

高齢者・妊婦の身になって

③

もし年老いた親が加齢に伴う
 白内障や老人性難聴、筋力の衰
 え、関節の痛みなどに見舞われ
 たら、暮らしの中でどんな危険
 が忍び寄ってくるのだ
 ろう。

長寿社会文化協会
 (東京都港区) が開発
 した高齢者疑似体験セ
 ット「くらしま太郎」
 を街中で試した後、こ
 のセットを都内にある
 実家でも利用させても
 らった。同協会のイン
 ストラクター、浅川明
 子さん(65)においで
 いただき、指導を受け
 た。

学・験・体

を付け、手袋をはめ、最後にゴ
 ーグルと耳栓を付けて「変身」
 完了。あっという間に「高齢者」
 になった息子を見て、母(78)

はあっけにとられてい
 る。ちなみに父(83)
 も母もすこぶる元気な
 ので、私が親を飛び越
 して最長老になった格
 好だ。

「まず台所に行って
 みましよう」と浅川さ
 ん。ガスコンロの火を
 着けるように促され、
 ボンと着火スイッチを
 押してみる。ここで驚
 いた。青い火が着いた
 はずなのに、白内障を疑似体験
 するゴーグルを付けているため
 に、すべてが黄色く見える。見
 落としてしまった白色の火が揺らい

「高齢者」になって感じたこと

横断歩道を渡る	信号の色が識別しにくい
ペットボトルの水を飲む	フタをうまく開けられない
服の着脱	小さいボタンは外すのも付けののも大変
ガスコンロを使う	火が着いているのかわからない
家電製品を使う	表示の文字が見えにくい

(注) 白内障、歩行困難などの状態の疑似体験であり、実際には個人差が大きい

ガスコンロの火見え、驚き

和式トイレで転がりそうに

でいるばかりで、老人性難聴を
 体験する耳栓もしているため、
 燃えている音すら聞こえない。
 「点火を確かめようと火の上
 で手をかざすお年寄りもいるん
 です。そのため服に火が回り、
 事故も起きている」と浅川さん

るのも大切かもしれない。とこ
 ろが台所にあったタイマーを使
 ってみると、文字もボタンも小
 さすぎて操作できない。同様に
 炊飯器もコーヒーマーカーも操
 作しづらかった。「もし新製品
 をプレゼンするなら、ボタン

エアコンのないトイレでは、
 ゴーグルや分厚いサポーターの
 おかげで汗だくになった。重り
 はまるでカイロのようだった。
 だが次に試みた妊婦の疑似体験
 では、体力の消耗はこんなもの
 では済まなかった……。

は解説する。今後、親
 に加齢による白内障な
 どの症状が出てきた場
 合には、点火を確認で
 きるランプ付きのコン
 ロなどに切り替える必
 要もありそうだ。
 火が見落としやすい
 白色などに見えるの
 ら、火が着いているの
 を忘れないように普
 段、タイマーを活用す

の位置が以前と同じ使い慣れた
 タイプなどが安心です」と浅
 川さんは言う。
 アイアンマンみたいな格好の
 まま、1階の洋式トイレと2階
 の和式トイレも試した。洋式は
 座るのが簡単。ただ立ち上がる
 のに苦勞するので両脇に手をつ
 く台があれば便利な気がした。
 2階への階段をすすりにしがみ
 ついて、またよたと上る。たど
 りついた和式トイレに入り、慎
 重にお尻を落と
 す。そのまま、
 コロリと後ろに
 転がりそうに怖
 かった。

ひと言 疑似体験セットでは腰痛や関節痛のつらさなどは分から
 ない。「分かったつもり」にも危うさが潜むと自戒。