

高齢者・妊婦の身になって

①

「それでは足首にサポーターを着けます」「ひじ、ひざにも重り付きサポーターを」「手首にはベルトを巻き、手袋も着けます」「次にチョッキを着ます」「チョッキに重りを入れます」

まるでアイアンマンかバットマンのように、次々と「変身グッズ」を体に装着していく。こんな体験は、子どものころ、仮面ライダー1号にあこがれて変身ベルトを着けて以来だ。

ただ、スパーヒーローたちが変身して強くなるのと違い、グッズを装着するにつれて体は確実に動きづらくなる。最後に難聴で高音域などが

聞こえにくくなる耳栓と、白内障を想定したゴーグルを着けると、もう周りの様子がよく分らない。深いプールに潜っているようで、装着を指導

してくれるインストラクターの気配も満足に感じられない。これは想像以上の世界だ。

体・験・学

ベントなどに関心があった。もう一つは妊婦体験。今回、「女の子」を超高齢出産しようとおがいた話は後述するとして

以前から2つの「疑似体験」に興味があった。1つは、高齢者体験。やがて来る自分の老後がどんな暮らしになるのか探る手掛かりになるのではないかと思

疑似体験のセットを装着して、いざ街中へ（東京都港区）



自分の老後、想像する契機に

ひざに重り・耳栓、体は不自由

まずは、老いの世界の奥深さや、抱えている様々な危険をリポートする。

まず、若い世界の奥深さや、抱えている様々な危険をリポートする。まず、若い世界の奥深さや、抱えている様々な危険をリポートする。

港区)の皆さん。22年前、関わってきた「うらしま太郎」の母親的存在だ。

「大手スパーや住宅メーカー、警察・消防署、大学など、多様な職場で研修に利用されている」と榊さんは言う。もちろん高齢者の身体状況は個人差が大きく、十把ひとからげにできないが、インストラクターの指導で想像力を働かせ、少しでも他人を思いやる力を養う。

体験を指導するインストラクターは約6000人を養成してきた実績を持つ。

港区の増上寺の近くにある同協会本部で、疑似体験を担当する榊芳子さん(56)、山田さつきさん(46)の2人が対応してくれた。榊さんは開発段階から

重りの総重量は約6kg。このセットの装着を終え、杖(つえ)を渡され、用意

は整った。広報担当の昆布山良則さん(55)にも随行いただき、いよいよ街中で体験することに。杖をついた私を囲む集団は、まるで水戸黄門一行。どんな旅路になるのだろうか。(この連載は平田浩司〈54〉が担当します)

私は...

体力には自信があったのに近ごろ、妙に疲れやすくなってきた。10年後、20年後に自分は一体どうなる？