をもたらすといえるでしょう。

ただし、1 回きりの参加や単発的な世代間交流プログラムへの参加が長期的に高齢者の心の健康にどのように影響を与えるのかについては、報告がありません。

１２．世代間交流の様子を客観的に知ることはできますか？

世代間交流の様子を客観的に知るためには、ものさし(尺度といいます)が必要となります。わが国で開発された世代間交流を測る尺度は、今のところ、次の 3 つが報告されています。

1）日本版世代間交流行動尺度

この尺度は、米国の世代間交流研究者である Newman and Onawola[20] が開発した「高齢者と児童の世代間交流の行動尺度(ECIA)」また、その修正版である「修正版 ECIA」[21] をもとに、わが国で使用できる尺度として開発されたものです[22]。高齢者が小学校で絵本の読み聞かせボランティア活動を行う”りぷりんと(REPRINTS)”の活動[16] をベースにして開発されていることが特徴です。この尺度では、小学校の教室にいる全体の高齢者と子どものコミュニケーションと行動を観察者が観察して評価するものです。尺度の構成は「会話」「視線・表情」の 2 項目から成り、会話については高齢者 8 項目(情報、コメント、投掛、応答、称賛・励まし、注意・修正、ユーモア・笑い、沈黙・無視)、子ども 5 項目(応答、自発、ユーモア・笑い、ふざけ・おしゃべり、沈黙・無視)が観察項目となっています。視線・表情では、高齢者、児童とも 6 項目あり、顔の向き(同世代、異世代、その他物や本など)、および表情(ポジティブ、ネガティブ、ニュートラル)を観察項目に挙げています。

2）地域世代間交流観察スケール(Community Intergenerational Observation Scale for Elders and Children: CIOS-E, CIOS-C)

CIOS-E、CIOS-C は、地域において開催される高齢者と子どもの世代間交流プログラムにおける両者の相互作用を観察する尺度として、17 か所の地域で実施されている多様な世代間交流プログラムをベースに開発された観察尺度です[23]。高齢者側からみた子どもとの相互作用の評価である CIOS-E は「包容」「伝承」「育成」の 3 因子構造計 7 項目、子ども側からみた高齢者との相互作用の評価である CIOS-C は「継承」「尊重」の 2 因子構造計 7 項目の尺度で構成されています。

CIOS-E、CIOS-C の使用方法は、高齢者個人、子ども個人と交流する相手世代との交流場面を観察し、その行動や様子が一貫して頻繁に見られる場合 2 点、その行動や様子が一度でもみられる場合 1 点、交流行動や交流の様子が全くみられない場合 0 点として採点するものです。

3）聖路加式世代間交流観察（St. Luke's Intergenerational Exchanges and Relations Observation（SIERO）インベントリー

SIERO インベントリーは、地域で毎週１回集う高齢者と小学生の継続的な世代間交流プログラムの１か所をフィールドとして開発された観察尺度です[24]。プログラム創生期の 2 年間にわたる 80 回の世代間交流プログラムで生じた交流の様相を観察して記録し、その分析から「教え・教え合う」「感情をわかちあう」など世代間交流の様子を抽出しました。それを元に 1 年間の前向き調査により異世代と歩調を合わせる、世代継承性、異世代との対話、交流活動を楽しむなど 17 項目の SIERO インベントリーが完成しました。

SIERO インベントリーは地域における高齢者世代と子ども世代の各個人の交流の様子、言動、態度、行動、表情などをプログラムの主催者などが観察し、各項目が 1 回でも観察された場合〇をつけ１点とする方法をとっています。本尺度は高齢者、子どもとも、同一の尺度を使用します。

SIEROインベントリー

聖路加式世代間交流観察（SIERO）インベントリー

世代: 高齢者・子ども ID: No.

	セッション内容	年月日	年月日	年月日	年月日	年月日	年月日	年月日	年月日	年月日	年月日
番号を記入	1.共同制作（ちぎり絵、折り紙、切り紙、 ） 2.音楽（楽器、歌、 ） 3.回想法（テーマ: ） 4.話し合い（内容: ） 5.朗読（内容: ） 6.昔話し（内容: ） 7.世代間交流書道（内容: ） 8.体操（内容: ） 9.おやつ作り（内容: ） 10.交流ゲーム（ ） 11.季節の行事（ ） 12.散策（場所 ） 13.観賞（映画、芸術など ） 14.その他（ ）										
No	観察項目										
1	異世代をほめる										
2	互いにお礼を言う										
3	高齢者が子どもに「お帰り」と言い迎え入れる／ 子どもが「ただ今」「こんにちは」などと言い会場に入る										
4	子どもの成長に関する発言がある（高齢者）／ 高齢者に関心を示す発語がある（子ども）										
5	異世代への気配り行動がある										
6	互いに挨拶する										
7	異世代と歩調やスピードを合わせる										
8	単世代同士で固まっていない										
9	異世代にやり方を尋ねる										
10	異世代のやり方をまねる										
11	異世代で教え・教えられる										
12	異世代の話しを聞く										
13	異世代に話しかける										
14	同じ話題で話す										
15	同じ作業に集中する										
16	プログラムを楽しんでいる										
17	共に喜びを表現する										
	参加中の様子等特記事項を記入										

1） 子どもの場合は「ただいま」「こんにちは」などと言い会場に入る
2） 子どもの場合は「高齢者に関心を示す発言がある」とする

図　聖路加式世代間交流観察（SIERO）インベントリー

１３．世代間交流を観察したいと思いますが、どのようにしたら良いですか？

観察者が参加者に加わり活動を一緒に行いながら、同時に参加者の言動や表情を参加する方法を参加観察といいます。参加観察を行う際には、観察した内容を忘れないようにするために、以下のような記録用紙を用いるとよいでしょう。

世代間交流看護支援　交流のナラティブ　観察シート

2015　年　5　月　15　日　　プログラムの内容: おやつ・百人一首　　観察者: Z

ファシリテーター: X　，ボランティア: Y

時間	交流プログラムの内容	観察した内容（ナラティヴを中心に、高齢者の特性、小学生の特性も記録） 世代間交流行動　会話の内容 世代継承性行動　言動 自己主張性 表情 互恵性行動 雰囲気 同世代交流行動　その他	解釈・分析
15：50	おやつ	■ 小学生 J, K ちゃんがどら焼きを頬張る姿を見て、A さん「お夕飯食べられなくなっちゃうんじゃないかと思って」	大きなどら焼きを食べる姿をみて、夕飯の食事への影響を心配している
		■ B さん「(身長が) 高いわねえ」、C さん「じゃあ、お母さんをすぐ追い越しちゃうわね」	身長がさらに伸びたことに驚き、あえて口にしている
		■ 小学生 J, K ちゃんがじゃれあい、テーブルが動く。D さんがテーブルを手でトントンと叩き、小学生たちが気づくように合図を送る。子ども J, K ちゃんはなんとなく気付くがやや怪訝そうな表情をし、テーブルを直そうとしない。結局、D さんが動いたテーブルを直す。	小学生に対して、普段はあまり関心を示さない Y さん。テーブルが動き、不快に思った様子。小学生に注意を促すが受け入れてもらえない。
		■ 小学生 H ちゃんがピアノを弾き始める。それに反応し E さん「かわいいわね」「女の子はいいわね」と表情柔らかくなる。教員が家族の話をしてみる、E さん「息子はぜんぜんだめ」「もっと優しくしておけばよかったけど、後の祭りよ」「小学生は反抗するんですよね」と、身振り手振りで表現よく、多弁に息子の子育てについて繰り返し話す	息子の子育ての話題になると、反応がよく、声の張りと身振り手振りも活発になる
		■ E さんの子育ての話を隣でうなずきながら聞いている A さん。感心したように聞いている	高齢者間において互いの経験を聞こうとする姿勢がある
	百人一首 子が読み手	■ L ちゃんがたどたどしく読むと、E さん「何？なんていったの？」と手を上げると、L ちゃん「これ」と札を渡す。E さん「～ね？～よ」と小学生に L ちゃんの句を教える。	上の句と下の句がわからない小学生に、自分の知っていることを教えている様子ある。
		■ 札が見つからないと、E さん「何だって？わからないよ」と大きな声で L ちゃんにたずねる。これだよというように L ちゃんが E さんに札を渡す。	聞き取れないことを大きな声で L ちゃんにたずねるが、答えてくれる小学生がいる
		■ 遅れておやつを食べ始める小学生。どら焼きのあけ方がわからなく悩んでいると、C さん「あけ方、下にあるから。自分が悩んだからね」と教える。	自分が悩んだことは小学生にも教える
		■ 小学生「これでしょ？」F さんが取った札をさりげなく F さんの札の中に入れ込む	C さんが断トツに札を取っていると、積極的に取れていない F や Y に有利なようにさりげなく気遣いをしている姿がある
		■ S さんがお手つきしたものを C さんの自分の方に札を向けて置き直すと、小学生は最初にあった場所（Y さんに有利な場所）にさりげなく戻す	
		■ 同時に札を子と E さんがタッチすると、E さん「はい、あげるよ」と札を子に譲る	E さんはぶっきらぼうだが、粋な子への配慮をする

運営に関する debriefing で挙がったこと。この回の総合的な評価、コメント等

高齢者と小学生はおやつや百人一首を通りして互いに存在を認め合い、また高齢者は小学生をきっかけに過去を振り返っている。

また、世代間交流を観察した後で、客観的に分析する時には、分析の視点として SPEAKING[25] を活用することができます。

SPEAKING による観察の着眼点

項　目	着眼するところ
Setting（状況）	いつどこでその出来事が行われたか、参加者の心理状況など
Participants（参加者）	その場面に関係した人物
Ends（目的）	その場での参加者の目的
Acts（行為）	やりとりがどのような順番で行われたか
Key（調子）	その場の雰囲気や被観察者の表情、相互作用
Instrumentality（手段）	言葉遣いや態度などの表現方法
Norms（規範）	その場で求められる理想的な行動と現実の行動の比較
Genre（形態）	その場の状況が被観察者の言動に与える変化

SPEAKING を用いた、世代間交流プログラムの観察例

Setting（状況）	おやつ後の後半のアクティビティ最中、小学生の集まるホワイトボードの裏で
Participants（参加者）	小学生 a、b、c、d、e、f ちゃん、高齢者 A さん、研究者、教員
Ends（目的）	「どういう経緯だったか忘れちゃったわよ。」
Acts（行為）	・A さんが近づいた。 ・近づいた A さんに対して小学生が話しかけた。 ・A さんは a ちゃんの肩に手を置き、「恥ずかしがらなくてもいいじゃない。世の中男と女しかいないんだから」と言った。
Key（調子）	小学生 b〜f ちゃんは a ちゃんをからかっていた。 a ちゃんは高い声で、ほとんど叫ぶような感じで「違う」と訴えていた。
Instrumentality（手段）	A さんは小学生を注意するのではなく受容的な態度だった。 小学生 a〜f ちゃんは高齢者に対して丁寧語を使う姿も見られるが、この場で対等な言葉遣いを用いていた。
Norms（規範）	小学生 a〜f ちゃんは同世代でホワイトボードの裏に集まり、アクティビティに参加していなかった。A さんは先日外出先で転倒し、「座っているとお尻が痛いから」「細かいことは嫌い」とアクティビティに参加していなかった。
Genre（形態）	ホワイトボードの裏という小学生にとっての特別な空間に A さんが一人で参加している。

１４．世代間交流の支援を行いたいのですが、どのようにしたら良いでしょうか？

ボランティアとして、積極的に支援に参加してください。ボランティアとして参加できる人数は、プログラムの参加者数、会場の広さ、プログラムの内容などによって決まります。一度は支援を希望するプログラムの見学を行って、実際のプログラムの内容や、自分に支援できる内容とプログラムが合致しているか、体力的な心配はないかなどを確認すると良いでしょう。

それぞれの方のこれまでの経験や得意分野を生かしてプログラムの支援に参加することで、ボランティアする人も生きがいを持つことができ、支えられるものです。また、地域の中での世代間交流の支援を担う人材であることで、ご自身の特技をプログラムのなかで生かすこともできます。ボランティアとなる方も積極的にアイデアを出し合い、目的をもって共にプログラムを作る活動にすることが大切です。

芸術教育研究所所長・東京おもちゃ美術館館長の多田千尋さんは「支援者やボランティアが遊びの演出家の感覚を持つだけで、クラフト活動は大きく変わる」と述べています[26)]。世代間交流活動を支えることにより、実は支えられているのです。

世代間交流を支援するボランティア　Ｓさんの体験談

世代間交流をしている和みの会の活動は毎回工夫がこらされていて、参加者の方はもちろんですが、私自身も楽しくボランティアとして参加しています。

私には 97 歳になる母がおりますが、会で参加者とかかわることで母との接し方や余暇の過ごし方を考えるうえで大変勉強になります。私の健康が続く限り、今後もボランティアとして参加させていただきたいと思います。

１５．これまでにボランティアの経験はないのですが、世代間交流に興味があります

過去のボランティア経験は必ずしも、世代間交流支援に影響を与えるものではありません。初めてのボランティア活動であっても、全体の様子を把握しながら、ご自分の良いところをどこで生かすことができるのかを考えて、参加すると良いでしょう。また、子どもからいろいろなことを質問されることもあると思いますので、子どもとの会話から入っても良いでしょう。

プログラムの開始前後のスタッフミーティングはプログラムの進行の確認などを行う大切な時間です。不安な点や気づいたことを伝え、その日のスタッフメンバーと意思疎通を図りながらプログラムの運営を支援すると良いでしょう。

「聖路加和みの会」のスタッフ・ボランティアミーティング

～開始前～

開始前に約 20 分間のスタッフミーティングを行っています。ミーティングでは参加者名簿を配り、当日のプログラムの時間と進行の計画、参加者個別の配慮、前回からの引き継ぎ事項の確認などを行います。

認知症や認知機能の低下した高齢者が参加する場合、お菓子は袋から出してお配りすること、トイレ誘導などを確認します。水分制限のある方には、お茶の量を半分にする、アレルギーや食事制限のある子供や高齢者には、それを守ること、見守りの担当者と見守る内容を確認することなどに時間を使っています。

～終了後～

終了後には当日のプログラムの振り返りを行います。より良い会が運営できるよう、ボランティアの皆さんからも積極的にご意見を頂いています。

世代間交流を支援するボランティア　Ｔさんの体験談

ボランティアをするには年齢的に無理かなと思っていましたが、日野原先生の講演会で「65 歳を過ぎたら、毎年新しいことをはじめなさい」とお聞きし、ボランティアとして参加することを決めました。

和みの会に参加して、高齢者と子ども達はお互いの考えや行動が異なるものだと理解し、その違いを取り持ちながら参加している様子を感じることができました。高齢者と子ども達との交流はとても有意義なことだと思っています。

活動はどれも楽しそうにみなさん参加されていますが、なかでも小物づくりやおやつ作りは楽しそうでした。個人的には、手作りのかるたは工夫して作成されていて、出来栄えが素晴らしく感動しました。

１６．ボランティアのコーディネートはどのようにしたらよいですか？

ボランティアをコーディネートする上で留意しなければならないことは、協力可能な日程や時間であり、世代間交流支援に向いているかの確認や、ボランティアの方自身も楽しんで参加しているかを把握することです。世代間交流を支援し、参加者同士の活発な交流を促すためには、運営に関わるスタッフはもちろん、ボランティアの方々も楽しめる内容であるのかを確認することが大切です。楽しいプログラムであれば自ずと笑顔もこぼれ、参加者との会話も弾み、心地よい空間が生まれます。

ボランティアのコーディネートを行うにあたっては、次のようなことに留意します。

1）ボランティア個人の得意、不得意なことを把握する

ボランティア個人の得意とすること、不得意なこと、好みの活動、特技を把握するよう心がけましょう。例えば、歌を歌うことが好きで得意なボランティアの方がいる場合、歌のアクティビティを任せ、ファシリテーションしてもらうとよいでしょう。また、手先が器用で手芸が得意なボランティアの方には、高齢者や子どもが簡単に作成できるクラフトの講師をしてもらうとよいでしょう。

2）ボランティアのライフスタイルになるべく合わせる

ボランティアのシフトを決めるにあたり、ボランティアの方の日程や希望を優先しましょう。ボランティアの方々のライフスタイルを尊重することで、気持ち良く参加することにつながります。自ら楽しむことが前提ですので、日程や時間は無理強いをしないようにしましょう。

3）ボランティア同士の相性を気遣う

ボランティアの方同士でもコンフリクトは生じることがあります。人は誰でも相性がありますので、やむを得ないことかもしれません。ボランティアする人が自ら楽しみ、自身の得意なことを発揮できるようにするためには、ボランティアの方々の関係性についても気を遣いましょう。

１７．ボランティアに求められている世代間交流への支援は何ですか？

地域で行われる世代間交流は、上下関係や年齢による差をつくらないことが大切です。ボランティアの方々も、同じ地域に暮らす一人の人です。利用者である子ども、高齢者などをあたたかく迎え、共にプログラムに参加し、お茶やおやつの準備、物品の準備や片づけ、参加者の制作のお手伝いなど、できることを自信をもって行いましょう。

子どもにも、高齢者にも、スタッフにも自然な挨拶をして、会話のきっかけとなるような季節の話題や日常の話しなど、自然な話題から入りましょう。時には得意分野でファシリテーションしてみるとよいでしょう。

日常的な会話が参加者の方々にとって和むきっかけとなり、会の雰囲気づくりにつながっていきます。

聖路加和みの会で活動されているボランティアさんの様子

世代間交流を支援するボランティア　Ｔさんの体験談

和みの会に参加させていただき、ボランティアとしてご高齢の方々にお会いできるのが毎回楽しみです。プログラムにあります手芸、工芸、書道、音楽、その他・・・・・どれにおきましても皆様それぞれに素晴らしい完成度であり、毎回「すごいわ～」と感動しています。

和みの会に参加されている皆様の丁寧なお話しの仕方や言葉使いに自分自身を省み、皆様のように知的で、なんでもできるスーパー高齢者になれますよう今のうちからもっともっと勉強しなくてはならないと思っております。これからも皆様と共に、楽しく貴重な『今』という時間を大切に過ごしていきたいと思います。

１８．ボランティアとして世代間交流プログラムの参加者に接するときの留意点は何ですか？

ボランティアとして世代間交流プログラムに参加するときに留意することは、まずはプログラムの趣旨とボランティアの役割を十分に理解することです。

ボランティアの方は、プログラムの運営の一部を担う役割を持ちます。例えば、高齢者と子どもとの会話、プログラムとおやつの準備、制作の際の手伝い、野外プログラム時の高齢者の事故予防のための付き添い、低学年の子どもの見送りなどです。高齢者と子どもの交流やコミュニケーションの橋渡しをする役割も大きいため、スタッフと協力して積極的に、またご自身も楽しみながら参加するようにしましょう。

そのためには、世代間交流プログラムの参加者である高齢者や子どもの個別の特徴を理解しましょう。まずは名前を覚え、名字や名前で呼びかけましょう。参加者により個別に配慮する点は異なりますので、当日のスタッフとの打ち合わせで高齢者の健康状態や注意事項を把握しましょう。例えば、おやつや水分摂取に注意が必要な場合、難聴のある方への声かけ、プログラム中に気がそれがちな認知症をもつ高齢者の見守り、トイレの付き添いなどを確認しましょう。

子どもがプログラムへの参加に消極的な場合など様子が気になるときは声をかけて理由を聞き、また、社会的な行動やマナーとして注意が必要な行動に対しては言葉で説明してみましょう。よくできたことや、がんばったことなどは褒めましょう。

プログラム終了後には、よかった点、困った点など自分の率直な気持ちや建設的意見をスタッフに伝えるようにしてください。このことによってボランティアの方とスタッフとの連携がさらに良くなり、プログラムの質の向上につながります。

１９．町を歩いていたら参加者の子どもさんに声をかけられました。どのように対応したらよいでしょうか？

もし町で参加者の子どもから声をかけられたら、子どもの名前を呼んで積極的に話しかけてください。今どこに行こうとしているのか、何をして遊んでいるのか、きょうだいの話などをして、子どもに興味をもって接しましょう。

このような体験から子どもは、自分自身に興味をもって接してくれることを感じとり、嬉しさや安心感、自己の存在意義を感じとります。また子どもが大人に声をかけてくれたことを褒め、「ありがとう」と大人からの嬉しさを子どもに伝えることによって、役割意識を持つようになります。

このような関係ができるようになると、プログラム中に限らず、日常の中で子どもは高齢者や大人に親しみや関心を持つようになり、積極的に声をかけ合うなど、地域の中でも交流が進んでいきます。

聖路加和みの会に参加する子どもと高齢者の交流の様子

２０．男の子と女の子では高齢者との交流の仕方に違いがありますか？

年齢や個人によって異なりますが、男の子と女の子では遊び方や高齢者との交流の仕方にしばしば違いがみられています。

学童期の放課後の過ごし方では、一般に男の子は屋外で遊ぶことや、テレビゲームなどが多く、女の子は家族・友人との会話や、家事の手伝い、音楽・テレビ鑑賞などが多いと言われています[27]。また、男の子は人と交流するよりも自身が好きな遊びに熱中する傾向があるのに対し、女の子はお菓子を食べながら話し、遊ぶなど、人と交流すること自体が遊びの一部になっている特徴があります。

そのため一般に女の子のほうが遊びの中で他者との交流が生じやすく、世代間交流プログラムにおいても、女の子のほうが高齢者との交流が生じやすい傾向にあります。

子どもが楽しみながら世代間交流プログラムに参加できるようにするためには、高齢者の好みだけでなく、子どもの好みや特徴を踏まえたプログラムを検討することが必要です。

具体的には、男の子の場合はけん玉、メンコなど体を使い熱中できる内容、女の子の場合はお菓子作りなど話しながら作業できる内容がよいでしょう。

加えて特に男の子の場合には、子どもが行っている遊びや発言を高齢者が見たり聞いたりできるよう、会話を仲介したり、環境を整えるなどの配慮を行うことで、高齢者との交流がさらに促進できるようになります。

２１．聖路加和みの会とはどのような会ですか？

聖路加和みの会は、都市部の地域に在住する小学生と高齢者の世代間交流を図ることを目的として、看護大学を拠点とした People-Centered Care モデルによる多世代交流・知恵の伝承による地域づくりをめざして 2007 年 4 月に発足した多世代交流型デイプログラムです。聖路加国際大学老年看護学研究室が主催しています。

聖路加和みの会では、中央区在住の小学生と高齢者が共に集い、高齢者のもつ知恵や地元築地の文化を子ども世代に伝え、毎週様々なアクティビティを通して交流し、高齢者も子どもも対等な「人」として相互に和むことを大切にしています。また、聖路加和みの会は、看護学生や大学院生、認定看護師教育課程などの教育の場にもなっています。

2007 年 4 月 12 日に行われた聖路加和みの会発会式の様子

＜キルトタペストリー＞

世代間交流を支援するボランティアＮさんのボランティア体験談

和みの会のボランティアとして三年間活動をして、年齢の近い高齢者の参加者と接することで、健康のことや高齢の方の心理面を理解することができました。

また、趣味や仕事をもつ大切さ、お話をしながらの手作業や活動をする良さを知ることができました。小学生だけでなく、幅広い年代の方（10 代から 60 代までの介護、医業に関心のある個人やグループ）がかかわることができるともっと世代間交流が進むのではないかと感じました。

２２．聖路加和みの会の活動内容について教えてください

聖路加和みの会は、高齢者が持つ豊かな知恵と経験、築地界隈の文化などを子ども世代へ伝承し、子どもと大人がともに活動を行いながら交流できる和やかな会です。大学の老年看護学研究室が主催する全国でもあまり例のない世代間交流プログラムです。参加者の皆さんにご希望を尋ね、参加者が主体となるプログラムの構成をめざし、地域のボランティアさんと共に運営しています。

聖路加和みの会でのおやつの様子

小学生・中学生

・高齢者と接してみたい/接することが好きな小学生・中学生

・高齢者と一緒にやってみたいことや、希望を言える積極的な小学生・中学生

・ピアノ、楽器、折り紙、こままわし、メンコなど、自分の持ち味を生かしながら高齢者と一緒に活動できる小学生・中学生

大人の方・高齢者

・独居など他者との交流が少ない方

・世代間交流に興味のある方

・軽度の認知症をもつ高齢者、介護者

・プログラムの間、座っていられる方

・会場まで各自来所可能な方

会の進行

14:00	受付／高齢者の血圧測定/体調チェック
14:30	
↓	プログラム前半
15:45	おやつ休憩
↓	小・中学生は下校後参加
↓	プログラム後半
17:00	散会

世代間交流を支援するボランティアＫさんの体験談

高齢になると外出の機会が少なくなるので、参加者のみなさんが昔話や懐かしい話をしながら習字や手作業を行える和みの会は大変良いと思います。会の運営は大変だと思いますが、長く続けてほしいと思います。

世代間交流を支援する大学院生Ｆさんの体験談

「和みの会」にボランティアで参加する中で、地域のみなさんと私自身が交流させてもらえて和むことができる空間がそこにはあると思わせてもらっています。
また、会をファシリテートした際には、参加者のポテンシャルの高さや創作性の豊かさに感心することが多く、子どももその中で学び、自身の創造性をより豊かにし、自然発生する相互交流の中に居られることが心地よく感じられます。
大学と地域が一体となりそれぞれの人が主役となれる場の創造に少しでも関われていることがとても有意義なことであると実感しています。

２３．世代間交流活動のために準備すること、留意することは何ですか？

ここでは、世代間交流で取り入ることができるアクティビティの例をあげ、具体的な準備や実施についてご紹介していきます。

世代間交流書道

活動内容

漢詩など文字に込められた意味を講師の先生よりお話しいただいて、書にまつわるエピソードや歴史について理解をするところから始めています。参加者が文字や書について話をお互いにしていき、話題を共有していくので、一つの作品を仕上げるという一体感が高まります。

お手本に習う、あるいは好きな文字を選び、半紙に筆を用いて書いていきます。書道は精神統一ができると同時に、ストレス発散にも役立ちます。

また、書いた作品をシルクスクリーンでＴシャツに転写したこともあります。

高齢者が書いた文字、子どもが作成する文字を組み合わせ、一つの作品を仕上げることもあります。高齢者と子ども一人一人の書道の作品を通じた交流ができます。

<高齢者と子どもの合同作>

<Ｔシャツに転写する様子>

できあがった作品は、作品展で展示されたことがありました。参加者と作品を鑑賞しに作品展へ散策に出かけることができ、地域とのつながりづくりにもなります。

準備する物品

書道半紙、筆（太筆、細筆）、硯、墨汁、文鎮、下敷き、新聞紙

手順

事前準備

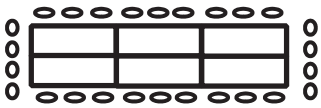
1）講師の先生と作品内容や準備する物品について打ち合わせをします。

実施

1）講師の先生より、書にまつわるエピソードなど対話式のお話しをしていただきます。
2）書く文字を決め、練習を行った後に清書します。
3）作品が出来上がったら、参加者全員で鑑賞し、作品の意味や出来上がりを皆でほめあいます。

席のセッティング

講師の先生が順次指導しやすいよう一つの島にします。



留意点

・子ども・高齢者の集中時間や疲労の程度に配慮をし、1時間～1時間半のプログラムにしましょう。
・堅苦しくならないよう、雰囲気作りに心がけましょう。

世代間交流ゲーム

活動内容	ゲームを通じ子どもも高齢者も生き生きとし、元気になります。子どもと高齢者で対抗戦をすることもできますし、同じチームメイトとして楽しむこともできます。楽しく交流することが目的ですが、勝負には負けられないと、みんなが白熱することも多いといえます。 ＜じゃんけん列車＞ じゃんけんで負けた人が後ろにつながっていきます ＜風船リレー＞ 異世代が交互に座り、ぶどう状にした風船を後ろの人にリレーします ＜風船運び＞ 大きな風船を体に密着させながら運び、次の人にリレーします ＜屋外でボール入れゲーム＞ ボールをカゴに投げ入れるゲームです。2 回目、3 回目と目標を上げていくと楽しいです ＜フライング・チキン＞ 大きな布の上にチキンの人形を乗せ、息を合わせて高くとばします
準備する物品	ゲーム（風船バレー、ボーリング、風船リレー、ボール投げ、フライング・チキンなど）に必要な物品、ルールや得点を書けるもの（紙、ホワイトボードなど）
手順	**事前準備** 1）ゲームの内容により、どのようなチーム編成がよいか組み合わせを考えます。 **実施** 1）ゲームのルール説明をします。 2）ゲームに必要な物を皆で準備します。 3）チームに分かれてゲームを行います。 4）みんなで片づけをします。
席の セッティング	ゲーム内容に合わせて、机や椅子を設営します。広い空間を使ってゲームをするときは、机や椅子に衝突しないよう安全な場所に片付けます。
留意点	・ゲームに夢中になり転倒や怪我がないように、周囲の環境整備をします。 ・耳の遠い方もいるので、声の大きさに配慮しましょう。 ・子どもと高齢者は動きのペースが違うので、転倒予防のためにスタッフが近くにつきましょう。

手 芸 ・ キ ル ト

活動内容

手芸やお裁縫が得意な高齢者が、子どもにやさしく教えている様子を見受けます。子どもたちは慣れない手つきながらも、高齢者に丁寧に教えてもらい作品を仕上げます。

＜出来上がったポーチをさげて記念撮影＞

一人一人の作品を作る場合や、皆で協力して大きなテーブルクロスを作るなど、共同制作を行うこともできます。作品ができたあとは、みんなで作品を鑑賞して、お互い協力したことを称えあいます。

作った作品は、使用するようにします。

＜テーブルクロスとコースター＞

＜手さげ＞

＜ぬいぐるみ＞

準備する物品

糸、針（縫い針、待ち針）、はさみ、型紙(作品によってはキット)、布

手順

事前準備

1）作品や準備する物品について打ち合わせをします。

実施

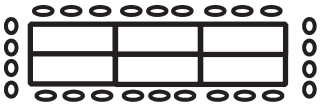
1）制作手順や制作過程での留意点などを説明します。

2）作品を作っていきます。途中で休憩を入れ、肩や首を動かしましょう。

3）作品が出来上がったら、参加者全員で鑑賞し、作品の出来上がりを皆で話しあいます。

席のセッティング

一つの島にして、皆でワイワイ話しながら進めましょう。



留意点

・はさみや針を使用しますので、予め数を数えておきます。

・参加者の手先の巧緻性、作業能力に合わせて作品を作れるように配慮をして、支援しましょう。

・終了時にはさみ、針の数があっているか確認します。

編　み　物

活動内容

編み物は、女子教育として学校で習う機会のあった女性高齢者にとって、教養として身に着いたなじみのある活動です。

編み物は単純で世界共通の技術で、さまざまな作品への発想が膨らみます。女性だけでなく、男性も、大人も子どもも自由に作品を作り楽しむことができます。

高齢で手指に力が入らない、病気で手指を自由に動かせない、手指の変形があるなどから、編み物を諦めてしまうことがありますが、かぎ針にホルダーとゴムバンドを付けることを発案した講師を招き、ニットマフラー、クリスマスツリー作りなどを行うことが出来ます。作品を作る過程では、高齢者が子どもに生き生きと教えたり、出来上がった作品を通して会話が弾んだり、和やかな交流がみられるようにしましょう。

準備する物品

かぎ針、毛糸、およびマフラー型ネット／画用紙で作った円錐、デコレーション類

手順

ニットマフラー

1）様々な色や太さの毛糸から好みのものを選びます。

2）配色を考えながら毛糸をネットに通していきます。

クリスマスツリー

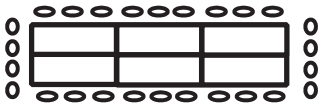
1）並太の毛糸をピコット(房)のある鎖編みで長く編んでいきます。

2）画用紙で作ったツリー土台に編んだ毛糸を巻き、貼り付けます。

3）星や玉など好みの飾りを付け、立体的なツリーとして仕上げます。

席のセッティング

編み方の説明や細かい作業の援助が行えるよう、作業用机を一つか二つの島にします。
ボランティアの方が細かい作業を手伝うようにします。



留意点

・はさみを使う場合、参加者に応じて援助します。
・参加者の手先の巧緻性、作業能力に合わせたパターンをいくつか用意し、参加者に合わせて選択しましょう。

音　　楽

活動内容

音楽や歌は、世代を超えて楽しめます。

2009 年 11 月に北欧スウェーデンの有名な音楽療法士であるステン・ブンネ氏が聖路加和みの会にお越しになりました。気さくでユーモアたっぷりなブンネ氏はとっても親しみを感じる方でした。

ブンネ氏が開発した「ブンネ式楽器」を実際に使用して、子どもも高齢者も簡単にコードを演奏することができ、歌い、音楽を楽しむことができました。声を出して歌うことは、身体的・精神的な刺激になり、気持ちが明るくなるという特徴があります。

準備する物品

＜ブンネ式楽器いろいろ＞

出典：ブンネ・ジャパン Bunne Japan Official Page　http://www.bunnemusic.jp/

① スイングバーギター

初めての人でも簡単に楽しめる、4 弦のギター。開放弦は D を基調とし、いろいろな人の歌声に合わせやすくなっています。

② ミニベース

１弦のミニベース。各音は色分けされていて、指で一本の弦を弾くだけのシンプルな構造になっています。

③ チャイムバー[固定版付]

広い音板で叩きやすくなっています。軽量なので手に持って演奏でき、必要に応じて音板の角度を変えることができます。

④ 単音フルート

パイプオルガンをヒントに作られました。温かく優しい音色で、各音を一人ひとりが担当し、みんなで演奏するのに適しています。

手順

初めて楽器を手にしたという高齢者もひとつの音階だけを演奏するという役割を持ちました。

何人かいっしょに音を出して演奏することで一体感や、達成感を持てます。曲に合わせて全員で歌いました。

最後はブンネ氏のギターに合わせ、「バラが咲いた」を大合唱しました。

＜和みの会で音楽のセッションをするブンネ氏＞

席のセッティング

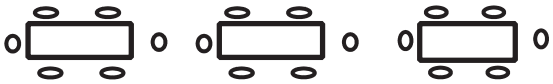
参加者の顔が見えるように孤の字型に椅子を配置します。

お互いが息を合わせて音を奏で、高齢者と子どもが一体となり演奏できます。

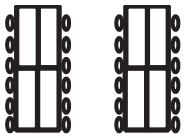
留意点

・同じ音階を高齢者と子どもがペアとなって演奏するようにしましょう。

アロマハンドケア

活動内容	アロマオイルを用いたハンドケアは、心も体もリラックスできます。 風邪の予防やリラックス効果のあるいくつかの精油を用意しておきます。参加者は、アロマオイルの香りを嗅いでオイルを選びます。そのオイルを使用して、ハンドケアを行います。 <アロマハンドケアの様子>
準備する物品	アロマオイル、ちり紙、ウエットティッシュ、ごみ袋、必要時 CD ラジカセ
手順	**事前準備** 1）オイルや必要物品を用意します。 **実施** 1）高齢者と子ども、ボランティアさんなど世代が違う方同士がペアになるように組み合わせを考えます。 2）選んだオイルの香りを確認してもらいます。 3）指先・掌・上腕などアロマハンドケアを行います。 4）オイル塗布後、余分なオイルはちり紙でふき取ります。
席の セッティング	初めは香りの容器を回せるような一つの島をつくります。 その後、分かれ、ペアで向き合う形に椅子をずらして座ります。 
留意点	・皮膚のアレルギーや、皮膚炎などの皮膚トラブルを確認し、中止するか決めましょう。 ・触れ方や強さをご本人に確認しながら行います。 ・リラクゼーションを促す音楽を流し、ゆったりとした雰囲気づくりをします。 ・指輪やブレスレットなど外せるものは外して行いましょう。

おやつ作り

活動内容	高齢者と子ども、ボランティアなど皆で一緒におやつを作ります。 フルーツポンチ、フルーツあんみつ、たこやきボールケーキ、どらやき、クレープ、白玉あんみつなど調理スペースや道具に応じてメニューを考えましょう。
準備する物品	プログラム内で使用できる調理器具（まな板、ボール、お玉など、ホットプレート、電子レンジ）、レシピ
手順	**事前準備** 1）保健所への届出：メニューと日程が決定したら、必要とされる場合、保健所に調理内容の届出をします。 2）材料の購入と保存：冷蔵保存が必要な材料は購入後に冷蔵しておきます。 3）作り方の手順書作成:子どもと高齢者が交流できるように、作り方の手順書を作成します。全員が作り方を理解して参加できるようにします。 **当日の準備** 1）子どもと高齢者が一緒におやつ作りできるよう、使用する材料、手順、食器を確認します。 2）材料の下ごしらえ:必要な下ごしらえを行います。 **実施** 1）レシピを用いて、調理の手順や役割を説明します。 2）参加者みんなで調理をします。 3）ゆっくりと皆でいただきます。 4）片付けを行います。 <たこ焼きボールケーキ作り>
席の セッティング	調理しやすいように、小さめの島をいくつか作ります。 食べるときは、みんなで顔を合わせられるようにします。 
留意点	・調理中や盛り付け、片付けの時に、子どもたちに声をかけたり、褒めたり、「ありがとう」の感謝を表現するようにしましょう。子どもは自尊心や達成感を抱きやすくなります。 ・あらかじめ保健所への届け出が必要か、各自治体に確認しましょう。 ・調理する前には、手洗いを励行し、直接食品を触る場合には、ビニール手袋を使用するように説明します。 ・下痢など体調が悪い場合には、調理には参加せず、見学をするように注意を促しましょう。 ・ホットプレートなどの調理器具の電気コードに足が掛り転倒しないよう、床にガムテープなどで固定しましょう。 ・包丁、串、缶切りなど認知症をもつ高齢者や、子どものケガの予防に注意しましょう。 <フルーツあんみつ作り

食品衛生法に基づく保健所への届出

食品衛生法第 589 号によって、行事における臨時営業等の問扱要綱に従い、「臨時出店者の出店行事および取扱食品について（添付資料）」で、行事主催者は、あらかじめ保健所に取扱食品や施設の基準について指導を受けるとともに、様式に従い「行事開催届」および「臨時出店届」を提出することされています。
届出の内容：①主催者・責任者名、②利用者の費用負担額、③開催日時と場所、④利用予定人数、⑤その他（主催する会の内容）⑥おやつメニューと調理方法 ⑦食品衛生上の注意事項

回　想　法

活動内容

回想法は、1963 年にロバート・バトラー（精神科医）によって創始された心理療法です。人生の歴史や思い出など生きてきた軌跡の中でも明るく輝いていた時代のことを話題にします。

肯定的な回想は、「私は何者か、今まで私はどういうふうに生きたのか」など参加者自身の人生の再評価を促進します。そして高齢者に自分自身を受け入れ、穏やかな気持ちになるようにすることができます。

また、回想を行うと対人関係が進展したり、生活が活性化され、社会的習慣を取り戻し新しい役割を担う効果も期待できます。社会的交流が促進され、世代間交流を自然に進展させる効果もあるともいわれています。

参加者の好みや趣味などを考慮し、回想を促すテーマと内容を決めます。

昔住んでいた家、遊び、学校生活、習い事、旅、交友関係、結婚、子育てなど、テーマを設定します。そして、テーマに沿って回想を引き出す刺激物を用意します。写真や本、新聞などの出版物、昔用いられていたおもちゃや生活用品、花や食べ物など何でも良いでしょう。

リーダーとコ・リーダーは、テーマに沿った会話が進み、メンバー間の交流が図れるように会の運営をしていきます。

＜一枚の写真を見て語り合う参加者＞

準備する物品

回想法に使用するテーマに沿った写真
懐かしい駄菓子
昔のおもちゃなどの刺激物
CD ラジカセ

手順

事前準備

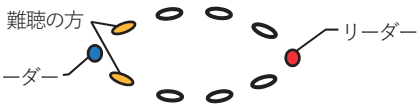
1）テーマを設定し、質問する発話を考えます。
2）参加者へ子どもの頃の写真や懐かしいものなどを持参するように依頼します。
3）昔懐かしい駄菓子（お面、ラムネ、お手玉、あめなど）、おもちゃなどの回想を促す物品（刺激物）を準備します。
4）スタッフの中からリーダー、コ・リーダーを決め、参加者の座席を決めます。

実施

1）心地よい音楽を流します。
2）用意した刺激物を元に参加者同士やスタッフ、ボランティアときっかけを話します。
3）リーダーが参加者を促し、展開していきます。
4）さらに懐かしい駄菓子を出したり、それぞれについて思い出の話を聞いていきます。
5）子どもに現在の学校生活を話してもらい、高齢者の小学生時代のことを話し、子どもと高齢者に共通の話題を示してみます。

席のセッティング

リーダーとコ・リーダーは対角になるように座ります。
参加者の顔が見えるように丸く座ります。



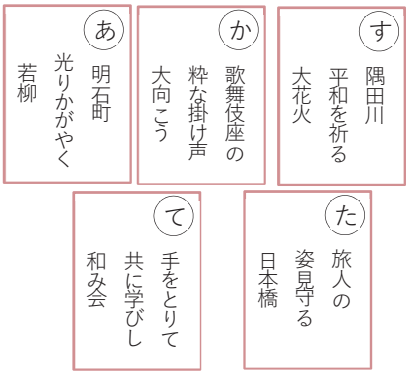
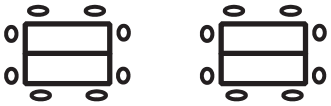
留意点

・耳が聞こえにくい人や声の小さな人が話しやすいように、仲の良い人やスタッフを周囲に置くなど座席の配慮を行います。
・認知症をもつ方などでは、回想した時代と現在を混乱することがあるため、回想法の終盤には、「今」の時点に時間を戻すことも必要です。

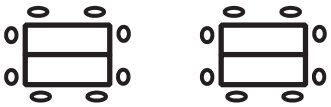
ライフレビュー

活動内容	高齢者が「昔は…だった」と、昔の体験や気持ちを何度も繰り返して話す場面に出会うことがあるでしょう。 ライフレビューは、過去の思い出や記憶を系統的に引き出し、整理し、意味づけていく中で自己を統合することです。 故郷、両親やきょうだい、頑張った自分、嬉しかった・辛かった体験などが、そばに共感して肯定してくれる聴き手がいることで促され、時間を追って振り返り、今の自分、かけがえのない人生に折り合いをつけていく過程です。この点は、一時的な楽しみを提供する回想と異なるところです。 高齢者対ファシリテーターで、4～5回継続して行います。毎回テーマを決め、その頃の古い写真を眺めながら自由に語ります。 ライフレビューは、損なわれにくい長期記憶、また、手続き記憶に働きかけることで、中等度の認知症をもつ高齢者であっても容易に昔を思い出して生き生きと語ることができ、看護やリハビリテーションの場で広く普及しています。 話し終わると、「思い出すことは楽しい」「話せてよかった」などと肯定的な感想をもたらします。 また、ご本人が選んだ写真を、話した言葉とともに冊子にすると、いつでも手にして見ることができ、ご家族と一緒に楽しみながら故郷やいろいろな習慣・伝統をお孫さん世代に伝える上で役立ちます。 ＜故郷のイメージ＞ ＜昔の写真を見て語る高齢者＞
準備する物品	ライフレビューに使用するテーマに沿った写真、お茶、お茶菓子
手順	**事前準備** 1）テーマを設定し、参加者へ写真を持参するように依頼します。 テーマの例：子どものころ・学校（青春）時代・成人期・中年期以降など **実施** 1）参加する高齢者が話しやすいように室内の環境を整えます。 2）持参した写真を一緒に眺めながら、自由な語りを引き出します。何歳ごろか、誰と一緒か、何をしているところかを尋ねます。語りの内容はメモに残します。 3）終了時には次回のテーマを参加者に伝え、その頃の写真を持参するように依頼します。 **全ライフレビューの終了後** 1）ライフレビューで使用した写真をスキャナーでとり込み、話された言葉を残して冊子にまとめます。
席のセッティング	写真を眺めながら話ができるように、参加者の横に座ります。
留意点	・参加者が語った出来事や思いを否定せず、肯定的に話を聞くようにしましょう。 ・時間は30～60分で、高齢者が疲労しない程度とします。

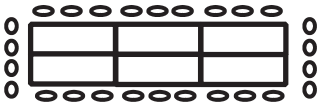
地域のかるた作り

活動内容	地元にちなんだオリジナルのかるたを作ってみましょう。 子どものアイデアを多く取り入れ、読み札と取り札を作ります。 ＜みんなで読み札の句を考えています＞ 
準備する物品	画用紙、筆記用具(鉛筆、ペン、色鉛筆など)、はさみ、定規
手順	**準備** 読み札と取り札を作るための固めのボール紙を用意する **実施** 1）読み札の頭文字となる「あ」～「ん」の仮名を挙げます。その仮名から始まる地域にちなんだ俳句調の読み札ができあがるように参加者全員で知恵を出し合います。 2）できあがった句は、ワープロに打ち込み印刷します。 3）ボール紙に句を書き、読み札の完成です。 4）同様に、ボール紙に絵を書き、取り札の完成です。 5）出来上がったかるたを使って、かるた大会をします。
席の セッティング	作成の時は、みんなの顔が見えるように机を囲みます。 かるたとり大会の時は、手が届く範囲に机を配置し、 その周りに椅子を並べます。 
留意点	・かるたを作るときは、高齢者も子ども、双方の希望を出してもらうよう参加者に声をかけ、発言を促すようにしましょう。 ・かるたで遊ぶときは、難聴の高齢者もおられますので、大きく、はっきりとした声で読みましょう。

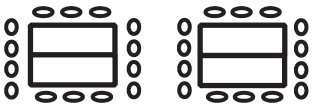
百 人 一 首 作 り

活動内容	「小倉百人一首」は、今から1400年前の飛鳥時代の人物から、800年前の鎌倉時代の人物までが選ばれています。 「小倉百人一首」を選んだのは、藤原定家という鎌倉時代の貴族で、歌を詠むのがとても上手でした。 百人一首は、古典や和歌に親しむだけでなく、集中力が高まり、高齢者にもなじみが深く人気があります。聖路加和みの会では、絵札を色紙のサイズに描いて色鉛筆で塗ったり、ちぎり絵で作ったりして、色彩豊かなオリジナルの絵札を作りました。 高齢者と子どもたちで、百人一首のかるた大会をします。子どもが句を詠んだり、ボランティアが句を詠んだりします。 小学生は学校で百人一首を習うので、「この句は私、大好き」とか、「この札は絶対にとりたい」と、子どもたちも身を乗り出してにぎやかにかるた取りを楽しんでいます。 <絵に色をつけて出来上がった作品> <百人一首大会　みんな真剣です>
準備する物品	画用紙、ちぎり絵用の和紙、折り紙、筆記用具(鉛筆、ペン、色鉛筆など)、はさみ、定規
手順	**事前準備** 1）百人一首の句を色紙に筆で書き、絵札を見ながら、ちぎり絵で絵札を作ります。 **実施** 1）絵札の絵に色を塗ったり、ちぎり絵でカラフルに仕上げます。 2）出来上がった絵札を使って、百人一首大会をします。
席の セッティング	取り札に手が届く範囲に机を配置し、 その周りに椅子を並べます。 
留意点	・百人一首で遊ぶときは、耳の遠い高齢者もいるので、大きな声で読み札を読みましょう。

鏡　開　き

活動内容	鏡開きは、正月に神や仏に供えた鏡餅を下げて食べる日本の年中行事です。 神仏に感謝し、またその供えられたものを頂いて無病息災を祈って汁粉・雑煮などで食すことをいいます。 鏡餅の鏡開きは日本古来の風習を通して、高齢者と子ども達が交流をする良い機会です。 この活動は、地元の高齢者の方のご厚意によるもので、地元ならではの活動ともいえるでしょう。
準備する物品	鏡餅、木槌、調理道具、食器、箸
手順	**実施** 1）鏡開きの意味についてみんなで知っていることを話します。 2）鏡開きを行います。 3）砕いた餅を使って、参加者みんなで調理をします。 4）みんなで会食します。 5）参加者が分担して、片付けをします。
席の セッティング	鏡開きのときは、全員が参加できるようオープンスペースをつくります。 会食のときは、島を作るように机を並べましょう。 
留意点	・餅を食べるときに喉に詰まらせないように、小さめに切ります。 ・会食の前に、高齢者は嚥下体操を行いましょう。

折り紙／切り紙

活動内容	折り紙は、日本伝統の遊びで、紙を折って作品として大人も子どもも楽しめます。 折り紙を二重に組み合わせたり、折り紙と切り紙を組み合わせるなどテーマをもとに自由に作品を作ります。 切り紙は、紙切りともいわれ、紙をはさみで切り、形を作る伝統芸能の一つです。 加齢とともに手先の巧緻性は低下しますので、手先を使う折り紙や切り紙は手先の巧緻性に刺激を与えるだけでなく、手指の筋力を使って活動をすることで、筋萎縮の予防にもつながります。 折り紙や切り紙は、紙があればどこでも手軽にできますので、誰もが楽しめる活動です。 作品を作る過程はもちろん、出来上がった作品を通して、高齢者と子ども達の会話も弾み、世代間の交流ができます。 <完成した切り紙>
準備する物品	千代紙などの折り紙、パターン図、はさみ、カッター、カットマット、鉛筆、のり、台紙、トレーシングペーパー
手順	**折り紙** 1）ひな祭りなど季節の折り紙作品を選びます。 2）折り紙を手順通りに折っていきます。 3）台紙を用いて平面・立体的な作品として仕上げます。 **切り紙** 1）作品集などから好きな図柄、好みの折り紙を選びます。 2）トレーシングペーパーに図柄を写します。 3）折り紙を重ね折りし、鉛筆でカットラインを下書きします。 4）はさみやカッターでカットし、折り目を広げます。 5）適宜、台紙やカードに貼りつけて、作品に仕上げます。
席の セッティング	方法の説明や細かい作業の援助が行えるように、作業用机を一つか二つの島にします。 作業スペースを十分に取れるように個々のスペースに配慮します。 
留意点	・はさみやカッターを使う場合、参加者個々の注意力を考慮して用具を選択しましょう。 ・参加者の手先の巧緻性、作業能力に合わせたパターンをいくつか用意し、参加者に合わせて選択し支援をするようにしましょう。

ち　ぎ　り　絵

活動内容

ちぎり絵とは、ちぎった紙を台紙に貼って表現した作品のことです。手で紙をちぎって台紙に貼っていくのですが、紙のちぎれた部分の質感などが独特な雰囲気を演出するので、味わい深い作品が出来上がります。

大きい作品の場合は、いくつかのグループを作り、一つの作品を分担して作っていきます。

作品は、参加者の幼いころの思い出の場所や出来事など、参加者にまつわるものをテーマにしています。

＜作業しながらの会話も弾みます＞

そのため、グループの高齢者も子どもは作業の方法についてお互いが声を掛け合うだけでなく、作品のテーマに関する話題も会話に加わり、とても楽しそうに作業をしていけるようになります。

＜高齢者と子どもが一緒に協力してちぎり絵を作成します＞

＜完成したちぎり絵＞

準備する物品

千代紙、和紙、のり、新聞紙、パターン図

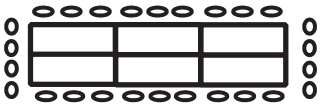
手順

実施

1）どのような作品を完成させるか、参加者のアイデアを出してもらいます。
2）原案（パターン図）を書き、配色を決めます。
3）原案を下書きします。
4）作品の大きさによってグループ分けします。
5）各パートにわかれて、和紙をちぎり、糊付け、台紙に貼る作業を行います。
6）最後に全体を組み合わせて、一つの作品を完成します。

席のセッティング

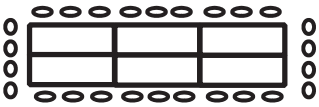
ファシリテーターが順次、方法の説明や細かい作業の援助が行えるように、作業用机を一つか二つの島にします。

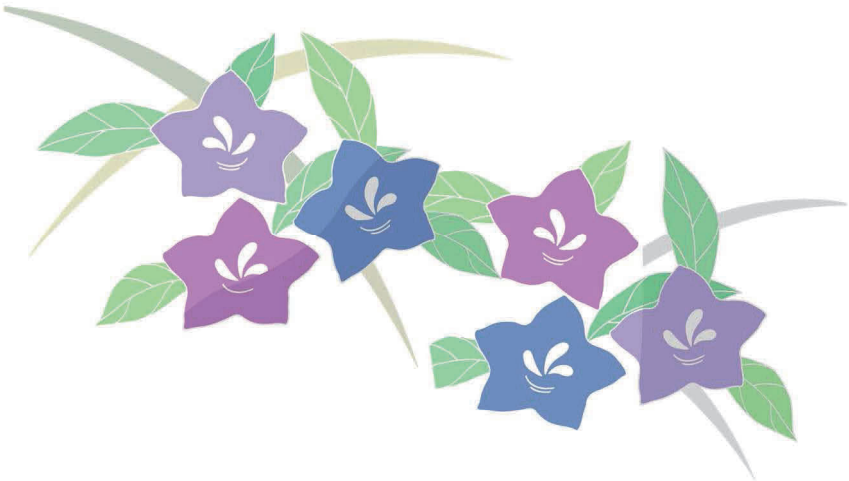


留意点

・大きい作品の場合は 2〜3 人が一つのパートを担当できるように全体をパーツ分けすると作業がしやすくなります。
・なるべく個人作業を避け、子どもと高齢者が一緒に作業できるような環境を作りましょう。
・途中経過の時も、全体を組み合わせてみましょう。適宜、作品を鑑賞すると、全員で一つのものを作成している一体感が高まります。

水 彩 塗 り 絵

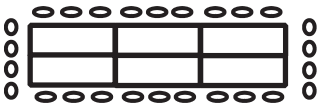
活動内容	塗り絵は世代を問わず誰もが一度は経験したことがあると思います。 指先を使い、何色に塗るかを思いめぐらすため、塗り絵はリハビリや脳への刺激にもなります。 季節の花、風景、動物などの絵パターンを用意し、絵ハガキなどに仕上げます。季節のあいさつを互いに送り合うこともでき、活動の幅も広がります。
準備する物品	塗り絵パターン図（見本・輪郭のみのもの）、水彩絵の具、絵筆（太・細）、パレット用紙皿、水を入れた紙コップ
手順	**事前準備** 1）参加者が身近に感じられるような塗り絵のパターンをいくつか用意します。 **実施** 1）参加者が、好きな絵柄の塗り絵パターンを選択します。 2）水彩絵の具を用いて、各々思い思いに塗り絵を塗っていきます。 3）お互いの作品を鑑賞して、参加者同士で話をします。 4）参加者みんなで片づけをします。
席の セッティング	皆の様子を参加者が相互に見渡せるよう、大きな島を作るように机を配置します。 それぞれが集中できるように、個人のスペースを保てるように椅子を配置します。 
留意点	・参加者の集中時間や疲労度に配慮して、30～60 分とします。 ・時折休けいや、肩・首まわり、腕の運動や伸びをしましょう。 ・塗り絵自体は個別に行いますが、完成した作品を参加者が共有できるようにお互い鑑賞しましょう。 ・スタッフは参加者の色彩を褒め、自然な会話がはずむように交流を引き出しましょう。



地　域　散　策

活動内容	高齢者は筋力低下などにより、電車に乗るのが億劫になることがあり、外出を控えがちになります。 皆で出かける地域散策は外出の良い機会になり、気分もよく、皆の共通の場所を体験して思い出にも残ります。 行く先々でティータイム、昼食など、計画から進めることが大切です。 ＜地域に優しい江戸バス＞ ＜大江戸博物館の中にある建物前で＞ ＜鎌倉散策、鶴岡八幡宮にて＞
準備する物品	パンフレット、カメラ（記録用）、救急箱
手順	**事前準備** 1）参加者の出欠の確認、および子どもの親御さんへの参加の呼びかけをします。 2）交通経路を充分に確認するなどの、下調べをしておきます。 3）スタッフ間で切符やチケットの購入手続き、高齢者と子どもの見守り、全体統括などの役割分担をします。 4）しおりを作成し、印刷します。 **実施** 1）参加者の体調を確認します。 2）参加費を徴収したのち、散策へ出発！
留意点	・高齢者が歩行時や乗り物の乗降時に転倒しないように声をかけます。

季　節　の　行　事

活動内容	クリスマス会、七夕など、季節の行事を考えましょう。 クリスマスはイエス・キリストの降誕祭とされていて、特別な日です。聖書の一節をゆっくり読むなど、クリスマスの意味を知る機会にします。 また、トーンチャイムで「きらきら星」を演奏して楽しむこともよいでしょう。 クリスマスケーキやクリスマスリース作りなど、季節に合わせた行事を考えましょう。 ＜クリスマスケーキを前に笑顔の子どもたち＞ ＜出来上がったクリスマスリースと記念撮影＞ ＜クリスマスケーキのデコレーション
準備する物品	プログラム（楽譜、歌詞カードも）、ケーキ作り（スポンジケーキ、生クリーム、イチゴなど）、クリスマスリース作りの物品（接着剤、針金、秋に収穫した木の実やつるなど） 七夕では、笹、短冊、半紙で作ったこよりなど
手順	**事前準備** 1）ケーキ作りなど、行事に応じた材料を用意します。 2）行事に応じた歌集などを用意します。 3）パンフレットの作成および印刷をして、案内します。 **実施** 1）行事に合わせて、クリスマスリースやツリー、笹の飾りつけなどを行います。 2）寸劇や歌など、特技を生かした演出をしましょう。 3）参加者みんなでクリスマスケーキの土台にデコレーションをしたり、行事にちなんだおやつを作ります。おやつを食べながら、行事を楽しみます。
席の セッティング	参加者全員の顔が見えるように、大きな１つの島を作るように机を並べます。 テーブルクロスやランチョンマット、リース、ツリーなどでクリスマスムードを高めます。 
留意点	・季節の行事を通して、高齢者と子ども達の交流がさかんになるよう会の最中も声掛けをしましょう。

２４．世代間交流プログラムを看護学生の教育にどのように活かすのでしょうか

1）世代間交流プログラムを通して、看護学生は高齢者と子どもを理解します

コミュニケーションを通して、異世代間の文化や価値観の相違に気づき、参加者から教えられ、学びます。看護学生は世代間交流プログラムが実践されている環境に身を置きながら、異世代間に起きる相互交流を意識して、その集団にとってどのようなプログラムが良い影響を及ぼし合っているのかを実感します。その経験を振り返り、なぜ良い影響を及ぼし合っていたのかを考える力が身につき、これが学習になります。

世代間交流プログラムへの参加や企画を経験し、その経験から学ぶ力に変容するには、経験の振り返りが重要です。この過程において看護学生は自分自身の思考や行動の傾向を知り、異世代に及ぼす影響について考える機会となるでしょう。看護学生自身が世代間交流のなかで起きた事実が何かを確かめ、感じたことを説明し、自分の参加の態度を振り返ることによって、より高齢者と子どもへの生涯発達を理解することにつながり、このような実践的なプログラムに参加することそのものが対象者を理解するうえで役立ちます。

2）世代間交流プログラムを企画・運営する体験を通して、学生は世代間交流支援を学びます

学生は参加者のニーズ分析をし、プログラムの企画運営を通して、自らの役割を考えます。異世代間の交流を促進する声掛けやアクティビティはどのようなものなのか、ファシリテーションの工夫はどのようにしたらよいかなどを考えて計画していきます。実際に運営を行った体験は、貴重な学習となります。

核家族化が進んでいる今日では、子どもに接した経験がない看護学生や、高齢者への支援経験の少ない看護学生も多く、プログラムの運営によってコミュニケーションのきっかけをもち、世代間の橋渡しとなる役割を体験し、自らがプログラムの環境のひとつであることに気づく経験をしていきます。参加者の目線の先に気を配り、何に関心があるのかをその都度見極めて、心地よい時と場を創造する役割をとることの重要性を理解するでしょう。

異世代間が相互に創り出す空気を知り、その変化に対応していく柔軟性や、他世代の大切にしている物事に気づき、どのように行動していくことが良いかを考える貴重な機会になっています。

２５．大学の学園祭に聖路加和みの会が出店したと聞きました。詳しく教えてください

聖路加国際大学看護学部の学園祭（白楊祭（はくようさい））は、毎年 11 月最初の土日に開催されます。

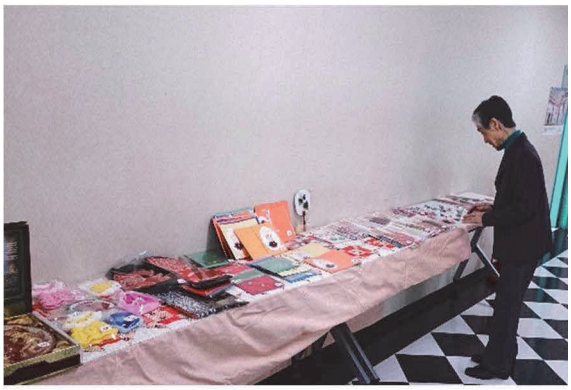
「聖路加和みの会」では毎年、高齢者と子どもが一緒に作成した『手作り小物』の販売、ハンカチの色染め体験などを企画し、出店しています。

小物は、切り紙や細い紙をクルクル巻いたペーパークイリングを使ったクリスマスカード、和紙で折ったお正月お箸、楊枝入れ、イチゴ型の毛糸タワシ、和風マフラーなどなど好評で、毎年待って買ってくださる方がいるほどです。

＜入り口にかかっている手作り暖簾＞

＜ハンカチ色付け体験に没頭中＞

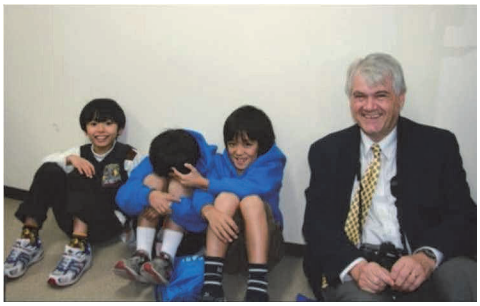
体験コーナーでは、京友禅染めの伝統工芸師の方が描いた柄を、洗っても色落ちしない絵の具で染めるハンカチ色染め体験コーナー、これも、時には金箔を使って豪華に仕上げるなど、自分だけのオリジナルの品を作ることができます。


＜廊下にまで広げた手作りの品々＞

２６．聖路加和みの会に海外から参加したゲストがいると聞きました

聖路加和みの会には、これまでに多くの海外からのゲストが参加しています。

ケースウエスタン・リザーブ大学の神経学教授ピーター・ホワイトハウス先生は、小学生の男子と話したり、高齢者とおやつを共にしたりしました。みんなで書いた色紙をプレゼントしました。



＜ピーター先生と遊ぶ子どもたち＞

ミシガン大学からは、ソーシャルワーカーのベス・スペンサーさんとターナー高齢者クリニックのルース・キャンベルさんが参加してくださいました。ルースさんは、楽しいゲームを紹介してくれ、ゲームで盛り上がりました。参加者からお二人に、日本の歌をプレゼントしました。

＜笑顔のベス・スペンサーさん＞

＜ルース・キャンベルさんと記念撮影＞

スウェーデンのステン・ブンネ先生は、ブンネメソッド音楽の創始者で、ブンネ楽器を用いた演奏を行いました。

＜ブンネ先生と演奏の練習中＞

２７．世代間交流プログラムに参加した方はどのような感想をお持ちですか？

聖路加和みの会に参加している小学生の感想をご紹介します。

学校のお友達が聖路加和みの会に参加しているのを知って、私もお年寄りの人の気持ちを理解したくて参加しました。学校で嫌なことがあっても、和みの会のお年寄りの人と一緒にいて話をすると、嫌なことも忘れて気分が落ち着きます。

特に楽しい活動は、おやつ作りや水彩塗り絵でした。お年寄りと一緒に遊ぶ風船バレーボールやボール入れも楽しいです。

この和みの会がなければ、自分が優しさや思いやりを持つことができなかったと思うので、参加してよかったと思っています。和みの会の人はみんな優しいので、皆さんもぜひ参加してみてください。（Ａさん）

お友達に誘われて、興味があったので和みの会に入会しました。和みの会では、いろいろな人と交流できたり遊んだりできるし、おやつを一緒に食べることもできるので楽しいです。アロマハンドマッサージや回想法は特に楽しいと思った活動です。ゲームも、お正月ゲームやボールゲーム、ジェスチャーゲームなどたくさんの活動があるし、いろいろな人と一緒に参加できるので、どの活動も楽しいです。（Ｔさん）

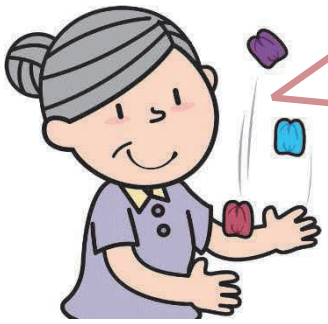
学校のお友達が入会していたので、私も入ってみたいと思って参加しました。和みの会は、高齢者も子どもも平等に活動ができるので、みんなで遊ぶゲームはとても楽しいです。特に、おやつ作りや風船遊びが楽しかったです。（Ｍさん）

母が和みの会を運営しているので、参加したのがきっかけです。学校のお友達にも和みの会のことを話したら、興味をもってくれたので、今はお友達と一緒に参加しています。

お年寄りと地域散策、回想法、おやつ作りなどで交流して、いろいろなことを知る機会ができました。アロマハンドマッサージやお正月ゲームも楽しくて好きな活動です。（Ｋさん）

聖路加和みの会に参加している高齢者の方の感想をご紹介します。

高齢者といっても年齢差がありますので、私よりも年長の方のご様子やお話は参考になります。主催の先生と以前からお知り合いでしたので和みの会に参加しました。形式に縛られずに自由に参加できるところや、子どもたちと接する機会が増えたところが大変良かったと感じています。子どもたちのファッションや元気に動き回る姿を見るだけで楽しくうれしい気分になります。（Ｔさん）



介護支援事業所のケアマネジャーさんに紹介していただき、和みの会に参加しました。和みの会は、和気あいあいとした雰囲気ですし、会に参加すると話し合う機会や知識が増えたと感じられるので、とてもこの会を気に入っています。子どもたちと接する機会が少なくなってきているので、子どもたちとゲームや書道をしたりできる週一回の会が楽しみです。（Ｈさん）

和みの会のみなさんは、とても親しみやすい方々で、毎週楽しい時間を過ごしています。習字や切り絵などを学ぶ機会があることや、苦手の工作をみんなで仕上げた時の喜びや子どもと過ごす時間に充実を感じています。年老いて交流の場が持てるのはとても幸せだと思います。（Ｓさん）

友人に誘われて体験入会をしたとき、みなさんの和やかな雰囲気を感じ、入会を決めました。普段は体操教室のために外出するだけですので、地域散策、書道、キルト作り、アロマハンドマッサージなど様々な活動を通して、他の皆さんと交流がもてて嬉しいです。（Ｔさん）

普段、子どもと接する機会がないので、和みの会でお子さんたちと交流できるのは大変有りがたいと思います。私は、昔、書道を習っていましたので、この会で久しぶりに筆をもち、昔を思い出しています。先生のお話を聞き勉強になりますし、この年で習える喜びを感じています。（Ｓさん）

友人に誘われて、和みの会に参加しました。子どもと接する機会が少ないので、会で子どもとお話ができるのは楽しいですし、会の皆さんが和やかな人たちばかりで何かと勉強になることも多く、継続して参加しています。字は下手ですが、お習字は楽しくて好きな活動です。（Ｕさん）

骨折予防体操教室で、亀井先生よりお誘いいただき参加しました。私自身、毎週参加することを楽しみにしていますが、義妹も私が外出する機会に恵まれたことを喜んでいます。これからももっと子どもたちと交流をしていきたいと思いますし、益々多くの人に世代間交流のことを知ってほしいと思います。（Ｔさん）

大腿骨骨折をしたために、友人と出かける機会も減ってしまった私に、和みの会を紹介してくれたのは、ケアマネジャーさんでした。世代を超えてみんなとお話しできるのが楽しいです。（Ｙさん）

２８．聖路加和みの会のボランティアさんはどのような感想をお持ちですか？

和みの会でボランティアをされている方の感想を紹介します。

世代間交流の場「聖路加和みの会」に参加されている高齢者の方々からは生き抜いてこられた人生経験の深さやお人柄のよさを感じております。ボランティアをしながら人生の先輩から学ぶことが多いと感じています。コミュニケーションはあいさつから始まると言われます。高齢者と接することの少ない子どもたちにとって大変良い社会教育の場と思いますので、あいさつをかわして優しさを学んでほしいと思います。

和みの会が始まる前に、参加者は運営スタッフに血圧を測定してもらいながら、日常生活や健康状態について話を聞いてもらえることで、安心をしているように感じます。顔なじみの仲間と談笑することや、会のプログラムで子どもたちと交流する時間を過ごすことで、参加者みなさんが笑顔で帰って行かれる姿をみると、ボランティアとしてホッといたします。歩いて通えるようなところに和みの会のような交流の場があれば、みなさん元気に地域で暮らしていけるのではないでしょうか。（Ｍさん）

和みの会に参加している表情の少ないＡさんと趣味や昔の話をすると、Ａさんの表情がみるみる明るくなり、会話をする力の大きさを感じています。そこに学校帰りの小学生が会に参加をすると、大人たちは「○○ちゃん、お帰り」と声をかけ、子どもたちにも関心をよせます。子どもたちはゲームで勝利して喜んだり、真剣な眼差しで活動に取り組み、自然と周りの大人も同じように笑顔をみせ温かな雰囲気に包まれます。子どもの存在そのものが、大人へも変化をもたらしエネルギーを感じさせてくれると実感します。ボランティアを通じて知り合った方々と話をしたり一緒に活動することも楽しく、和みの会でボランティアをしてよかったと思っています。（Ｔさん）

参加者の皆さんが大変積極的に集中して編み物に取り組まれ、楽しみながら教え合う様子がよく見られたことが大変印象的でした。特に、高齢の方が小学生に教える光景はまるでおばあちゃんが孫に教えているようでほほえましく、現代ではなかなか出会えない場面だと思います。

また、普段積極的でなかった方が、突然集中して取り組まれ驚いたこともあります。昔編み物をされていたことを思い出されたのかもしれません。

自分で作れること、集中すること、完成の達成感を味わえること、仲間と話が弾むこと、身に着けて楽しめること等々、編み物はとても魅力あるものだと思います。

これからも編み物を楽しみ、より豊かな生活を過ごされるよう願っています。

（Ｈ編み物講師）

＜手が不自由でもゴムバンドで固定して編めるかぎ針＞

29. 世代間交流支援のベストプラクティスとは何でしょうか?

ベストプラクティスは、「改善を達成するプロセスを志向する」概念であり、個々のプログラムを提供する機関が時間経過と状況に応じて達成するもの[28]とされています。従って、各々の世代間交流プログラムの中で、常にプログラムを向上しようと志向して運営する努力が重要であるといえます。

筆者らは看護職として世代間交流プログラムを運営しているため、看護職が運営する世代間交流プログラムにおけるベストプラクティスについてしばしば考えを巡らせています。

看護におけるベストプラクティスとは「対象者のニーズを特定して、エビデンスに基づいて、看護師が直接的な解決策を提供すること」とで[1]、言い方を変えれば「看護の最善策」です。

世代間交流支援において何が最善策となり得るかは、受け手側の感じ方や、他の参加者の様子などにも影響を受けるため、決定的なものを上げることは難しいと言えますが、筆者らはプログラム中に生じる世代間の交流の質と量、また参加した子ども、高齢者らの主観的な満足度に注目することが大切であると考えています。

プログラム参加者の主観的な満足度を測って客観化することには工夫が必要です。例えば、プログラムの終了時に、参加者に満足度を全く不満（0 点）～大変満足（10 点）で評価してもらい、点数化してプログラムの評価を行うことができると思います。小学生以上の子どもであれば、満足度を点数に置き換えて答えることは可能でしょう。

筆者らが都市部で行う世代間交流プログラムで小学生に満足度が高いアクティビティはおやつ作り、季節の行事、交流ゲームなどでした。高齢者に満足度が高いものは歌・音楽、回想法、共同制作、おやつ作り、季節の行事などでした。両世代に共通して満足度が高かったものは、おやつ作りと季節の行事などでした。

これら参加満足度の高いプログラムに含まれる共通した要素として、高齢者と小学生の両世代の関心事であるもの、教え-教えあうもの、高齢者と小学生間の自然な双方向的コミュニケーションが生じやすいもの、高齢者と小学生間の協力や助け合いによる共同作業が含まれていること、両者の世代間に暗黙のうちに役割意識がもてるもの、でき上った物や成果などを共に喜びあえるものなどがあがります。

地域において、多様な高齢者と子どもが参加する世代間交流プログラムに必要なことは、高齢者と子どもの一人ひとりの特性に配慮しながら、参加者の好みの活動を取り入れ、両者の互恵性を発揮でき、世代継承性がもたらされるもので、かつ自然なコミュニケーションが進むアクティビティを意図的に取り入れて、これらにより参加者が満足できること、このことがベストプラクティスにとって重要であと考えています。

また、世代間交流における看護支援では、高齢者の外出の機会になり、ヘルスプロモーション（健康増進）の一助となることや、健康状態の観察という機能を含めること、子どもにとって高齢者を理解することという生涯の発達を支援すること、また両世代のニーズに合致した安心して参加できる場を作り、両世代が相互にパートナーシップを発揮できるようなアクティビティを考え、ニーズに合った豊かなアクティビティの種類や内容を用意して、全ての参加者の期待に応えるプログラムをデザインすることが大切であると考えています。このことが、参加者の満足度を視点にした世代間交流支援プロセスの質であり、両世代のもつニーズに直接的な解決策を提供する世代間交流看護支援のベストプラクティスにつながるものと考えています。

お わ り に

地域のさまざまな場で世代間交流を取り入れていくために、世代間交流の目的や理論的な背景、アクテイビテイの提供方法についてご紹介しました。

国際世代間交流学会が定義しているように、世代間交流プログラムが「高齢者と若者の間における意図的で継続的な資源の交換と相互学習」の場として発展していくよう、互恵的ニーズの充足や、各世代の生活の質の向上をめざした運営が大切です。地域の中での相互支援やコミュニケーションの促進、高齢者の知恵や文化を若い世代に伝えていくことのできる世代間交流支援など、地域においての世代間交流による経験や知見が集積され、ベストプラクティスが浸透していくことを願っています。

2017 年 3 月 20 日

武蔵野大学人間科学部
前・聖路加国際大学老年看護学
准教授　山本由子

聖路加国際大学大学院看護学研究科
老年看護学教授　亀井智子

引用文献

1）Nelson, M. (2014). Best practice in nursing: A concept analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 51, 1507-1516.

2）Newman, S. (1997). History and evolution of intergenerational programs. In S. Newman, S., Ward, R., Smith, T., Wilson, J. and McCrea, J. *Intergenerational programs: past, present, and future*. Washington DC: Taylor & Francis.

3）厚生労働省(2016).平成 27 年国民生活基礎調査, http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa15/dl/02.pdf [アクセス 2017 年 2 月 23 日]

4）内閣府(2016).高齢社会白書平成 28 年版, 13, 日経印刷,東京.

5）池添冬芽(2005).高齢者の体力づくり, 京都大学保健学科紀要, 健康科学第 1 巻, 40-45.

6）西田裕紀子, 新野直明(2005). 小笠原仁美他：地域在住中高年者における転倒恐怖感の要因に関する縦断的検討, 日本未病システム学会雑誌, 11(1), 101-103.

7）岡本秀明, 岡田進一, 白澤政和(2006).大都市居住高齢者の社会活動に関連する要因, 日本公衆衛生雑誌, 53(7), 504-515.

8）栗原律子, 桂敏樹(2003).ひとり暮らし高齢者の「閉じこもり」予防および社会活動参加に関連する要因.日本農村医学会雑誌, 52(1), 65-79.

9）Whitehouse, P., Bendezu, E., FallCreek, S., et al. (2000). Intergenerational Community Schools: A New Practice for a New Time, *Educational Gerontology*, 26(8), 761-770.

10）Erikson, H. (1963)：幼児期と社会, 仁科弥生訳(1989),みすず書房,東京.

11）Erikson, H., Erikson, M.(1982).ライフサイクル、その完結（増補版）,村瀬孝雄,近藤邦夫訳(2001),みすず書房,東京.

12）西平直(1993).エリクソンの人間学(初版), 東京大学出版会,東京.

13）Larkin, E., Newman, S. (1997). Intergenerational Studies: A multi-disciplinary field: Haworth Press, *Journal of Gerontological Social Work*. 28(1-2), 5-16.

14）The Intergenerational School. http://tisonline.org/ [アクセス 2017 年 3 月 6 日]

15）厚生労働省(2013). 宅幼老所の取組, http://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/hukushi_kaigo/kaigo_koureisha/other/dl/other-04.pdf. [アクセス 2017 年 2 月 23 日]

16）藤原佳典, 西真理子, 渡辺直紀(2006).都市部高齢者による世代間交流型ヘルスプロモーションプログラム:”REPRINTS”の 1 年間の歩みと短期的効果, 日本公衆衛生学会誌, 53(9), 702-714.

17）Kamei, T., Itoi, W., Kajii, F., Kawakami, et al. (2011). Six month outcome of an innovative weekly intergenerational day program with older adults and school-aged children in a Japanese urban community. *Japan Journal of Nursing Science*, 8, 95-107. doi:10.1111/j.1742-7924.2010.00164x.

18）内閣府(2016).高齢者の健康・福祉,平成 28 年版高齢社会白書, 21. http://www8.cao.go.jp/kourei/whitepaper/w-2016/zenbun/pdf/1s2s_3_1.pdf [アクセス 2017 年 3 月 6 日]

19）目黒斉実, 亀井智子, 川上千春他(2017).認知症高齢者への世代間交流看護支援の検討：2 年 7 ヶ月の参加経過のケーススタディ, 第 11 回聖ルカ・アカデミアプログラム・抄録集, 64.

20）Newman, S., Onawola, R. (1989). The ECIA: Elder/Child interaction analysis, generation together, *University of Pittsburg Center for Social and Urban Research, Pittsburg*, PA, Unpublished Manuscript.

21）Newman, S., Morris, A., Streetman, H. (1999). Elder-child interaction analysis: An observation instrument for classrooms involving older adults as mentors, tutors, or resource persons. *Child & Youth Services*, 20(1/2), 129-145.

22）村山陽, 藤原佳典, 安永正史他(2011). 日本版世代間交流行動尺度の作成,日本世代間交流学会誌, 1(1), 27-37.

23）糸井和佳, 亀井智子, 田高悦子他(2015).地域における高齢者と子どもの世代間交流観察スケールの開発－CIOS-E, CIOS-C の信頼性と妥当性の検討－, 日本地域看護学会誌, 17(3), 1-9.

24）亀井智子、山本由子、梶井文子(2013). 聖路加式世代間交流観察(SIERO)インベントリーの開発と信頼性・妥当性の検討,聖路加看護学会誌,17(1),9-18.

25）Hymes, D. (1974). *Foundations in sociolinguistics: An ethnographic approach*. Pennsylvania: Philadelphia: University of Pennsylvania Press.

26）多田千尋(2002).遊びが育てる世代間交流－子どもとお年寄りをつなぐ, 黎明書房,愛知.

27）ベネッセ教育総合研究所(2013).第 2 回 放課後の生活時間調査報告書. http://berd.benesse.jp/shotouchutou/research/detail1.php?id=4700 [アクセス 2017 年 3 月 6 日]

28）Perleth, M., Jakubowski, E., Busse, R. (2001). What is 'best practice' in health care? State of the art and perspectives in improving the effectiveness and efficiency of the European health care systems. *Health Policy*, 56(3), 235-50.

地域における世代間交流支援ベストプラクティスハンドブック

編集 聖路加国際大学大学院看護学研究科老年看護学 亀井智子
執筆 聖路加国際大学大学院看護学研究科老年看護学
亀井智子、川上千春、金盛琢也、目黒斉実、桑原良子
武蔵野大学人間科学部・前 聖路加国際大学老年看護学 山本由子
松戸市保健師 百武ひとみ
聖路加国際大学 PCC 実践開発研究事業 聖路加和みの会ボランティア・利用者
上圷まき子、皿井都志江、田中博美、竹下由美子
高橋美枝、根岸洋子、丸山光子、平田のぶ子、
安藤りりお、田島恭子、前島琴音、亀井結香、
友安直子、広川育子、吉川秀子、浦上俊江、
原幸子、田渕マリ子、佐藤鶴代、辰馬美佐子、
福岡多美子、清水ヨネ

発行 2017 年 3 月 20 日
発行者 聖路加国際大学大学院看護学研究科老年看護学
〒104-0044 中央区明石町 10-1

本冊子は平成 28 年度 日本私立学校振興・共済事業団学術研究振興資金により作成した

Copyright © 2017 St. Luke's International University, All rights reserved.

本書の無断複写・複製はご遠慮ください