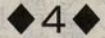


大転換

老いが変わる



香川県高松市。特定非営利活動法人（NPO法人）「いのちの応援舎」で、理事長の山本文子さん（左）が赤ちゃんを抱いた腕をお年寄りに差し出した。「みね、おばあさんが伸ばした手は最初は遠慮がち。ちいちゃんな手に触れるとしっかり、そして柔らかく握った。もちろんにっこりと笑顔だ。」

施設の設立は二〇〇六年二月。海外の事情た後、大手メーカー勤務だった夫の転勤で一七三年に香川に落ち着いた。緒の施設では、双方が「笑いと泣かせ」

心と体のサポーター

触れ合う「命」を支える

筋トレで生活支援

■誕生と老い■

助産師の山本さんは、農地や住宅に囲まれた一角で友人とともに助産院を運営している。同じ建物で高齢者のデイサービスも提供。「赤ちゃんに触れ合うことで、お年寄り

高知出身の山本さんは、「遠くに行つて

妊婦エアロビクスなどで盛り上げた。八六年は泣いたんや」。笑いの赤い服。「ど派手は

「速くに行つて

と泣かせの語りが評判人を引き込むため」

「みたい」と北海道で

最近、高齢者に「触れ合い」としての性を

産師資格を取得、東京

も舞い込むように。年間二百五十回の講演



お年寄り（左）が赤ちゃんに触れ合う場をつくる山本文子さん（左）＝高松市の「いのちの応援舎」

けすけにしゃべるが、上品そうな婦人から笑顔でお礼を言われると、人助けかなあとうれしい」

維持でない

介護保険制度の発足は二〇〇〇年。六年後、衰えを防ぐための新たな「介護予防」が導入された。予防の一環である器具を使った筋力トレーニングは「高齢者には危険」との懸念も招いた。厚生労働省の研究などで、筋力導入を唱えた一人が東京都健康長寿医療センター（旧・東京都老人総合研究所）の医学博士大淵修一さん（四四）。

器具を使った筋力トレーニングは「高齢者には危険」との懸念も招いた。厚生労働省の研究などで、筋力導入を唱えた一人が東京都健康長寿医療センター（旧・東京都老人総合研究所）の医学博士大淵修一さん（四四）。

市内の区民センター。大淵さんがパソコンで動画を示すと、集まった約二百人の高齢者から一斉に「ワーツ」

「後」の歩行能力の比較。高齢の女性が、いっすから立ち上がって歩

「後」の歩行能力の比較。高齢の女性が、いっすから立ち上がって歩

「後」の歩行能力の比較。高齢の女性が、いっすから立ち上がって歩