

読み聞かせを通して認知症予防

「こまえほんの会」



「こまえほんの会」は「シニアのための絵本読み聞かせ講座」の第1期修了生が2017年に発足した団体。70代から90代の12名で活動されています。

この講座は狛江市が65歳以上の方を対象に、読み聞かせを通して認知症予防に取り組むもので、読み聞かせインストラクターのもと3ヶ月間、発声やエクササイズ、読み聞かせの技術を学び、講座開始前と修了後に脳の健康チェックをし、集中力UPの結果が出た方もいたとか。



(左)代表 長尾真木さん
(右)副代表 久光寧子さん

月1回、会員内で自分の好きな本を紹介し合う会（月例会）、コロナ禍前は介護施設や和泉小学校のKOKOA（放課後子ども教室）など外部での読み聞かせの活動を行っています。

月例会は、自分が読みたい本を持ち寄り、会員に向け読み聞かせ。月に1回の会ですが、延べ約300冊の本を紹介し、以前紹介された本の時もありますが、読み手が違うと同じ本でも違うお話のようになり、そこが読み聞かせの楽しみの一つ。他の方の読み方を見るのは勉強になり、良いところを自分の読み聞かせに取り入れ、否定や批判はなしで。

外部での読み聞かせは、対象となる年齢によってやり方を工夫し、介護施設で行う場合、難しいお話ではなく、絵がきれいで楽し

いお話を選んだり、合間にわらべうたを歌ったり。子どもの場合はしかけ絵本や紙芝



居、手遊びなど取り入れ、飽きられないプログラム作りを心掛けているそうです。

活動を通して、新しい絵本や仲間に出会え、世界が広がり楽しい！と笑顔で話されていました。

公園など野外での読み聞かせ、大人向けの読み聞かせなど、今後やってみたい活動。絵本は「子どもが読むもの」と、子どもが大きくなってしまうと絵本から遠ざかってしまいますが、考えさせられる絵本もたくさんあるので、大人の方にもぜひ読んでもらいたい、との事でした。

お話をお伺いし、久しぶりに絵本を読んでみよう！と思いました。

おすすめ絵本！！

「オオカミの絵本」シリーズ

絵本の世界でオオカミは悪者の多いのですが、内田鱒太郎さん、きむらゆういちさんのお話に出てくるオオカミは一味違います。

『だいじょうぶだよ、ゾウさん』

お別れがテーマのお話で、考えさせられます。

そのほか、会員の皆さんのおすすめ絵本は、「こまえほんの会」ホームページに記載されています。



編集後記

子どもが小学校の頃、授業前の読み聞かせに参加していた事を思い出し、自分の当番の前に、図書館やネットで絵本を探したり、読む練習をしたり・・・皆さんの月例会の準備も、そんな感じかしら？と当時は懐かしみつ、お話をお伺いしました。（後藤）



←こまえほんの会
ホームページ