

学生と企業・社会をつなぐ、
「Miraiプロジェクト」
を活用した
地域回想法普及のための実践報告

山梨県 北杜市

明山荘小規模多機能型居宅介護事業所

「明野のわが家」

ケアマネジャー 横森咲希

R4.R5年度 Miraiプロジェクト参加大学生

Miraiプロジェクトとは？

- Miraiプロジェクトとは、企業や団体のニーズや課題に基づいて、学生と協働で行うことを前提に設けられたプロジェクト。
- 学生は、これらのプロジェクトに「社員」として参加し、主体的に活動する。
- 活動を通じて、学生は社会との新たなつながりを築くと同時に、社会で役に立つ実践力を身につけることができる。
- Miraiプロジェクトは、山梨大学の開講科目であり、山梨県立大学は連携開設科目、山梨県内6大学・短期大学（山梨学院大学、身延山大学、山梨英和大学、山梨学院短期大学、帝京学園短期大学）は単位互換科目として履修できる。

大学生と共に、回想法を地域に普及する活動を企画し、実践する。

- 大学生が企業（明野のわが家）と協働し、大学生が中心となって、社会（地域）に回想法の効果や有効性が知れ渡るように、学生の目線で企画、実践、成果物作製（商品開発）までのプロセスを体験する。
- 大学生は社会との新たなつながりを築くと同時に、社会で役立つ実践力を培い、プロジェクトに「ジブンゴト」として取り組むことで、達成感ややりがいを手に入れることができる。
- 企業（明野のわが家）は、これまでも回想法を地域に広める活動を行ってきたが、さまざまな学部・学科の大学生による、柔軟で斬新なアイデアと若さあふれる機動力を活かして、回想法の普及がさらに広まるよう、また大学生が自発的に行動し、実践できるよう後押しする。

2年間の活動の様子

事業所で実施している、認知症高齢者に行う回想法を、大学生が見学・体験する。



大学生の感想：

「昔の出来事を本当によく覚えていて、みなさん笑顔でとてもいきいきしていて、認知症のかたの『力』を実感した。」

2年間の活動の様子

高齢者の思い出の場所（回想スポット）を
大学生が訪ねる。



北杜市小淵沢町
国重要文化財 平田家

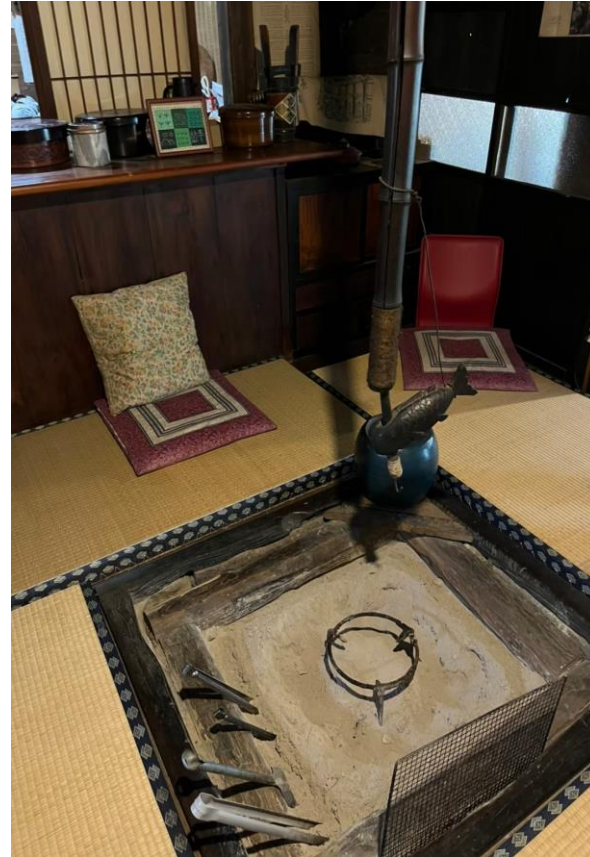
北杜市大泉町
吐竜の滝



2年間の活動の様子
回想するための素材（写真）を大学生が撮影、収集する。

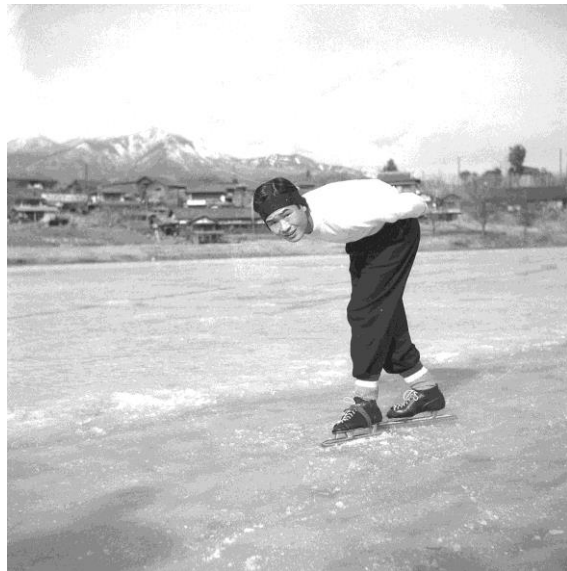


2年間の活動の様子
回想するための素材（写真）を大学生が撮影、収集する。



2年間の活動の様子

北杜市郷土資料館にプロジェクトの趣旨を伝え、賛同して頂き、回想DVD作製のため、資料（写真）を提供して頂く。



提供：北杜市郷土資料館
写真：植松波雄

2年間の活動の様子

成果物を実際に手に取って頂いたり、回想法を体験して頂く。

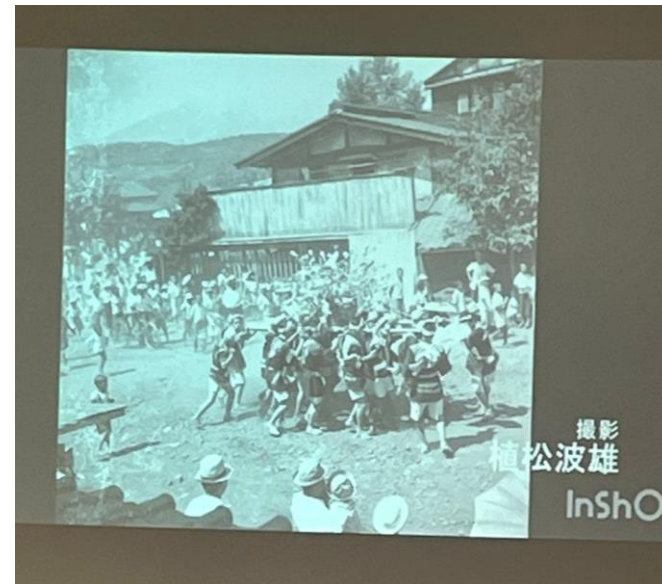
北杜市郷土資料館から資料提供して頂いた、植松波雄さんの写真もDVDに収録されている。



地元のテレビ局と新聞社が撮影・取材に
来られた。



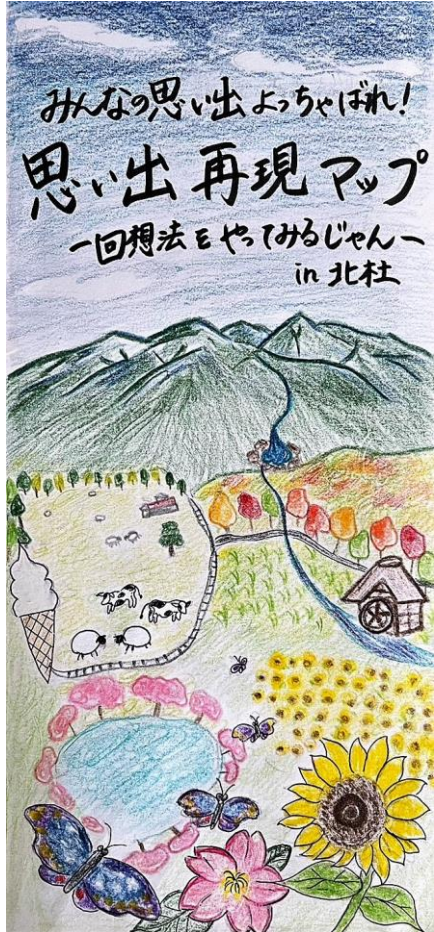
回想DVD（学生が撮った写真）を映して、
地域住民に回想して頂いた。



身振り手振りを
交えて
思い出を語って
頂いた。

2年間の活動の様子 成果物を実際に手に取って頂いたり、 回想法を体験して頂く。

市役所、資料館、駅、観光地にリーフレットを設置、
DVDは、地域や公民館カフェで回想法を行うボランティア
に配布。（北杜市介護支援課管理）



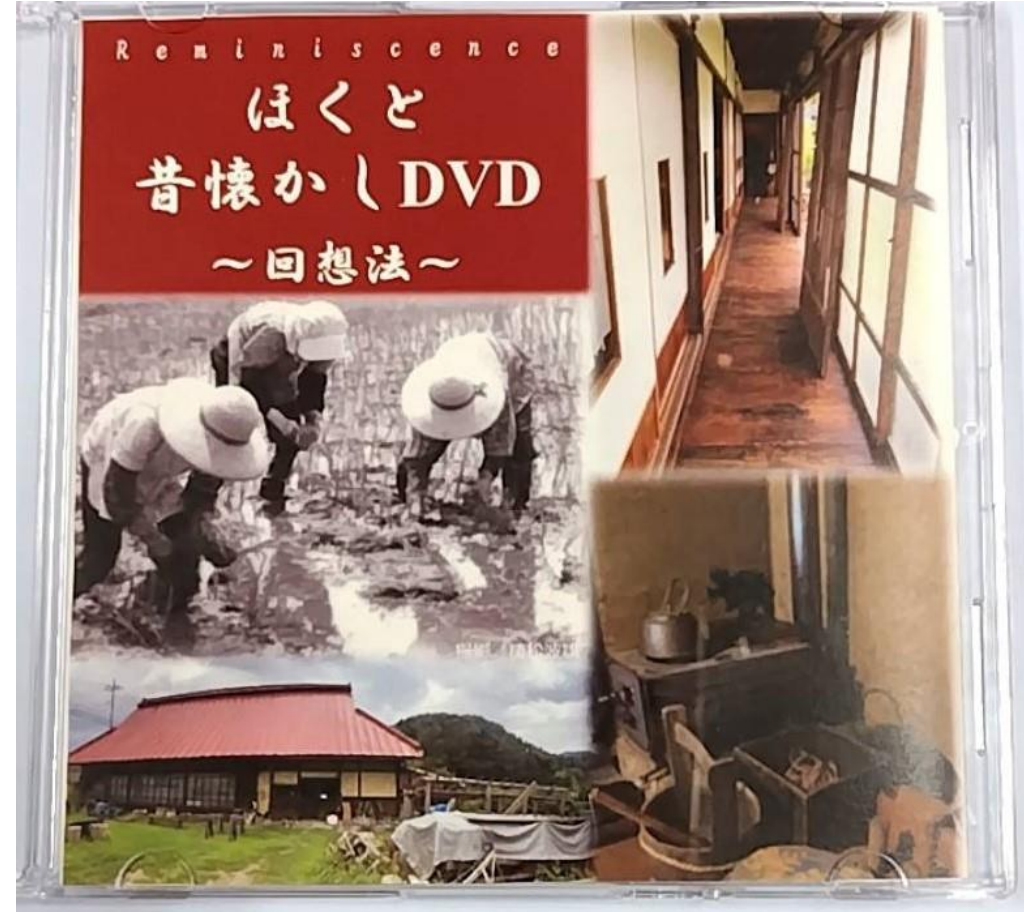
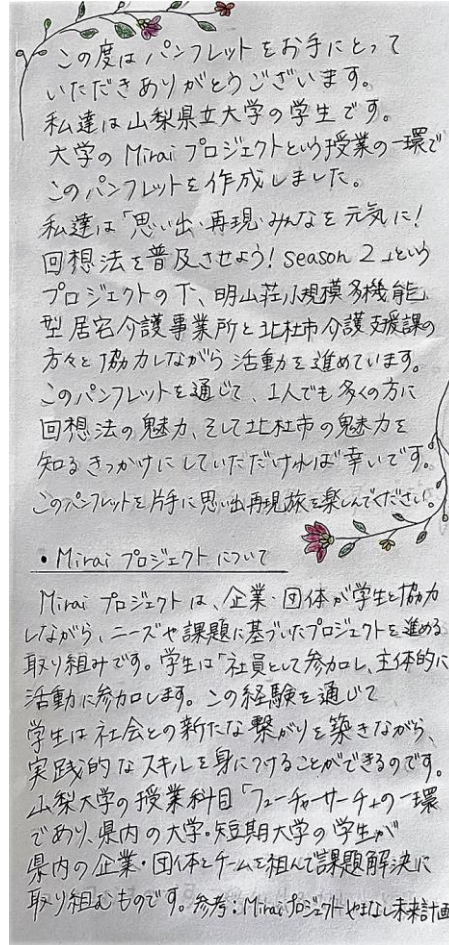
◦回想法とは...

回想法とは、1960年代アメリカの精神科医ロバート・バラー氏が提唱した心理療法です。個人の療法だけでなく、他者にも過去の思い出を語り合えるといった作用があることから、グループ回想法も広く実施されています。高齢者、認知症患者の心理療法、リハビリテーションに活用されています。

◦回想法の効果

昔の懐かしい物や映像をみたり、自らの経験や昔の思い出を語り合ったりすることで脳が活性化し、精神状態が安定するという効果があります。回想法を行い「話す」「聞く」「思い出す」ことで集中力を高め、コミュニケーション技法を学ぶこともできます。介護予防、認知症の進行予防、うつ状態の改善につながるといわれています。

「ちょっと回想してみるけど、私の子どもの頃の遊びといえど...」



【R5年度成果物 思い出再現マップ（リーフレット）】

【R4年度成果物 ほくと 昔懐かしDVD】

2年間の活動の様子 回想法普及のため、北杜市の催しに参加



「皆でつくろう北杜の未来～THE医療介護交流会」に回想法のブースを出展。



北杜市長がブースに来られ、労いの言葉を頂いた。大学生と記念撮影。

2年間の活動の様子

北杜市の介護施設職員を対象とした「回想法研修」の企画・運営

市内の5施設の介護職員の方々が研修に参加。

大学生は、会場設営や運営のサポートを行った。



前半は介護支援課
櫻井保健師が
「回想法について」の
講義を行った。

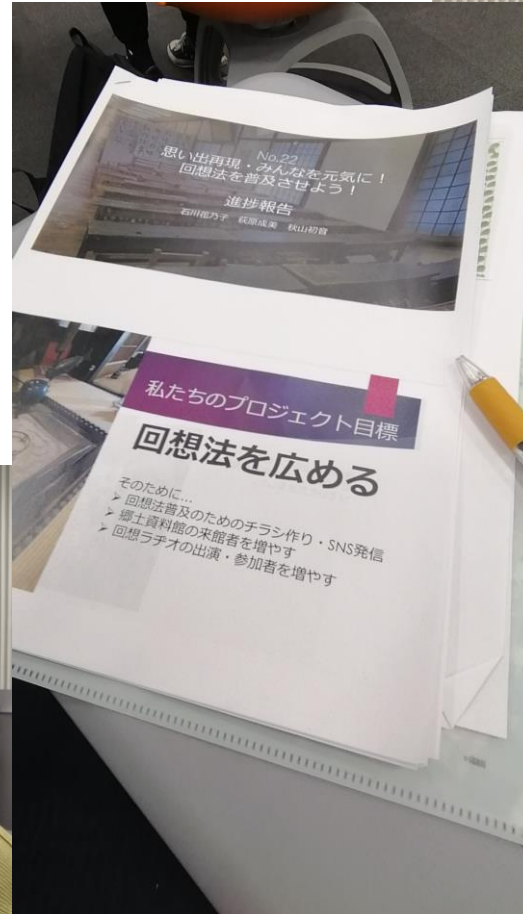


後半は、明野のわが家の回想法の様子を研修の受講者に見学して頂き、質問コーナーを設けたり回想法ミニ体験をして頂いた。



2年間の活動の様子 進捗報告会、成果発表会に出席

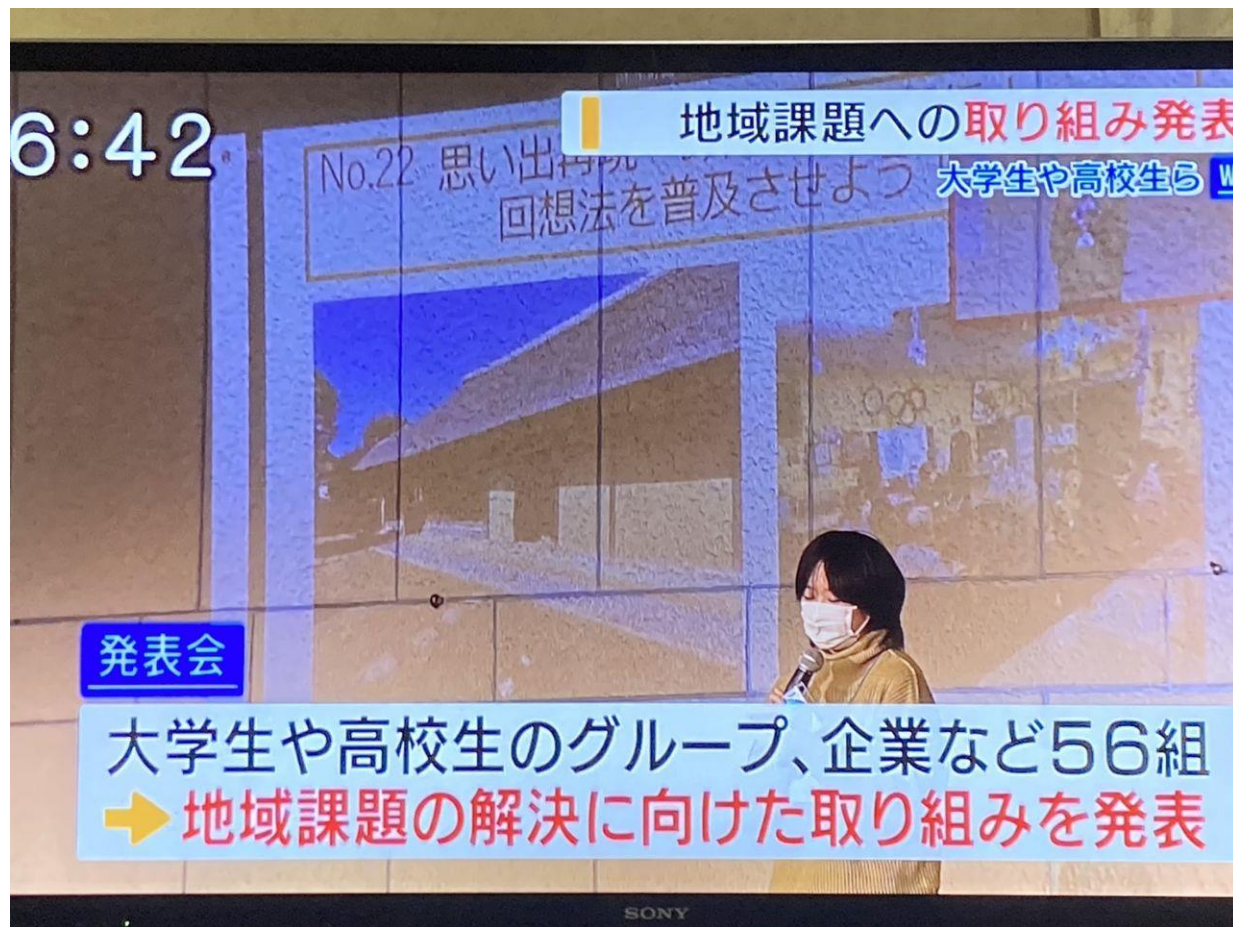
発表前の打ち合わせ



各大学の教授の前で、「回想法」についてや、回想法を広めたい理由を、学生なりにまとめて発表していた。私自身も終始緊張していた。質問を受けたり、普及に効果的な方法など、教授陣より助言を頂いた。

(進捗報告会)

2年間の活動の様子 進捗報告会、成果発表会に出席



私たちのプロジェクトが、夕方のテレビのニュースで放送された。



ポスターセッションでは多くの方々が足を止めて、発表を聴いてくださる姿が印象的だった。

まとめ

- Miraiプロジェクトに参加してくださった大学生の協力により、地域の方々や、医療福祉の専門職に、これまで以上に「回想法」を知ってもらうきっかけを作ることができた。
- 大学生が「回想法」を普及させようという働きかけが話題づくりとなり、専門職が「回想法」について発信するよりも、大学生がSNS等を使って発信したことにより、幅広い年齢層へ「回想法」を広めることができた。
- 医療福祉系列の大学生だけでなく、他分野の大学生も参加してくださったことにより、柔軟で型にはまらない豊かなアイデアから刺激を受けたり、新たな発見を見出すことができた。
- 成果物の作製により、手に取った方々が「回想法」をより身近に・手軽に感じ、体験して頂けるものと期待している。