

「長く生きる」とはどういうことなのだろう？ 現代人共通のこの大疑問に真正面から取り組んだ、これまでにない展覧会「2240歳スタイル——時間を味方にする人生の先輩たち」展が、3月、秋田県立美術館で開かれました。

アクティブシニアを新しい活力に

秋田市は、元気な高齢者「アクティブシニア」の力を新たな活力として地域の課題を解決する活動を強めています。これはその一環として行なわれた事業。

穂積志秋田市長は「高齢になってからも自分らしくあり続けるため、今からできることを考え、新たな一歩を踏み出す機会に」と呼びかけています（展覧会図録「こあいさつ」より）。

市の委託を受け、半年かけて調査を実施したのは、全国でコミュニケーションデザイナーを手がけるstudio-L（山崎亮代表）の出野紀子さん、西上ありさんと秋田や山形の若者たち。20〜30代の若い人の視点で、70〜90代の人生の先輩たちの衣食住や楽しみ、人間関係を徹底インタビューしました。協力を得られた総勢29人計2240歳分の知恵の集積が「2240歳スタイル」です。

調査手法は、民俗学者の今和次郎の『考現学』から編み出しとてもユニークです。先輩たちの知恵とユーモア、こだわりの詰まった衣食住と元気の素は、若い人の想像をはるかに超えていました。

着る物スタイル

身体機能が低下するのをカバーするため、衣類の役割は大きい。しかし、おしゃれ心は忘れていません。街頭や病院での先輩ファッションスケッチや、商店の肌着売り場での情報収集などから、北国の寒さに負けない工夫とこだわりを解き明かしています。等身大のマネキンにイラ

元気な高齢者力発掘の新たな手法

「2240歳スタイル」時間を味方にする人生の先輩たち「展開催

医療ジャーナリスト

村上紀美子

ストを多用した展示がユーモラスです。

食べ物・住まいスタイル

スーパーのレジで支払いを終えた先輩たちに若い調査員が近づき、かごの中身の撮影をお願い（週5回来る人は、今日は290円分。月1回買いい物の人は1万円分）。さらに、自宅で3食の写真を撮ってもらい、冷蔵庫を見せてもらい。1人暮らしの男性がインスタントラーメンをつ

くる様子をビデオで撮影し、まるでTVに出てくる料理研究家みたいに達者です。居心地のいい自分の定位置「居場所をいかにつくるかの工夫の数々。定位置で好きなことがすぐできるよう、手の届く範囲に必需品がすべて配置されています。

元気スタイル

心身が弱り病気がちでも心は元気でいたい。「元気の素は、身近でいままでやってきたことのなかに見つけていました。健康ウォーキングも、遊びや楽しい目的をもって。他にも、手芸、ダンス、屋カラオケ、50歳以上が入れる「500歳野球」チーム、気の合う人との行き来、自転車で行く好きなお店でのランチなど、それぞれの元気の素が紹介されています。

先輩スタイル

庄巻は18人の先輩たちへのインタビュー。自分の居場所のできなものに囲まれ、暮らししと思いを語る姿から、その方の人生の物語が透けて見えます。

たとえば、88歳の女性は「頭脳明晰、好奇心旺盛、コミュニケーション力抜群」。戦前は看護師・保健師として働き、戦後は看護教師を経て、生命保険のセールスで所長にまでなつて、夫をサポートしてきました。いまのモットーは「人生、みな遊び」。俳句と墨絵、デッサンを習い、毎日外出し、料理をたくさんつくってみんなにお裾分けしています。



今回の企画を熱く説明する西上ありさん



秋山正子さん、市原美穂さんも「私たちこのファッション！」



studio-Lの出野紀子さん(右)と、すてきな先輩イラストを描いた学生の菅原葵さん

撮影●村上紀美子



ある先輩の定位置はここ



先輩で賑わうカラオケ喫茶の再現コーナー



人生をとことん楽しむ先輩は元保健師



宮崎での活動の展示前で筆者ら一行



その人の社会・文化活動をひと目で表す円グラフ



◆読者プレゼント（先着5名/締切8月12日）：展示作品のすべてを収載したおしゃれな「図録」（110ページ。非売品）をご希望の方は当編集室まで、e-mail（houmon@igaku-shoin.co.jp）で、「図録希望」と明記のうえ、お名前、送付先を、本誌の感想とともにお送りください。



洗練されたデザインとコピーで案内



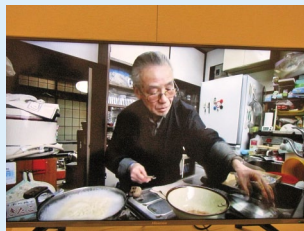
先輩好みのアッションを、先輩イラスを乗せたマネキンで、展示



87歳男性の2週に3回くらいのスーパーのレジかご(6126円也)



先輩の冷蔵庫の中身を再現してみた



まるで料理研究家みtain先輩

「一目瞭然！」「人物関係円グラフ」
先輩の人生インタビューには「人物関係円グラフ」がついています。
これは「血縁者など（家族）」「友達・行きつけなど（個人）」「社会活動（集まりや社交）」「医療・福祉」の4つの側面、かかわりの頻度（週1回程度、月1回程度、年1回程度）を表わし、ひと目でその人の個性や暮らしがわかり秀逸です。まとめは、すぐにできる「元気のヒン

ト12」の提案です。①毎日（飽きず）することをもち、②1日1回は出かける、③食べることに興味をもつ、④お礼を言う、お礼をする、⑤身近な楽しみをもつ、⑥自分から声をかける、⑦ご近所づきあいを大切にする、⑧たまり場や行きつけをもつ、⑨来るものを拒まない、⑩信頼できる友達をもつ、⑪年の差のある友達をもつ、⑫「楽しみ」をもつ準備を始める。山崎亮氏の言葉を借りると、従来の高齢者対策は、「介護や保健をどうするか

という課題対応型の発想」でしたが、これでは介護側の負担が増えるばかりで、対応が追いつかなくなる。それよりも先輩たちの「身近な楽しみをもち、地域の役割を引き受け、毎日をいきいき過ごしながら自然に仲間を増やしていく」姿を見て、「介護される側から介護する側になる高齢者を増やす」ことが課題解決の早道だと、おおいに説得力がありました（展覧会図録「おわりに」より）。

この展覧会では普通の人の一生がいかにドラマティックであるかが、リアルに深く学べます。高齢者・在宅分野での学会展示や、医療・福祉分野の教育で高齢者理解の教材にも活用できます。グループで同様の調査に取り組み、文化祭での企画発表などにも応用できるでしょう。◆「2240歳スタイル展」の詳細、次の企画や講演や巡回展などの相談は、studio-170。http://studio-170.org