

【論文】

笑いを通じた高齢者の 生きがいづくりについての考察： 大道芸セミナーを事例として

田久 朋寛(大道芸人)

抄録

本稿では、高齢者の生きがいづくりに芸術家や芸能家がどのように貢献できるのか、筆者が実施した「大道芸セミナー」を事例として考察を試みる。

高齢者の生きがいづくりは大きな社会的課題である。先行研究によると社会的繋がりや役割意識と生きがいには関連がある。また、比較的健康な高齢者が介護や介護予防の担い手となることも期待されている。高齢者が芸術や芸能に取り組む講座は多数開催されているが、芸術・芸能と生きがいづくりの関わりについて考察した研究は少ない。

大道芸セミナーは2017年6月と7月に合計5回開講した。毎回生きがいや笑いに関する講義を30分実施した後、マジック・ジャグリング・バルーンのワークショップを90分実施した。ワークショップと講義を同時に行い、技能の習得を通じて生きがいについても考えを深めることを促している点で、一般的な事例とは異なる特徴がある。4回以上受講した受講生は6名であった。同年9月には受講生4名が特別養護老人ホームを訪問し、芸の披露を行った。

受講生に合計4回アンケートを実施した。本稿では回答と筆者による観察をもとに大道芸セミナーの意義と課題について議論し、笑いを通じた高齢者の生きがいづくりについても考察した。考察を通じて

- ・楽しさ、感覚や知覚への刺激、コミュニケーションを体感できる場づくりが好ましい
- ・新たな気づきや学びを後押しすることが好ましい
- ・創造性を尊重することが好ましい
- ・心身の状態に応じて難易度の配慮を行うと同時に、挑戦することを楽しむ雰囲気を醸成することが必要である
- ・芸術や芸能との関わり方は多様であることを芸術家・芸能家が提示することが必要である

といった実践的示唆を得た。

Key word

高齢者、生きがい、大道芸、笑い

1.はじめに

我が国では人口の高齢化が急速に進み、高齢者が活力を持って主体的に生きることのできる社会を築くことが大きな課題になっている。日々の生活を心豊かなものにするためには、生きがいを持つことが重要である。高齢者の生きがいづくりに対して、芸術や芸能に携わる者はどのように貢献できるのだろうか。

筆者は大道芸人として主にジャグリングを披露し、観客に笑いを届けている。また、高齢者を対象に笑いの効用や生きがいづくりに関する講演を行っている。活動の一環として、2017年6月から7月にかけて、「京都SKYセンタースキルアップセミナー大道芸セミナー」(公益財団法人京都SKYセンター主催、以下本稿では「大道芸セミナー」と表記する)を比較的健康な高齢者を対象に開講した。大道芸セミナーは、マジック、バルーン、ジャグリングの大道芸ワークショップに加え、笑いや生きがいに関する講義も同時に行い、人々に笑いを届ける技能の習得を通じて受講生の生きがいに関する考えも深めてもらうことを意図して開催した。5回に渡って開催し、終了後には、一部の受講生が特別養護老人ホームを訪問し、習得した芸を披露する体験活動も実施した。本稿は、大道芸セミナーと特別養護老人ホーム訪問を事例として、その意義と課題を考察することを通じて、高齢者が楽しむことができ、新たな生きがいを見出す契機となるような芸術・芸能活動のあり方について示唆を提示することを目的とする。そのために、事例の一連の活動に対する受講生の満足度や考え方、行動の変化を知る必要がある。また、高齢者を対象とした他の一般的な芸術・芸能の講座と比較した際の大道芸セミナーの特徴的な要素を抽出し、その意義と課題を知る必要がある。前者の論点については、受講生へ合計5回のアンケートを実施した。後者については、すべての活動に同行した京都SKYセンター職員の伊原佳代子氏へインタビューを実施した。アンケートとインタビューならびに筆者による観察をもとに事例の考察を行い、芸術・芸能活動のあり方についての示唆を提示したい。

本稿の構成は以下の通りである。第2節では、実践の背景として、高齢者の生きがいづくりの重要性や、高齢者が介護や介護予防の担い手になることへの期待について概観する。第3節では、大道芸セミナーならびに特別養護老人ホーム訪問の詳細を述べる。第4節では、受講生へのアンケートと伊原氏へのインタビューの概要を記述する。第5節では、アンケート、インタビューならびに筆者による受講生の観察をもとに事例の意義や課題を考察する。第6節は本稿のまとめである。

2. 実践の背景

2-1. 生きがいづくりの重要性

人口の高齢化が進み、単に長生きするだけでなく、人生の後半をいかに充実したものとするかも重要視されつつある。疾病の有無のみならず、心の充実や生活の質も高齢者の健康にとって大切な要素であるとみなされるようになってきた。心の充実や生活の質の向上のために、生きがいを持つことは重要である。今日では高齢者の生きがいづくりが大きな社会的関心事となっている。2012年に閣議決定された高齢社会対策の大綱では、「活力ある地域社会の形成を図るとともに、高齢者が年齢や性別にとらわれることなく、他の世代とともに社会の重要な一員として生きがい

を持って活躍したり、学習成果を生かしたりできるよう、高齢者の社会参加を促進する」と明記されている。塚田は、生きがい対象²⁾を多く持つ高齢者の方が、生活満足度が高い傾向にあることを明らかにした[塚田 2015]。Demura et al.は、生きがいは生活の質の重要な構成要素であると指摘している[Demura 2005]。また、Sone et al.は、生きがいを持つ人の方が持たない人よりも死亡率が低いことを明らかにした[Sone et al. 2008]。

高齢者が生きがいを持つためには、高齢者の社会参加を促進し、社会的繋がりを維持、向上させることが1つの鍵となる。内閣府は、友人の数が多いほど生きがいを持つ人の割合が高いことを明らかにした[内閣府 2016]。市田によると、社会関係資本³⁾と主観的健康感に正の相関がみられた[市田 2007]。また、Frey & Stutzerによると、社会関係資本と主観的幸福感に正の相関がみられた[Frey & Stutzer 2001]。

役割意識も生きがいの重要な要素である。青木は、生きがい感⁴⁾を保持、増大させるためには適材適所の役割を担うことが重要であると指摘している[青木 2015]。古田等によると、社会での役割意識と、人との交流を伴う外出の頻度には強い関連がある[古田等 2004]。役割意識は、高齢者の閉じこもり予防や介護予防にも繋がる可能性がある。中年期から高齢期に差し掛かると、子育て等の家庭における役割や仕事での役割を終える人が多い。趣味活動や地域活動の領域に新たな役割意識を見出し、新たな社会的繋がりを構築していくことが、生きがいづくりの視点から重要であると言えるだろう。服部等は、ボランティア活動に参加する高齢者は、非参加者よりも生きがい感が有意に高いことを明らかにした[服部等 2017]。また、樋口等は、就労活動、あるいは地域活動に参加している高齢者は、活動に参加していない高齢者に比べて生きがい感が高いことを明らかにした[樋口等 2004]。ただし、服部等も樋口等も、分析手法上の限界で因果関係を明確にすることができていない。何らかの形で他者に貢献する活動が生きがい感を高めているのではなく、生きがい感が高いから他者に貢献する活動を行う可能性もある。他者に貢献する活動そのものではなく、活動に付随する社会的交流が生きがい感を高める真の要因である可能性も否定できない。この点については更なる研究の蓄積を期待したい。また、心身の状態によっては就労やボランティア活動等を行うことが難しい場合もある。他者へ貢献する活動が生きがい感の向上に寄与しうるとしても、すべての高齢者に他者への貢献を要求することは適切ではない点には留意が必要である。

2-2. 介護・介護予防の担い手としての期待

少子高齢化の進展に伴い、高齢者を若い世代だけで支えることには限界が出始めており、高齢者同士での支え合いも必要となる。2014年の介護保険制度改正では、要介護認定非該当の自立した高齢者を生活支援にかかわるサービスを提供する側として位置付ける変更が行われた。高齢者は介護保険被保険者であるのみならず、介護予防や社会活動の一環として、介護予防や生活支援のサービスを担う役割が期待されるようになったのである。同年の介護保険度改正では「介護予防・日常生活支援総合事業」が創設された。コミュニティカフェや交流サロン等が実施されることが想定されている。

高齢者を中心とした地域住民が介護予防の分野を担う先駆的な取り組みも始まっている。茨城県ではシルバーリハビリ体操指導士養成講座が開催されている。介護予防を目的とした体操であるシルバーリハビリ体操のリードを行う役割を担う地域住民を講座で養成している[今等 2018]。シルバーリハビリ体操指導士養成事業は広島県尾道市でも実施されており、積山等は、

広島県尾道市のシルバーリハビリ体操士養成講座の受講生の生きがい感が受講後に有意に向上したことを明らかにした[積山等 2017]。また、愛知県武豊町では「憩いのサロン」が開設されている。運営は地域住民によるボランティアで行われている。サロン開設により地域住民の健康が向上したとする研究も存在する。Ichida et al. は、憩いのサロン参加者は主観的健康感が非参加者よりも有意に高いことを明らかにした[Ichida et al. 2013]。Hikichi et al. は、憩いのサロン参加によって認知機能低下のリスクが抑えられることを明らかにした[Hikichi et al. 2017]。

介護についても高齢者が一部の役割を担うことが期待されている。特にレクリエーションは担い手が少なく、今後需要が伸びることが予想される分野である。老人介護施設におけるレクリエーションには、身体機能の維持や向上、脳の活性化、コミュニケーションの促進といった意義があり、意義に対する理解も深まりつつあるが、慢性的な人手不足により、レクリエーションに対して十分な人員を確保できないのが現状である。老人介護施設の職員でない外部の人材の活用が課題であり、比較的健康な高齢者が役割を担うことが可能であると考えられる。外部の人材がレクリエーションを担当することによって、老人介護施設を利用する高齢者の外部との交流が盛んになるといった利点もある。高齢者が安心して介護を受けられる社会を構築するのみならず、比較的健康な高齢者が介護や介護予防の担い手となることも期待されていると言ってよいだろう。

以上、社会的繋がりや役割意識、創造的活動を通じた高齢者同士の支え合いが生きがいの観点から重要であることを整理した。

2-3. 大道芸セミナーの類似事例

高齢者が趣味として芸能に取り組むことは決して珍しいことではない。マジックや南京玉すだれ等の芸能を教える講座は全国の公民館等で多数開催されている。それらの講座の中には生きがい事業等の名目で行われるものも多い。ボランティアとして習得した芸能を披露する高齢者も多数存在する。芸能を披露できる中高年を派遣することを目的とした非営利団体もある。しかし、アンケート等を通じた高齢者の意見をもとにまとめた考察を行った研究は、管見の限りでは非常に限られている。本稿で取り上げる大道芸セミナーは、芸能の技能習得の場を設けるだけでなく、笑いや生きがいに関する講義も取り入れることによって、受講生に自らの生きがいについて考えることを促すことを試みている点において、公民館等で開催される一般的な事例とは異なる。本稿では、受講生に行ったアンケート、伊原氏へのインタビューや筆者による観察をもとに事例の考察を行い、高齢者が楽しみ、生きがいを見出す契機となる芸術・芸能活動のあり方に対する示唆を得ることを試みる。

3. 大道芸セミナーの詳細

本稿で取り上げる大道芸セミナーでは講義とワークショップを組み合わせたセミナーを5回実施した。セミナーの終了後に、一部の受講生が京都市内の特別養護老人ホームを訪問し、習得した芸を披露した。本節では、大道芸セミナーと特別養護老人ホーム訪問について記述する。

3-1. 大道芸セミナーの概要

大道芸セミナーは、2017年6月29日から7月27日まで、週に1度、5回にわたり開催された。開始当初9名から参加申し込みがあった。4回以上継続して参加した受講生は6名であった。受講生の内訳は、男性6名、女性3名で、年齢は60歳から80歳であった。

1回のセミナーの時間は120分である。まず約30分間笑いや生きがいに関する講義を行った。残りの90分でマジックやバルーン、ジャグリング等の大道芸のワークショップを行った。最終回に限り、30分の講義の後に受講生による練習成果の発表会を行った。大道芸のワークショップは、段階的に難易度が上がるような順番で内容を構成した。各回の概要を表1にまとめた。なお、第2回以降受講生が減少したのは、第1回を体験受講も可能とし、第1回終了後に第2回以降の受講料の精算を行ったことが影響していると考えられる。第2回以降受講しなかった人の中には、講座の内容に不満足であった人だけでなく、最初から継続受講する意思がなかった人も含まれていたものと推察される。

3-2. 各回の詳細と受講生の様子

第1回の講義テーマは「笑いの効用」である。笑いが精神的健康、身体的健康に寄与するという話を、日本で行われた実験事例の紹介を交えながら講義した。ワークショップはトランプを用いたマジックである。難易度の低い内容のみを扱った。受講生は順調に内容を習得している様子であった。マジックそのものを楽しんでいる様子であり、受講生同士で演技を見せ合うことを通じてコミュニケーションも生まれていた。単純な種でも人を驚かせることができることに感心している受講生もいた。

表1 大道芸セミナーの概要

実施会場 京都市左京東部いきいき市民活動センター
第1回 2017年6月29日 参加者9名
講義：笑いの効用 ワークショップ：トランプを用いたマジック
第2回 2017年7月6日 参加者5名
講義：生きがいづくり ワークショップ：日用品を用いたマジック
第3回 2017年7月13日 参加者7名
講義：笑いとの介護・介護予防 ワークショップ：バルーンアート
第4回 2017年7月20日 参加者6名
講義：福祉に広がる笑い ワークショップ：ジャグリング
第5回 2017年7月27日 参加者6名
講義：エンターテイナーを目指すために必要なこと ワークショップ：習得した技能の発表会

第2回の講義テーマは「生きがいづくり」である。仕事や家庭だけでなく、趣味活動や地域活動にも生きがいを見出していくことの必要性等を議論した。受講生同士で生きがいに関する意見交換も行った。男性の受講生からは、「仕事を定年退職したばかりで、新たな生きがいをこれから探りたい」という意見があった。女性の受講生からは、「かつては子どもの成長を見るのが生きがいであったが、現在は孫の成長を見るのが生きがいである」という意見が出た。孫の成長が生きがいである点に同意する受講生が多かった。ワークショップは紙コップや輪ゴム等の日用品を用いたマジックである。4つの内容を習得した。受講生は特に大きな混乱もなく内容を習得している様子だった。輪ゴムのマジックでは新たな演出をその場で考案した受講生もいた。筆者は「新たな演出を自ら考えるのも芸を身につける上での大きな楽しみであり、どんどん工夫してもらいたい」とフォローした。

第3回の講義テーマは「笑いと介護・介護予防」である。介護予防のためにレクリエーションやスポーツ等の地域活動に積極的に参加することの重要性を講義した。ワークショップはバルーンアートである。細長いバルーンや丸いバルーンを用いて、雪だるま、リース、犬を作成した。作品は全員が完成させることができたが、膨らませたバルーンの口を結ぶ作業で手に力が入らず苦労している様子の受講生も2名いた。

第4回の講義テーマは「福祉に広がる笑い」である。小児病棟での芸術活動事例を紹介しながら、福祉の分野でどのように笑いが活用されているか講義した。また、伊丹仁朗氏が提唱する生きがい療法⁵⁾において、ユーモアを交えたスピーチが実践されていることを紹介した。ワークショップはジャグリングである。約30分皿回しを行った後に10分休憩を置き、その後ボールのジャグリングを行った。3回目までとは異なり、ボールのジャグリングの練習を始めて15分程度で受講生全員に疲労の様子がみられるようになった。受講生からは「芸で生きるのは大変だ」という声が上がった。皿回しの体験では、60代の受講生が比較的順調にコツをつかむ一方で、70代以上の受講生は苦戦している様子だった。なお、第4回終了時点で、第5回までに学んだ芸を1つ以上練習することと、2分以内のユーモアのあるスピーチを考えてくることを課題として課した。

第5回の講義テーマは、「エンターテイナーを目指すために必要なこと」である。エンターテイン(entertain)の語源は、人の心をつかむことであり、単に芸を披露するのみならずもてなしの精神が重要であること等を講義した。受講生がボランティアとして芸を披露することを見越した注意事項等を講義した。観客に楽しんでもらうために、上手に芸を行うことよりも楽しい雰囲気を作ることやコミュニケーションが重要であることを伝えた。講義終了後に約30分自主練習を行い、その後前週に課したユーモアのあるスピーチと習得した芸の発表会を開催した。当初は1人につき持ち時間5分で発表を行うことを想定していたが、全員が10分を超える発表を行った。

ユーモアのあるスピーチは、駄洒落や漫談風のトークを考えてくる人や、最近発見した役に立つ豆知識を披露する人、趣味の指笛を披露する人等、内容は様々であった。お尻の視点から人生を振り返るという内容もあった。振り込め詐欺の電話がかかってきたので騙されたふりをして話を聞いた時の様子を実況するものや、笑いを取り入れた体操を実践する会の開催を知らせるチラシがあり楽しそうだと思い主催者を見てみたら葬儀業者だったというオチをつけたものもあった。発表会終了後に、人々に楽しい時間を届ける芸を身につけることをきっかけとして、日常にある楽しいことを意識的に見つけて誰かと共有してみる習慣をつけると、自分も周囲の人の生活も少しだけ楽しくなるのではないかと考えスピーチを実践してもらったという筆者の考えを受講生に伝えた。

芸の発表は、皿回しを行った人が1名、バルーンを作った人が1名、マジックを発表した人が4名

であった。バルーンを披露した人は、習得した技術を応用して新しい作品をその場で完成させた。また、皿回しを披露した人は、皿の代わりにお椀を回すことにも挑戦した。自ら調べて練習したマジックを披露する人もいた。受講生の創造性が垣間見える時間となった。図1は大道芸セミナー開催時の様子である⁶⁾。



図1 大道芸セミナー開催時の様子

3-3. 福祉大道芸パフォーマーの認定と施設訪問

大道芸セミナー終了時に、5回中4回以上参加し、かつ最終回で発表を行った6名を「福祉大道芸パフォーマー」として私的に認定した。6名が初めての認定者である。6名のうち4名が、2017年9月8日に京都市伏見区にある特別養護老人ホームを筆者とともに訪問し、習得した芸の披露を行った。内訳は男性3名、女性1名で、年齢は60歳から80歳である。施設の入居者約30名が観客として参加した。受講生の持ち時間は1人当たり約5分とし、4名の芸の披露の後、筆者が約20分のパフォーマンスを実施した。受講生の芸の内容は、バルーン(2名)、皿回しと指笛(1名)、マジック(1名)であった。どの受講生も事前に練習していたことが推察される演技内容で、全員が芸を成功させていた。また、全員が観客と自然と会話するような話術で落ち着いて進行していた。受講生と観客の年齢が近いため、受講生も気負うことなく自然とコミュニケーションを図れたのが要因であると筆者は考えている。大半の観客が和やかな表情をしており、要所では拍手も起きていた。大道芸セミナーの第5回で講義した内容を受講生が体得している様子であった。

その後も受講生に自主的な活動を呼びかけ、2017年9月に京都SKYセンター主催行事において受講生2名がバルーンを会場にいた子どもにプレゼントした。2017年10月に京都市南区の教会で開催された子ども食堂で筆者が大道芸を披露した際に受講生1名が同行し、筆者とともに子どもへバルーンをプレゼントした。その後は主催者側で受講生が芸を披露する場を設けることができていないのが現状である。

4. アンケートならびにインタビューの概要

本節では、受講生へ合計5回実施した実施したアンケートならびに京都SKYセンター職員の伊原佳代子氏へ実施したインタビューの概要を記述する。

4-1. 受講生へのアンケート

大道芸セミナーや特別養護老人ホーム訪問に対する受講生の満足度や、考え方、行動の変化を把握することを目的として、第1回開始前、第2回開始前、第5回終了後、特別養護老人ホーム訪問終了後、一連の活動終了1年4か月後の合計5回アンケートを実施した。アンケートは当日参加した人全員を対象としたが、一連の活動終了1年4か月後のみ特別養護老人ホームを訪問した4名を対象とし、3名から回答を得た。第1回開始前に、アンケートは学術調査公表の目的で使用する、回答を公表する際には匿名性が担保されていること、回答しなくても不利益が生じないことを受講生に口頭で説明した。質問と回答を表2にまとめた。

4-2. 伊原氏へのインタビュー

高齢者を対象とした他の一般的な芸術・芸能の講座と比較した際に本事例のどのような要素が特徴的であるか把握するため、2019年1月30日に京都SKYセンター職員の伊原佳代子氏へインタビューを実施した。伊原氏はすべての活動に主催者として同行しており、京都SKYセンターにおける他の芸術・芸能の講座の運営にも携わっている。インタビューは、半構造化インタビューの形式で実施した。実施に先立ち、インタビューは学術論文公表の目的で使用する、論文内で氏名に言及すること、後述する記録方法についての承諾を得た。

表2 受講生へのアンケート

第1回開始前(n=9)	
1. 氏名	(非公表)
2. 性別	・男性6名 女性3名
3. 年齢	・60歳～80歳
4. 参加動機	・4月から自治会の副区長、イベントを企画するにあたり自分も挑戦しようと本セミナーに参加しました ・自分の好きなことをどしどしして行きたいと思います(類似回答他1名) (アンケート回答の引用はすべて原文ママ) ・他のボランティアの助けになればと参加しました(類似回答他1名) ・自分の意識からは遠い内容の講座ですが、思い切り挑戦してみようという気持ちになりました ・新しい事への興味、挑戦して脳の活性化が出来ればと思って ・ボランティアへの参加は今のところ不明
第2回開始前(n=5)	
1. 現在生きがいを感じているか	・はい 5名 いいえ 0名
2. どんな時に生きがいを感じるか	・人の喜ぶこびを知った時。妻の笑顔 ・孫の世話や成長を見ることが。家族等の記念日に食事会をする為に会場などを考えることも ・家族の成長、仕事の達成 ・幼児や高齢者のボランティアで例えば出来上がった時に満足感あふれる笑顔を見るのが生きがいを感じます
3. 生きがいづくりのために取り組んでいること	・自治会の役員として頑張っています ・食文化を大切に ・今後何をやったらよいかあれこれ考えています ・地域でのボランティア的仕事をしている ・人の喜ぶこびの為に行動する時
4. 健康づくりのために取り組んでいること	・散歩、太極拳、スローエアロビックス、筋トレ、社交ダンス、ランニング、食事に気を使う

表2 受講生へのアンケート(前ページからの続き)

第5回終了後(n=6) 1. 講座を受けて心境の変化があったか ・はい 6名 いいえ 0名 2. 心境の変化についての自由意見 ・何とかやれるものが次々現れ、挑戦する楽しさと、何とか自分で工夫してみる事にもなる頭の運動力増加です ・芸をみかくことに加えて、人を楽しませる目的意識をもつ意義を痛感しました ・生活の中に友人との関係でユーモアを取り入れる必要を実感しました ・人の心をつかむのはむづかしい。物の見方が変わりました。何時もアンテナをはってないとダメですネ 3. 講義から得るものがあったか ・あった 6名 なかった 0名 どちらとも言えない 0名 4. 講義で得たものに関する自由意見 ・笑いが健康増進でもあり、日常生活に不可欠であることを再認識、単なるマジックの教授ではない、講座であったのが嬉しい ・笑い、介護等現実の真っただ中にいましたので、ホッと一息つける日(セミナー)になりました ・何の気ない芸に意外性があることに気がつきました。ボランティアのつなぎにいくつか入れたいと思いました ・具体的な内容でよく理解できました ・生きがいつくりのお手伝いができればと思っていますが… 5. ワークショップから得るものがあったか ・あった 6名 なかった 0名 どちらとも言えない 0名 6. ワークショップで得たものに関する自由意見 ・楽しませていただきました。勉強仲間がいるのは、さらに意欲を高めさせました ・できないと思っていたことが案外できることに気がつきました ・パルンアートは自由にできるので楽しみです ・どれでも出来ると思っていたのに意外と苦手なものもありと実感。体力の問題でもあると思うが手の力の無さにガクゼン ・数多くこなせたら楽しいだろなと感じました。小生にはあまりできないという感じです ・いろいろな種類がある事を認識できた ・少人数でしたのがかえって良かった！初めは淋しいなと思いましたが、かえって和気あいあい、最後の皆様の特技が素晴らしかった 7. 福祉大道芸パフォーマーに認定されたことについての感想 ・これからも続けて挑戦したいです(類似回答他1名) ・他のボランティアに役立てたいと思います ・うれしい(同回答他1名) ・まだ実感はわいてきません
特別養護老人ホーム訪問終了後(n=4) 1. 特別養護老人ホーム訪問を通じて学べることがあったか ・あった 4名 なかった 0名 2. 同様の機会があればまた参加したいか ・はい 3名 いいえ 1名 3. 演技を行った感想についての自由意見 ・たつきゅうさん(筆者の通称:括弧は筆者による)から学んだ講演会の内容を活かし発表することができました。『アイコンタクト』『間』『話し方』等演技にプラスしたプレゼンターとしての心がけに注意していました。楽しかったです ・お客様の掛け声が入ることにより場が盛り上がり演技をしている者にとってはややすかったです ・短い時間の中、自分も楽しめました。お客さんも楽しめたと思います?シニアのアマチュアの大道具ボランティア。短時間に良い所だけまとめるのが良いかと思いました ・小生は紙コップを使った手品をやりましたが、種がわかるような失敗をやってしまいました。しかし、どうなってもよいという、ひらきなおりの姿勢で通しましたので、ぶざまな結果にはなりません ・そういう立場に自分を追い込んだということは、一つの体験を積む効果があったと思います(同様の活動に参加する意思がないと回答した受講生のもの。この受講生の演技は、多くの観客が驚いていたことを付記する:括弧は筆者による)
一連の活動終了1年4か月後 (n=3) 1. 大道芸セミナー、あるいは特別養護老人ホーム訪問の経験を通じて、行動や考え方に変化があったか ・はい 3名、 いいえ 0名、 わからない 0名 2. 具体的にどのような変化があったか ・大勢の人の前に出て、自信のないことを披露して、皆さんが楽しんでくれたと思うと、またやってみたいと言う、変な自信がついた。腹話術、手話で何度も舞台上に立った ・自己紹介をする時等もプレゼン(自己表現)ととらえて聞く人の年齢や場面を考えて行なうようになりました ・人前に立つまでは緊張、落ち着かなかったが、リラックス、リラックスと思いながら立てば自然と落ち着いたようにおもう。見学者の真剣な視線を感じ笑顔で対応するように心掛け、自分が楽しみながらやるのが大切で実際私自身楽しめました 3. 具体的にどのような場面をきっかけとして行動や考え方を考えてみようと思ったか ・アマチュアがしているボランティア。失敗しても見ている方は「あつ、失敗している。間違っている」と楽しんでおられる。演じる方も一緒に楽しめば良いと思うようになった ・第5話の「エンターティナーを目指して」が特に参考になりました ・パルンアートに挑戦した。見学者が沈黙状態だと進めにくいのが相の手が入ったおかげで部屋の雰囲気が高みやりやすかった。雰囲気盛り上げるための話術の必要性を感じた ・アートSKY塾の活動で他の特別養護老人ホームでも体験させていただきました。今回はバックミュージックで雰囲気をつくりましたが見学者も興味しんしんで効果はあったと思う。相手が変れば雰囲気も変り、場数を踏まないと難しいと思った

インタビューは筆者がノートへ要点を記録し、ICレコーダーへの録音も行った。記録をもとに、発言の趣旨を変えない範囲で筆者により文章を再構成した。インタビューの質問と回答を表3にまとめた。

表3 伊原氏へのインタビュー

1. 大道芸セミナー並びに特別養護老人ホーム訪問の全般の感想
・大道芸はそれ自体が楽しい内容であった。手足の感覚を使い、全身も動かし、脳を使い、全身で脳トレをしているようであった ・人を楽しませるだけでなく、自分も楽しむことを同時に体験できる内容であった。大道芸は社会参加やコミュニケーションを促すツールであった ・受講申し込み者が少なく残念であった。広報に課題があった（質問7.に同回答あり） ・実際に社会参加へと繋げるプロセスの設計が不十分であったと感じる
2. 他の芸術・芸能の講座と比較して、受講生の参加態度に違いは見られたか
・他の講座と比べて参加態度に大きな違いはない
3. 他の講座と比較して、大道芸セミナーにはどのような特徴があったか
・芸のスキルと社会参加に関連する情報を同時に提供するものは他にはない ・芸のスキルを学ぶ理由として、他の人のために行動することを伝えられた ・「全身脳トレ」であり、人を楽しませる体験ができた ・学んだことをアウトプットするのが面白い。高齢者は「やらされ感」があるとやりたがらない。自分が楽しめる要素は必要である ・高齢者は人前で何かを発表する機会がない。緊張感と楽しさを同時に経験する機会はない。様々な気持ちを乗り越える体験をできた。しかし、その時に感じた気持ちに対するフォローが不足していた
4. 3.で指摘した特徴的な部分は、どのような効果を生んだか
・座学だけで終わらず現場の体験をすることで、相手に合わせてどう楽しんでもらえるか考える経験ができた ・人前で何かをするという非日常の経験ができた。高齢者は今まで培った経験のウェイトが大きい分、新しい事への恐怖心もあったと思うが、緊張感を楽しめていたようだ
5. 講義と大道芸ワークショップを同時に行うことにより、他の講座と異なる効果があったか
・受講生自身の社会参加のあり方を考える契機になったが、本人が意図しない場所へ行くだけでは新たな行動を促す動機として弱かった
6. 特別養護老人ホームを訪問したことの感想
・「人生の持ちネタ」以外のことを見せる体験をできた。困惑もあったかもしれないがイキイキして見えた
7. 大道芸セミナー並びに特別養護老人ホーム訪問の課題
・コミュニケーションの難易度が低いデイサービス等を訪問先として選んでもよかったかもしれない

5. 考察

本節では、アンケートとインタビューならびに筆者による受講生の観察をもとに、大道芸セミナーと特別養護老人ホーム活動の意義と課題を考察する。その中で、一般的な芸術・芸能の講座と比較した大道芸セミナーの特徴的な要素や、他の芸術・芸能に携わる活動家への示唆についても言及したい。

5-1. 意義

第2回開始前のアンケートから、比較的健康であり、生きがいづくりに意欲的な高齢者が大道芸セミナーを受講したことが推察される。また、第5回終了後に全員が心境の変化があったと回答し、全員が講義やワークショップから得るものがあったと回答したのみならず、特別養護老人ホーム訪問後に全員が学べるものがあったと回答したことから、大道芸セミナーには一定の意義があったものと考えられる。

奥西は、高齢者の創造的活動の意義は以下の4つの点に見出すことができると指摘している[奥西 2006]。

- ・楽しみ
- ・感覚や知覚への刺激
- ・自己の経験の再構成
- ・コミュニケーション

大道芸セミナーにおいても、受講生はこの4つの点において意義を見出すものができたものと筆者は考える。

5-1-1. 楽しさ、感覚や知覚への刺激

マジックやバルーン、ジャグリングを受講生が楽しんでいる様子が見られた。アンケートや伊原氏の発言から「脳トレ」という表現が見られたように、新しい事に挑戦することを楽しむ機会となった。いずれの芸も手先を使用するため、感覚の刺激になる。バルーンの作品を作る際に手の力の無さを自覚した受講生もいたが、練習を通じて自分自身の身体感覚を意識しなおす経験をしたという解釈も可能である。知覚への刺激も十分にあったものと考えられる。他の人に演技を見てもらうことを前提として芸の練習を積むことで、自ら構成を考えることができた。一連の活動終了1年4か月後のアンケートから、実際に芸を披露したことへの振り返りを通じてより良い見せ方を考えた受講生がいたことも判明した。

5-1-2. 自己の経験の再構成

奥西は、「自己の経験の再構成」という言葉を、今までの経験を何かに役立てたり、新たな自己発見をしたりするという意味で用いている[奥西 2006]。特別養護老人ホームで演技を披露する経験が特に自己の経験の再構成をもたらしたと筆者は考える。一連の活動終了1年4か月後のアンケートから、不慣れで緊張する経験をしたことを通して他のボランティア活動でも人を楽しんでもらうことを意識した活動を行えるようになった人がいることを確認できた。大道芸には、自らが楽しめるだけでなく、他の人を楽しんでもらえる要素があることを体験できた。筆者は、他の多くの芸

術・芸能にも同様の要素が含まれていると考える。

樋口は、高齢者の生きがいづくりでは、受け身で学習する場を提供するのではなく、高齢者の主体性を尊重し社会的役割を自覚できる学習機会を提供することが必要だと述べている[樋口 2004]。大道芸セミナーでは、笑いや生きがいをテーマとして、社会との関わりについて再考を促す講義を行った。他の人に自分の演技を見てもらうことを前提とした練習や芸を披露する経験を通じて、相手を意識した行動を体得した受講生がいることがアンケートから判明した。芸術・芸能の持つ楽しさを共有できる性質が人との関わりに関する学びを後押しした。この点は単なる技能の講習ではなく、他の人に見てもらう前提でワークショップを行い、講義も加えた意義であり、他の一般的な芸術・芸能の講座とは異なる特徴であったと考えられる。

内閣府が実施した「社会意識に関する世論調査」によると、60歳以上の人の約6割が社会のために何か役に立ちたいと考えている[内閣府 2018]。自分も周囲の人も楽しむことができる芸術・芸能の特質を広く周知することが、芸術・芸能を通じた社会参加への後押しとなる可能性がある。

5-1-3. コミュニケーション

大道芸セミナーでは様々な芸を習得する過程で受講生同士のコミュニケーションが生まれた。マジックを練習する際に受講生同士で演技を見せ合ったり、バルーンで作った雪だるまに描いた顔の表情についての感想を受講生同士で語り合ったりする様子が見られた。特別養護老人ホーム訪問時には、受講生同士で笑顔で近況を確認し合う様子が見られた。また、特別養護老人ホームでの演技終了後に、受講生の1人から「私生活で落胆することがあったが、他の受講生と会えるのが楽しみだった」という意見があった。

5-1-4. 創造性の発揮

本事例で見られた意義を更に2つ指摘したい。受講生が自発的に創造性を発揮する様子を何度も垣間見ることができた。輪ゴムを使ったマジックで新たな演出を考案したり、第5回の発表では、自ら調べたマジックを披露したり、バルーンの創作作品を完成させたりする様子が見られた。ワークショップの内容を可能な限り容易なものとし、芸を習得するのは難しくないと感じる機会を設けたことが、受講生の創造性を引き出した可能性がある。あるいは受講生は元々創造的な活動が好きだったのかもしれない。芸術家や芸能家は、プログラムを計画通りに完了することにとらわれず、高齢者の創造性を活かし柔軟な対応をした方が、高齢者の満足度が高まるのではないかと筆者は考える。

5-1-5. 笑いを通じた個性の発露

ユーモアのあるスピーチでは、全員が話の内容をしっかりと考え、予定時間を超過して話す様子が見られた。受講生は元来自分を表現することが好きな人が多かったのかもしれない。また、各自が全く違う視点でスピーチを行った。笑いやユーモアには各自の感性がよく現れることを象徴している。笑いやユーモアの中からその人が心地よいと感じることを見出す手助けをすれば、新たな生きがいの発見に繋がっていく可能性がある。大道芸セミナーではスピーチに関する意見交換は行わなかったが、今後同様の機会がある場合には、意見交換をする場を設けることに意義があると筆者は考える。

5-2. 課題

5-2-1. 体力や身体的機能に由来する困難

大道芸セミナーには一定の意義があったと考えられる一方で、いくつかの課題も出た。バルーンの口を結ぶ作業で手に力が入りにくく、作業を難しく感じる受講生がいた。また、ジャグリングでは早い時間で受講生に疲労の様子が見られた。若年層にとっては容易な内容でも、高齢者の体力や身体的機能によっては難しく感じられる場合もある。無理なく練習や作業が継続できるように難易度を考慮したり介助したりするといった工夫が必要であった。ジャグリングや皿回しでは60代の受講生が比較的順調にコツをつかむ一方で、70代以上の受講生は苦戦し、習得を半ば諦めている様子の受講生もいた。芸の習得過程において、加齢に伴う能力差が顕在化することもあるため、受講生が劣等感を抱くことがないように配慮が必要であった。芸の中には、習得するのに長い時間を要するものもある。継続して練習する意欲を維持するために、導入部分を易しくし、段階を踏んで練習すれば習得できることをわかりやすく示す等の工夫が必要であった。また、高齢者を対象として芸術や芸能の教授を行う際には、上手にできることを目標とするのではなく、挑戦することを楽しむ雰囲気醸成することも必要である。

5-2-2. 達成感を得やすくする工夫

第5回終了後のアンケートでは、芸を習得するのは難しいと感じる受講生もいた。多くの受講生が何かを達成できたと感じる場を提供するためには、単一の技能だけではなく複数の技能を習得できる機会を提供し、どの技能を重点的に習得するかは個人の主体的な判断を尊重することも1つの方法である。

5-2-3. 社会的繋がりや役割意識の維持

大道芸セミナーを通じて生まれた高齢者同士の社会的繋がりや役割意識を維持、拡大していくことも今後の課題である。一連の活動終了1年4か月後のアンケートからは一部の受講生が一連の経験を自らの社会参加活動へ活かしていることが確認できたが、伊原氏は新たな活動を促進できていないという見解であった。実際、継続参加を呼びかけた活動への参加者は減少傾向であった。受講生同士の自主的な繋がりを育て、各受講生の社会参加への意向を把握したうえで活動を計画すれば、より多くの変化を促せた可能性がある。

5-2-4. 芸術や芸能との関わり方の多様性の提示

特別養護老人ホーム訪問後のアンケートには、1人の受講生から同様の活動に参加することを希望しない旨の回答があった。この受講生は、演技を行った感想の中で、人前に立つことに元来苦手意識があったことを示唆する回答を行っている。大道芸セミナーでは、芸を披露することを通じて老人介護施設でのボランティアの体験を行うことを目標としたが、個人の性格や心身の状態により、人の前で芸や作品を披露することに喜びを感じない人も一定の割合で存在すると思われる。そのような人に対しては、別の形での楽しみ方もあることを予め提示するような配慮が必要であった。芸術や芸能は、他者に鑑賞してもらう楽しみ方もあるが、気の合う仲間とともに練習したり創造したりする楽しみ方もあるし、一人で黙々と技能を磨く楽しみ方もある。自分自身が芸や作品を披露しなくても、仲間が

披露するのを裏方として支えるといった関わり方もある。芸術や芸能との関わり方は多様であり、様々な選択肢があることを、芸術家、芸能家の側で高齢者に提示する必要があると筆者は考える。

5-2-5. 老人介護施設への応用

大道芸セミナーは比較的健康な高齢者を対象として実施したが、同じ内容をデイサービスやデイケア等の老人介護施設で実施するのは困難だと思われる。老人介護施設でも創造性を取り入れられるよう、作業療法士等の専門職と提携し、ワークショップの内容を変更することも検討に値すると筆者は考える。

5-2-6. 研究方法論上の課題

研究方法論上の課題にも触れたい。受講生へのアンケートにおいて具体的にどのような内容が満足や不満につながったか詳細に問う質問が少なく、考察を引き出すための調査設計として不十分な個所があった。また、受講生の人数が少なく、元来生きがいに意欲的だと推察される受講生が大半であったため、アンケートの回答は高齢者全体の平均的な選好を反映していない可能性があり、本稿の考察から一般的な知見を引き出すことには限界がある。

6. おわりに

本稿では、大道芸セミナーの意義と課題を議論した。むすびにかえて、事例の考察を通じて得た示唆を提示したい。

- ・高齢者が楽しさ、感覚や知覚への刺激、コミュニケーションを体感できる場づくりを行うことが好ましい。
- ・技能を社会に活かす視点も高齢者に提示することにより、高齢者の新たな気づきや学びを後押しすることが好ましい。
- ・既定のワークショップの内容にとらわれず、高齢者の創造性を尊重することが好ましい。
- ・高齢者の心身の状態に応じて難易度の配慮を行うと同時に、上手にできることを唯一の目標とせず、挑戦することを楽しむ雰囲気醸成することが必要である。
- ・芸術や芸能との関わり方は多様であることを高齢者に提示することが必要である。

筆者は今後も大道芸セミナーと同様の講座を開講し、高齢者の生きがいに微力ながらも貢献していく所存である。

注

- 1) 高齢者の生きがいを測定する尺度を開発した近藤・鎌田は、生きがいを「なにごとにも目的をもって意欲的であり、人の役に立つ存在との自覚をもって生きていく張り合い意識である」と定義している[近藤・鎌田 2003 p.99]。近藤・鎌田の尺度は高齢者の生きがいを測定する尺度として広く用いられるため、本稿でもこの定義に従うものとする。
- 2) 神谷によると、生きがいには「生きがい対象」と「生きがい感」の2つの側面がある[神谷 1966]。生きがい対象とは、生きがいをもたらす源泉または対象のことである。
- 3) Putnamによると、社会関係資本の定義は、「社会的な繋がりそこから生まれる規範、信頼であり、効果的に協調行動へと導く社会組織の特徴」である[Putnam 1993]。
- 4) 前述の神谷によると、生きがい感とは、生きがいを感じている精神状態のことである[神谷 1966]。
- 5) 生きがい療法は、癌の患者に対する心理、生活療法の一種である。生きがい療法の詳細は、伊丹等を参照されたい[伊丹等 1994]。
- 6) 写真に関しては、京都SKYセンターを通じて論文での使用承諾を得ている。

参考文献

- 青木邦男, 2015, 「在宅高齢者の性格特性、生きがい感関連要因及び生きがい感の関連性」『山口県立大学学術情報』第8巻 pp.7-17, 山口県立大学.
- Demura Shinichi, Kobayashi Hidetsugu, Kitabayashi Tamotsu, 2005, QOL Models Constructed for the Community-Dwelling Elderly with Ikigai (Purpose in Life) as a Composition Factor, and the Effect of Habitual Exercise, Journal of Physiological Anthropology and Applied Human Science, Vol. 24 No. 5 pp. 525-533, Japan Society of Physiological Anthropology: Tokyo.
- Frey S. Bruno, Stutzer Alois, 2001, Happiness and Economics: How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being, Princeton Univ. Press: Princeton.
- 古田加代子、流石ゆり子、伊藤康児, 2004, 「在宅高齢者の外出頻度に関連する要因の検討」『老年看護学』第9巻第1号 pp.12-20, 日本老年看護学会.
- 服部真治、市田行信、和田有理、近藤克則, 2017, 「高齢者のボランティア活動: 生きがい・高次生活機能・背景要因」『生きがい研究』第23巻 pp.28-47, 一般財団法人長寿社会開発センター.
- 樋口真己, 2004, 「高齢者の生きがいと学習」『西南女学院大学紀要』第8巻 pp.65-73, 西南女学院大学.
- 樋口恵一、安藤良輔、福本雅之, 2016, 「高齢者の活動と生きがい意識の関係性分析: 豊田市の中山間地域におけるケース・スタディ」『都市計画論文集』第51巻第3号 pp.513-518, 日本都市計画学会.

Hikichi Hiroyuki, Kondo Katsunori, Takeda Tokunori, and Kawachi Ichiro, 2017, Social Interaction and Cognitive Decline: Results of a 7-year Community Intervention, *Alzheimer's & Dementia*, Vol.3 pp.23-32, Elsevier: Amsterdam.

市田行信, 2007, 「ソーシャル・キャピタル: 地域の視点から」近藤克則(編)『ソーシャル・キャピタルの潜在力』pp.107-119, 日本評論社.

Ichida Yukinobu, Hirai Hiroshi, Kondo Katsunori, Kawachi Ichiro, Takeda Tokunori, Endo Hideki, 2013, Does Social Participation Improve Self-Rated Health in the Older Population? A Quasi-Experimental Intervention Study, *Social Science & Medicine*, Vol.94 pp.83-90, Elsevier: Amsterdam.

今絵理佳、石田修也、秋山稔、武田直子, 2018, 「茨城県におけるシルバーリハビリ体操指導士養成事業の概要」『地域リハビリテーション』第13巻第1号 pp.8-12, 三輪書店.

伊丹仁朗、昇幹夫、手嶋秀毅, 1994, 「笑いと免疫能」『心身医学』第34巻第7号 pp.565-571, 日本心身医学会.

神谷美恵子, 1996, 『生きがいについて』みすず書房.

近藤勉、鎌田次郎, 2003, 「高齢者向け生きがい感スケール(K-1式)の作成および生きがい感の定義」『社会福祉学』第43巻第2号 pp.93-101, 日本社会福祉学会.

内閣府, 2016, 『平成28年版高齢社会白書』日経印刷.

内閣府, 2018, 『「社会意識に関する世論調査」の概要』内閣府. (<https://survey.gov-online.go.jp/h29/h29-shakai/gairyaku.pdf> 2018.08.07 最終閲覧)

奥西麻由子, 2006, 「高齢者美術教育の可能性: 老人介護施設の粘土遊び実践に関する一考察」『美術教育学: 美術科教育学会誌』第27巻 pp.79-91, 美術科教育学会.

Putnam Robert, 1993, *Making Democracy Work: Civic Traditions in Modern Italy*, Princeton Univ. Press: Princeton.

積山和加子、田中聡、飯田忠行、藤原成美、古西恭子, 2016, 「シルバーリハビリ体操指導士養成講習会が受講生の心身機能に与える影響」『理学療法科学』第32巻第5号 pp.729-735, 一般社団法人理学療法科学学会.

Sone Toshimasa, Nakayama Naoki, Omori Kaori, Shimazu Taichi, Higasiguchi Mizuka, Kakizaki Masako, Kikuchi Nobutaka, Kuriyama Shinichi, Tsuji Ichiro, 2008, Sense of Life Worth Living(Ikigai) and Mortality in Japan: Osaki Study, *Psychosomatic Medicine*. Vol.70 No.6 pp.709-715, American Psychosomatic Society: McLean.

塚田典子, 2015, 「高齢者の総合生活満足度に関連する要因研究: 日・米の国際比較調査データを用いて」内閣府(編)『平成27年度 第8回高齢者の生活と意識に関する国際比較調査結果(全文)』内閣府. (<http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h27/zentai/> 2018.8.7 最終閲覧)