

かながわ人生100歳時代ネットワーク

# 「この指とまれプロジェクト」

「げんごろう式健康朗読」活用による  
コミュニケーションフレイル解消への挑戦

「特定非営利活動法人声とことばの力」

「有限会社げんごろう(言語朗)」

# ①団体概要

- カルチャー分野で40年以上培ったノウハウを活かし、「朗読」を活用して声を出す事で認知症・介護・フレイル予防に取り組む  
【げんごろう式健康朗読】を開発
- 自治体の一般介護予防事業、フレイル予防事業、高齢者施設、企業研修等において健康朗読を実施
- 専門人材「健康朗読指導士®」の育成・普及にも力を入れている
- 多世代交流事業「こども未来応援団プロジェクト」等、地域コミュニティ創生事業にも取り組む

■法人所在地 東京都墨田区

■法人設立 声とことばの力2016年6月／げんごろう(言語朗)1992年4月

■従業員数 声とことばの力 正会員12名／げんごろう(言語朗)4名

■アカデミア連携 東京都健康長寿医療センター研究所  
東京大学高齢社会総合研究機構IOG

# ☆げんごろう(言語朗)と 声とことばの力

生きがい



シンボルマーク: やなせたかし先生  
タイトル文字 : 金田一春彦 先生

研究顧問: 藤原佳典先生・鈴木宏幸先生  
城生佰太郎先生  
産学連携協力: 飯島勝矢先生

## 朗読アンサンブルれもんの会 有限会社げんごろう(言語朗)

- ・1982年創立
- ・カルチャー分野で朗読教室を各地に展開。  
舞台公演、観光企画・制作等を手掛ける。
- ・創立から40年以上、のべ2万人以上に朗読の**楽しさ**、  
**やりがい**、効果を伝えてきた。

健康

## NPO法人 声とことばの力

- ・2016年設立
- ・「**声が出なくなった**」「**一人暮らしで会話が出来ない**」  
と教室に来る人が増える一方、  
「**朗読で健康になった**」という生徒の声が多数寄せられる  
→独自のプログラムがどう健康に付与するかを科学的  
に実証。
- ★東京都健康長寿医療センター研究所とのタッグで  
**認知症予防朗読プログラム**が完成。以後**健康朗読**に改変
- ★朗読が認知症予防と健康増進に有効であることが証明され、  
プログラムの普及と人材育成に取り組む。
- ・年間200人、のべ2000人以上が受講している。

理念：話すことは生きること。  
100年生きたい社会を創生する。

## ＜活動理念の3大要素＞

1. 話す能力の重要性・可能性を信じる。
2. コミュニケーションは高齢者の生活を豊かにすると信じる。
3. 高齢者の満足を何より優先する。



**毎回キャンセル待ち、人気のフレイル・認知症予防プログラムを提供します！**  
**シニアコミュニティ創生も支援、生きがい・仲間づくりを支援します**



**シニアのフレイル・認知症予防事業**

**健康朗読講座  
(認知症予防朗読プログラム)**

実施例  
一般介護予防・フレイル予防事業  
○東京都大田区「認知症予防朗読講座」  
○東京都墨田区「声出し脳トレーニング教室」  
○東京都中野区「健康朗読講座」  
○東京都八王子市  
「認知症予防のための健康朗読実践講座」  
等多数

**シニアの生きがい・仲間づくり支援**

**高齢者施設訪問  
レクリエーション実施**

**世代間交流プロジェクト  
「こども未来応援団」**  
地域の子供を地域のアクティブシニアが  
サポート！

一般社団法人ファンプレイヤー  
・全国の児童館と連携



**シニアコミュニティ構築・サポート**

**シニア主導型コミュニティ  
「健康朗読自主グループ」**  
日常的なシニアの社会参加を健康朗読を  
通じて促し、定期的な発表会参加などで  
シニアの生きがいと居場所を創出

実施例  
○東京都大田区○東京都墨田区  
○埼玉県八潮市○千葉県千葉市  
○神奈川県横浜市 等多数

**ネットワーク・連携研究機関**

- ・東京都健康長寿医療センター研究所
- ・東京大学 高齢社会総合研究機構(IOG)
- ・日本実験音声学会
- ・筑波大学
- ・千葉工業大学 等各種専門機関

## ②事業概要

- 概要

「げんごろう式健康朗読」はリアルでの講座提供が主であり、在宅医療・介護を必要とする方、外出が困難な高齢者等のニーズに応える事が出来なかった。高齢者1人でも簡単に参加出来るオンラインシステムを構築することにより、高齢者や障がいを持つ方々の孤立・孤独解消に寄与し、在宅でも参加出来る新たなコミュニティ創生に繋げたい。

- 実施場所

オンライン化により各自宅から参加

- 経費

人件費 150,000円(声とことばの力/げんごろうが負担)

システム構築費・使用料 300,000円(連携団体より協賛)

広告宣伝費・事務費用 50,000円(声とことばの力・連携団体で負担)

※連携団体とともにYAKなどのプロポーザルにチャレンジし、事業化を目指す

## 現状

- ①現在、自治体主催で開催している健康朗読講座及びその修了者が集う自主グループはすべて、リアルの実場で実施（指定した会場に全員が集まり開催）
- ②サービス提供地域が首都圏内に限られている

## 課題

- ①開催場所まで足を運ぶことができない高齢者はサービスを受けることができない。自主グループで活動を続けたいが、足腰が弱くなったり、疾患等でその場に行くのが困難になり、やむを得ず自主グループへの参加をやめなければならなくなる方が多数存在している
- ②高齢化率が高く、大都市圏よりさらにニーズの高い地方都市で、サービスを提供することが出来ていない。

## 解決策

そこで**現在の後期高齢者でも自身で簡単に参加出来るような簡易なオンラインサービスで、自宅で健康朗読が実践できるような取り組みを実現したい**  
(自宅受講用教材 + 高齢者も利用できるオンライン授業 + 他参加者との日常交流)

## 準備

テキスト

自宅実践向けに作成



オンライン講座

オンライン指導  
(リアル版プログラムを改良)



オンラインコミュニティ

日常的な交流ができる  
SNSコミュニティを  
創設・運営



### ③事業の期待する効果

---

- 本事業により、高齢化に伴い今後ますます増加が見込まれる在宅医療・介護を必要としている方、外出が困難な方など、介護予防・フレイル予防の場、地域コミュニティに足を運ぶことが難しい高齢者や障がいを持つ方々に「話すことが出来る場・繋がる事が出来る場」を提供し、孤独・孤立の解消に寄与したい。

また、高齢者が自身で参加出来る簡易・簡便なオンラインシステムを構築し、新たな形のコミュニティを創生することで、地域包括ケアシステムの根幹となる「住みなれた地域で高齢者が生き生きと暮らしていける仕組みづくり」を実現する。

- 「話すことは生きること」

コミュニケーションフレイルの解消が生きがい・幸福感に繋がることを実証し、社会参加の新たな形を連携団体の方々とともに模索したい。

## ④対応するSDG s のゴール

---



## ⑤連携を期待するリソース

---

- 高齢者、障がいを持つ方が自身で使用できる簡易・簡便なオンラインシステムを構築できる連携団体

※当団体はリアルでの講座提供が主であり、オンライン化に知識やスキルを持たないため

- 財政面では、使用できる補助金等があればご指導いただきたい。  
事業スタート時は当法人、連携団体ともに費用が自費負担となるため、事業化に向けてはプロポーザル応募等実施費用の獲得に努めたい

## ⑥事業のスケジュール

---

- ①2月初旬…事務局へ提案資料提出
- ②2月中旬…サポーターと事前打ち合わせ
- ③3月上旬…ネットワーク会議にて提案
- ④4～5月… 連携団体の募集
- ⑤5～6月… 連携団体との打ち合わせ
- ⑥7～8月… オンラインシステム試用調整
- ⑦9～12月…オンラインげんごろう式健康朗読講座体験
- ⑧R9年1～3月… 事業化に向けた再調整
- ⑨R9年4月… サービス販売開始

## ⑦ ネットワーク団体へのメッセージ

---

- オンライン化に特化したノウハウを持ち、高齢者や障がいを持つ方々へのサービスを新たに開発したいと思っている団体の方々ぜひ連携検討をお願いいたします。
  - 「げんごろう式健康朗読」を活用し連携したらこんな新たなサービスが生まれるのでは？というアイデアを持つ方はぜひお聞かせください。
- ☆多くの皆さまと意見交換が出来れば大変嬉しく思います。  
よろしくお願いいたします。