

5. 高齢者編

(3) 体験プログラム例

人は誰でも年を重ね老いていきます。老化により身体の機能は低下し、さまざまな障害がでてきます。これまで当たり前に行っていた日常生活が1人だけではできなくなります。高齢者疑似体験では、高齢者の心身の変化に気づく観察力を養うとともに、高齢者や障害を持つ人の苦労や介助の仕方を理解し、思いやり・いたわりの心を学びましょう。

① 高齢者疑似体験

体験用具内容

① 耳栓

高音域を聞きづらくした耳栓をつけることで、老人性難聴に特有な聞きにくさ、耳が遠い状態を再現します。

② ゴーグル（眼鏡）

加齢によって生じる白内障による色覚変化、ぼやけて見える状態や視野の狭さを再現します。

③ 万能（荷重）チョッキ

チョッキのポケットにおもり（砂袋）を入れて、加齢に伴う前かがみの姿勢を再現します。

④ マルチサポーター

手首・足首・肘・膝の関節を固定することで筋力の衰えから起こる関節の動きにくくなる状態を再現します。

⑤ 手袋

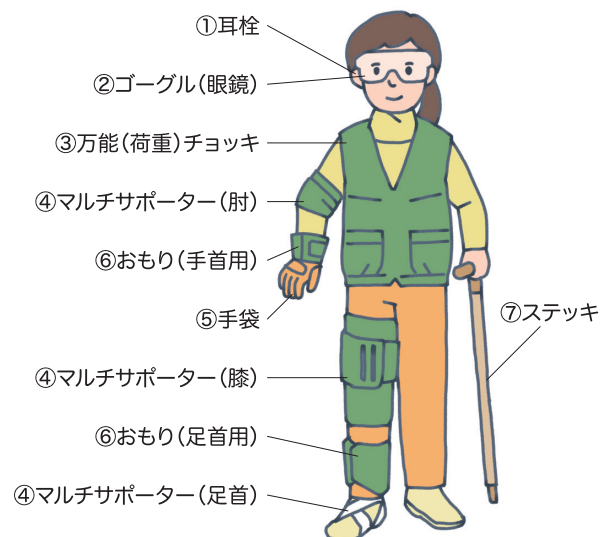
手指の触覚・圧覚、温覚などの低下により物がつかみにくい、おとしやすい状態や指先の違和感を再現します。

⑥ 手首・足首用おもり

動きが鈍感になり、不快なだるさを再現します。

⑦ ステッキ

前かがみになった身体を支えるために使用します。



はじめに

1. 人間は誰でも年をとるということを知り、理解しよう。
2. 年をとることによる身体の変化や心の変化について考えよう。

課題設定

1. 身体の機能低下を体験してみよう。
2. コミュニケーションをするときに必要な配慮を理解しよう。
3. 介助される側の気持ちを考えよう。

学習 プロセス

1. 高齢者の身体について想像しよう。
2. 体験用具を装着し「見る」「聞く」「触る」「歩く」などの基本動作を体験する。
3. 自動販売機でジュースを買う、公衆電話で電話をかける、新聞や広報誌を読むなどの体験コースを設定する。

体験の ポイント

1. 体験を行うときは、必ずグループ単位（2～3名）で行動し、1人は介助者として危険がないように見守り、もう1人はどんなところが大変なのか記録する。安全のため先生が見ているところで行うようにする。

まとめ

1. 自分の日常生活と比較して大変だったところを話し合う。
2. 高齢者と接するときに気をつけることや、工夫すべき点について考える。
3. 日常生活の中で高齢者に対しどういう風に気をつければよいのか考える。

注意！

誰でも老化による機能低下はありますが、個人差があることを忘れないようにしましょう。相手の状態によって気をつけることも変わるということを知っておきましょう。高齢者と接するときは相手を尊敬する気持ちを忘れないようにしましょう。