令和７年度となみ散居村学習講座
第２回

民具を活用した回想法について

2025/07/19

氏見市立博物館長　小谷　超

氏見市立博物館

- 昭和57年8月開館
- 地域に立脚した、地域の博物館として、この地域を中心とする歴史・考古及び民俗資料の調査研究、収集保存、公開

2

「地域回想法」の取り組み

- 開館当初より館内の移築民家内で民具の展示　→「あら～懐かし～」の声が聞こえる
- 平成23年度から本格的に介護施設等と連携して、「地域回想法」の実施

3

「回想法」とは

・過去を振り返ったり、楽しんだりすることを毎日を生きる力に生かしていく援助技法

・ポイントは「過去を振り返り、楽しむこと」を活用するということ。

・1960年代前半、アメリカの精神科医ロバート・バトラー博士により提唱されました。

下山久之先生　資料より

4

日本では

- 日本では1980年頃から盛んになりました。（認知症、うつ病、障害者、ターミナル）の人々に専門家（医師、臨床心理士、作業療法士、看護師など）により、療法として取り入れられるようになりました。
- ここ数年、急速な超高齢社会になり、お年寄りがいつまでも元気で生き生き暮らせるように平成14年度から介護予防として一般の元気なお年寄りにも回想法がはじめられました。

国立長寿医療研究センター
遠藤英俊氏資料より

認知症高齢者への効果（非薬物療法）

悪循環→良循環へ

脳の活性化＝進行を遅らせる

残存能力を引き出す
- 長期記憶 （子どもの頃の記憶）
- 手続き記憶（手や体で覚えたこと）
- 感情機能（喜怒哀楽）

↓

生活の中で出来ることを行なって貰う

↓

役割を持ち、喜びを感じ、満足感、安心感、自尊心を取り戻す

↓

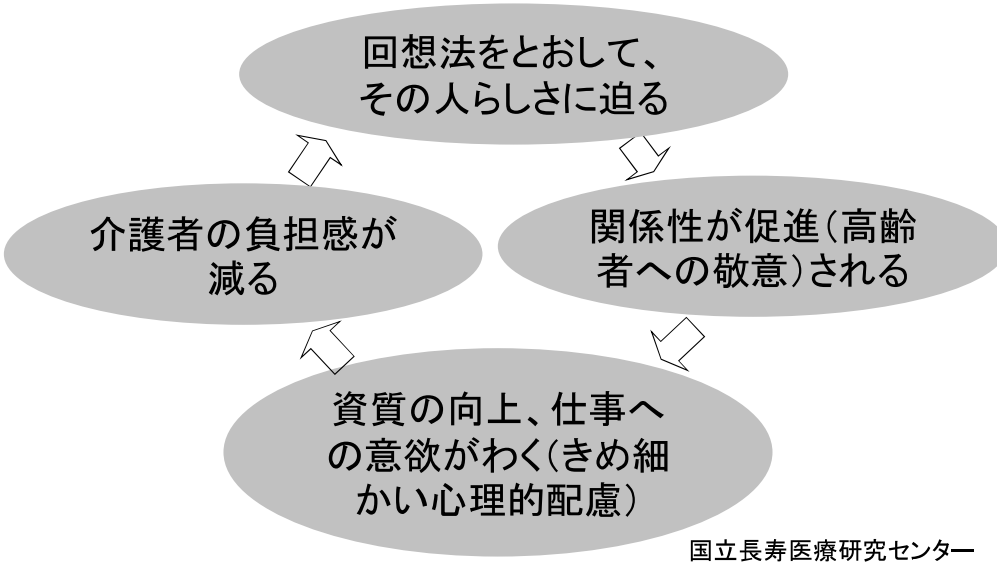
生き生きした生活が可能になる

↓

周辺症状（行動障害）改善される

国立長寿医療研究センター
遠藤英俊氏資料より

家族への効果、職員への効果



国立長寿医療研究センター
遠藤英俊氏資料より

但し、この場合の回想法とは（効果を期待する場合）

一定期間の継続実施の取り組み
（1回1時間の回想法を、毎週1回を計8回～12回実施し、効果判定のための記録、評価を行う必要性）

回想の効果

昔のことを回想して、
どんなお気持ちですか？

「あー懐かしかった」
「あー楽しかった」
話がとても弾んだ！

回想の効果

『回想脳』東北大学加齢医学研究所教授
医師・医学博士　瀧　靖之　先生

①脳の健康を維持し、認知症の進行を抑える。

②未来に向かって生きる力をつける。

③ストレスを解消し、気分転換を助ける。

④幸福感が得られる。

回想の効果

『回想脳』東北大学加齢医学研究所教授
医師・医学博士　瀧　靖之　先生

「人とのつながり」で脳がよみがえる。

ー「記憶」×「コミュニケーション」

令和 7 年度 となみ散居村学習講座

となみ散居村を学ぶ

＜ 第 2 回 ＞

•期 日　令和7年7月19日（土） 13時30分～15時00分

•テーマ　～となみ散居村の安心づくり資源～

「 民具を活用した回想法について 」

•講 師　氷見市立博物館長
兼 氷見市教育委員会文化振興課長
小 谷 超 氏

どげん：衣

箱ご膳：食

つぶら：住

主催 となみ野田園空間博物館推進協議会・となみ散居村ミュージアム

1　講座趣旨

砺波平野の散居村および周辺における歴史、文化、地域社会の現状などに関する学びを通し、地域理解を深めるとともに、全国に誇りうる散居村の魅力を発信し、ついては、望ましい形の景観保全と活性化につなげる。

2　後　　援　　砺波散村地域研究所

3　会　　場　　となみ散居村ミュージアム情報館・研修室

4　講師紹介　　昭和４２年　氷見市生まれ

平成２年　大谷大学文学部史学科卒
同　年　氷見市役所入庁
平成８年　教育委員会生涯学習課の配属、氷見市の文化財保護に携る。
以降、文化財保護行政及び博物館運営業務に従事する。
令和５年　氷見市立博物館　館長
現在は、文化振興課長を兼ねるとともに、氷見市第九合唱団の事務局長として氷見市の芸術文化面をも支えている。

研究分野　氷見出身の幕末の剣豪「斎藤弥九郎」、「氷見の万葉」、「論田・熊無の藤箕製作技術」、「地域回想法」等

令和６年　真宗大谷派　廣西寺住職

5　お知らせ（１）受講は事前申し込み制とします。
（２）受講料５００円の講座では、お一人、年間通算２,０００円を上限とします（つまり、講座５回目以降の受講は無料となります）。
なお、見学会等の参加料は別枠とし、その都度、参加料をお知らせします。

6　次回以降の講座計画　（１０月まで。日程・内容は変更する場合があります。）

期　日	テ　　ー　　マ（○は受け付け中）
８月　９日(土)	○「考古学が立証する富山県西部の地震歴」 (公財)県文振興財団 埋文調査課　副主幹　越前　慎子　氏
９月２０日(土)	○「農業土木が支えた砺波平野の開発史」 砺波郷土資料館学芸員　清水　麻美　氏
９月２７日(土)	※庭木剪定講習会（一般向け）
１０月１１日(土)	万葉集から読み取る 大伴家持のとなみ野 高岡市万葉歴史館　図書情報課長　関　隆司　氏

※は、受講料は1,０００円となります。