



朝日介護レクのご紹介

朝日新聞社

回想法もROも、介護施設で手軽にできる

昭和の新聞記事や、時代を鮮明に切り取った報道写真の数々を惜しみなく使用した介護レクプログラムを、簡単に使えるWEBサイトで提供します。

「回想法」とは懐かしい写真、音楽などを使って思い出を語り合う手法です。脳が活性化し、血流が増えることで情緒を安定させます。長く続けることで認知症の進行予防につながるとされ注目されています。その有用性は先行研究※で実証済みです。

RO（リアリティ・オリエンテーション）とは今は、何月何日なのか、季節はいつなのかといった時間や今いる場所等が判りづらくなる認知症の症状を改善することを目的とした訓練です。最近の記事、天気、季節の花、食べ物など新聞に掲載されている情報が活用できます。

【監修者】

来島修志 先生

「誰でも使える回想法のツールとしてご推薦いたします。」



日本福祉大学健康科学部リハビリテーション学科作業療法学専攻助教、NPO法人シルバー総合研究所副理事長

回想法→「昭和」新聞記事



RO→最近の新聞記事



朝日介護レクは全国介護施設のレクリエーションの充実化に寄与し、「高齢者の心のそばに」寄り添います。



【監修者紹介】

来島修志

(日本福祉大学健康科学部リハビリテーション学科作業療法学専攻助教, NPO法人シルバー総合研究所副理事長)
日本福祉大学大学院修士課程修了

認知症の非薬物療法として作業療法や回想法の臨床実践, 健康高齢者への認知症予防やまちづくりに向けた「地域回想法」の実践・普及研修に取り組み, 「テレビ回想法」「パソコン回想法」「NHK回想法ライブラリー」などの回想法の教材開発に協力。現在はオンラインによるZoomアクティビティ『回想ラヂオ』の回想DJとして活躍中。

【著書】(共著)

『新・痴呆性高齢者の理解とケア』江草安彦(監修), メディカルレビュー社, 2004年

『地域回想法ハンドブック』遠藤英俊, NPOシルバー総合研究所編, 河出書房新社, 2007年

『Q&Aでわかる回想法ハンドブック「よい聴き手」であり続けるために』野村豊子(編集代表), 語りと回想研究会(編集), 回想法・ライフレビュー研究会(編集), 中央法規出版, 2011年

『ケアの現場・地域で活用できる回想法実践事例集 つながりの場をつくる47の取り組み』

野村豊子(編集代表), 伊波和恵, 内野聖子, 菅寛子, 萩原裕子, 本間萌(編集), 中央法規出版, 2022年

監修者より

介護施設等において, 特に認知症高齢者への関わりの一つとして回想法が注目されています。回想法を行うことは, 認知症高齢者にとって「わかる世界」を提供することができ, 脳を活性化し認知症の進行を予防したり, 行動心理症状を軽くしたりする効果が期待できます。特に, 共通の話題で共感し合うことを通して利用者様同士が仲良くなったり, スタッフに教える役割を発揮する機会になったりして, いきいきとした生活を提供することができるものと考えています。

朝日新聞社のサービスは, 昭和の新聞記事や季節感あふれる写真を活用し利用者様の知識や思い出を引き出します。昔のことをよく知らない若いスタッフや, 日本文化を知らない外国籍の留学生や技能実習生等も含め, 誰でも使える回想法のツールとしてご推薦いたします。特に, スタッフの手元に参加者への言葉がけの台詞が表示され, 実施のポイントを確認しながら進めていくことができます。また, 膝をつき合わせて円陣で行う本来のグループ回想法がやりにくくなっている今, WEBサイトを使って写真や動画を映しながら対話を行う隊形は, 感染予防の観点からも安心して行うことができると思います。

毎週提供されるプログラムを継続していくことによって, レクリエーション活動が定着し利用者様にとって楽しみができ, スタッフにとっても対話や回想法のノウハウを知らず知らずのうちに身につけていくことができるでしょう。

そのお困りごと、朝日介護レクが解決します。

顧客(介護施設)の課題

レクも大事だけど
人手が足りない！

介護業界
有効求人倍率3.7
全国有効求人倍率1.15の
3倍以上



利用者の家族から
レクを充実させる
ように求められる

うまく喋れるか不安。
台本も無いし。

体操と塗り絵ばかりでつまらない施設と思われる。

レクの外注業者は
値段が高い。

認知症ケアにつながるレク
で手軽にできるものがない

「昭和」を知らなくても、レクが苦手でも、大丈夫です。
朝日介護レクなら手軽に回想法に取り組んで頂けます。
利用者さんの思い出話から、ふだん知らない
一面が見えてコミュニケーションも活性化します。

1 レクのネタ探し

2 レクの準備・運営

3 レクで認知症ケア

施設でかんたんに使えるレクプログラムを週1で提供します。

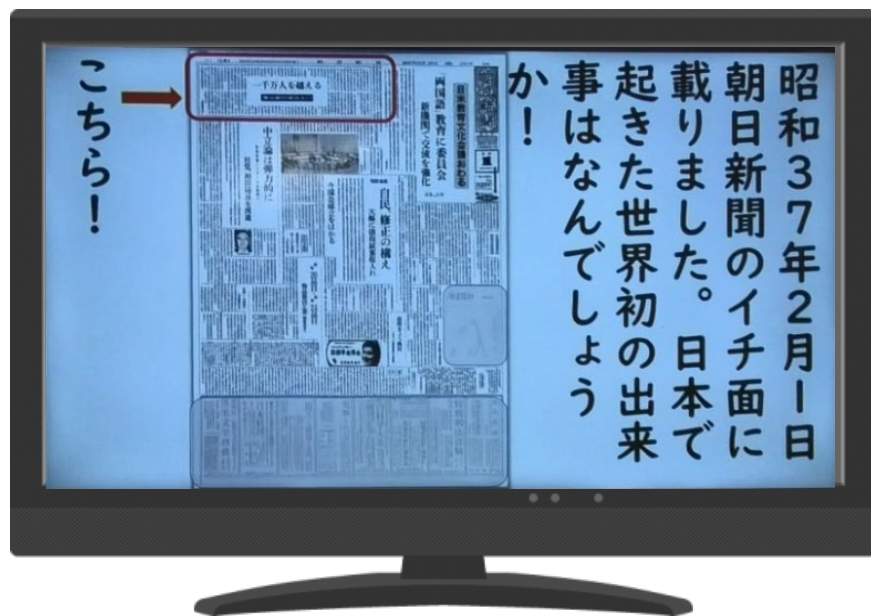
1 レクのネタ探し

レクプログラムを週1で提供

解決

★レクのネタ探しに困らない

- ・レクの1時間プログラム&手順書(印刷可)を会員専用サイトで毎週1回提供
- ・介護施設はプログラムをタブレットやPCで再生して施設のTVなど大画面に投影。
- ・サブスクだから、その場に必要なたレクが選べる、先々のレクの予定も立てられる。



大画面へ
投影※



※タブレット端末やノートPCで会員専用サイトにアクセスしていただくと、スライドが再生できます。テレビ画面への投影は施設の環境に合わせて、HDMIやWIFIで行ってください。

事前準備や当日の運営の負担を減らすことができます。

2 レクの準備・運営

参加者の回想を促す言葉がけも表示

解決

★レクが苦手な介護士さんでも準備も運営も楽に。

- ・介護士さん用画面ではスライドごとに参加者への言葉がけやポイントが表示されます。
- ・スライドは静止画だけでなく体操や報道写真の動画など多彩な内容です。

介護士さん用
画面イメージ

戻る



進む

3：回想「集団就職」

実施のポイント

回想法の専門家
による監修

■ここは上野駅のホームなんですね？集団就職列車？たくさんの学生！どこから乗ってきたのでしょうか？
■長旅で疲れた顔をしていますか？それとも上野駅に着いてほっとしている顔でしょうか？それとも緊張している顔でしょうか？不安でいっぱい顔かもしれませんね！
■詰の襟？みんなコートを着ていますが、コートの下は学生服ということですか？学生帽もかぶっていますね？
■あれ？学生に交じって大人の男の人や女の人もありますね？（写真の顔をしながら）学生の親御さんでしょうか？それとも引率の先生でしょうか？えっ？親も先生も付いてこないだろう～って？失礼しました（笑いながら）
■同じように集団就職列車に乗って都会に就職されたという方はいらっしゃいますか？〇〇さん詳しく教えていただけますか？どんなお気持ちで就職されましたか？

- 参加者と一緒に写真をみながら、顔や服装などに注目して質問を重ねながら、回想を促していきます。
- 参加者がつぶやいた言葉が当時を思い出すためのキーワードになります。丁寧に拾ってあいづちをうったり、質問をしながら回想の時間を作りましょう。
- 質問は全体だけでなく、個別に聞いてもよいです。
- オープニングエピソードとクロージングエピソードも使い分けましょう。

体操など便利な動画も
あります。



投影先の画面（高齢者向け）にはメイン画面のみ表示されます。

「昭和」の新聞記事で回想法を提供します。

3 レクで認知症ケア

新聞記事による回想法ケア

解決

- ・介護施設でのレク実施状況に合わせて約1時間のレクができるプログラムです。
- ・昭和の新聞と芸能の混合プログラムが高齢者の回想を促します。
- ・過去の回想から今へ、RO(リアリティオリエンテーション)にも繋げていきます。

実証試験	10分間	【導入】簡単な体操	グーパー体操
	20分間	【回想】昭和の新聞記事、写真	「集団就職」「百円札消える」「東京人口1千万人世界初」・・・テーマを決めてクイズ形式で紹介。
	20分間	【回想】昭和の歌謡曲、映画、世相など	「ああ、上野駅」「吉永さゆり、橋幸夫」「物価」・・・穴あきクイズなど
	10分間	【RO】最近のニュース	桜の開花、スポーツ選手の引退

1時間プログラムのデータファイル

実証試験で実演したプログラムです。



昭和51年3月27日、朝日新聞



新聞で振り返る60年前のあの頃あの日



今週のプログラム 「集団就職」

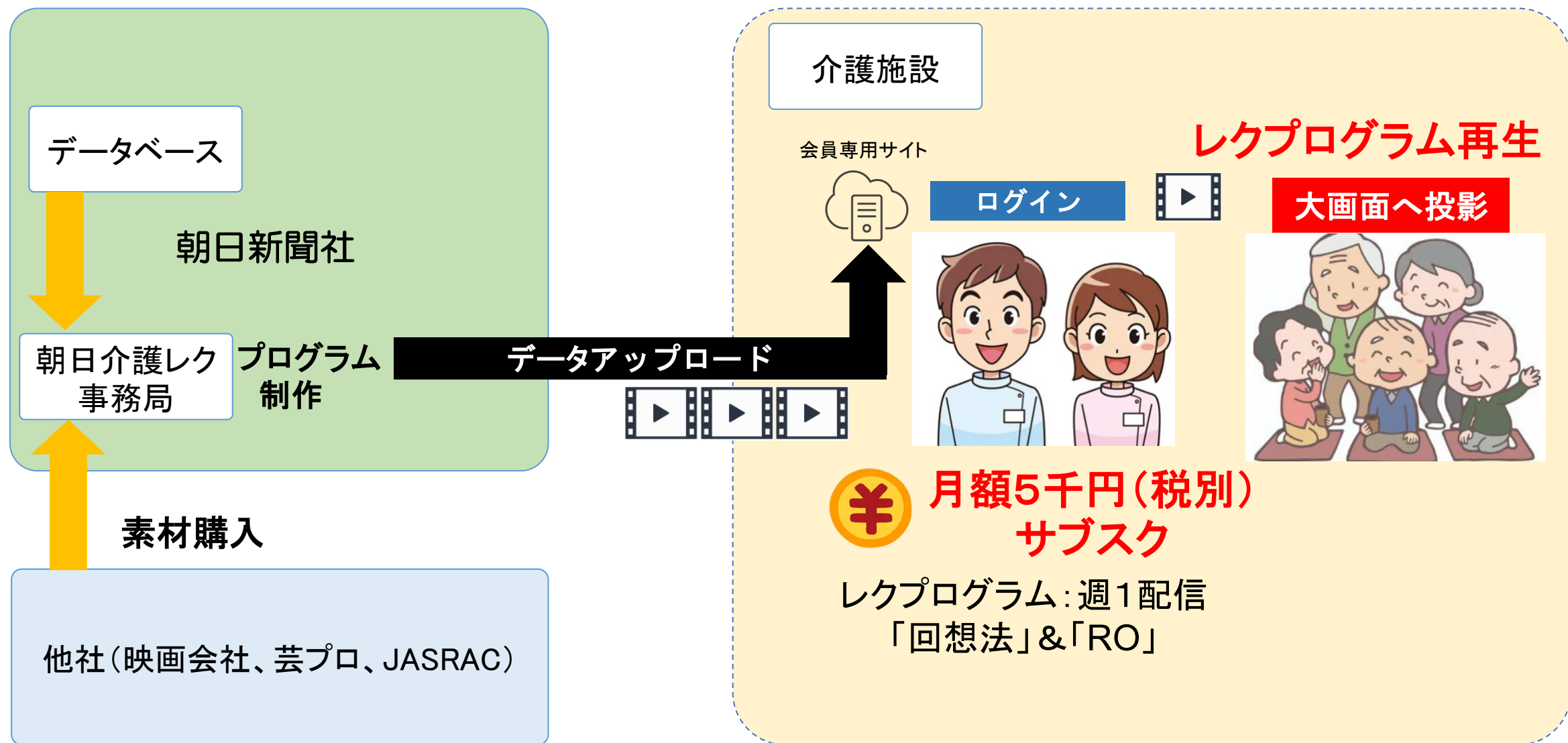
日本の高度経済成長の陰に、故郷をあとにした多くの若者たちがいました。

～皆さんはあの時、お幾つでしたか？～

選べる
プログラ
ム↓



月額5,500円(税込)のサブスクリプションで多彩なレクから選べます。



朝日介護レクは介護施設の経営に寄与します。

経費節減

レクリエーションの準備や運営が楽になるので、介護士さんの残業が少なくなります。

人材の定着

回想法で高齢者と介護士のコミュニケーションが活性化して介護士さんの遣り甲斐につながります。

売上アップ

大手新聞社が提供する回想法のサービスが、競合施設との差別化になり、更に人気の施設に。