

World report on ageing and health

<http://www.who.int/ageing/events/world-report-2015-launch/en/>

P185

In Japan a programme called REPRINTS places teams of 6–8 older volunteers in kindergartens and elementary schools to read to young children. A follow-up assessment found that those who volunteered most intensively had a significantly higher frequency of contact with their own grandchildren and other children in their neighbourhoods, as well as better self-rated health compared with those who did not volunteer or only did so minimally (176). Volunteering opportunities, if well-designed, can be a win-win for older people and their communities. Programmes like Experience Corps and Reprints, need not be costly to put in place, and they have the potential to yield positive returns in terms of health gains and social benefits for the older and younger generations alike (145, 177).

WHO のワールドレポート「加齢と健康」より抜粋

日本には「りぷりんと」という、シニアボランティアが6～8人のグループで、幼稚園や小学校の子どもたちに読み聞かせをするプログラムがあります。

その追跡調査によると、熱心にボランティア活動を行い、自身の孫のみならず地域の子どもたちに対して頻繁に交流をもったシニアは、ボランティア活動をしなかったり、交流頻度の低い人たちと比較して、主観的健康感(=自分自身を健康だと思える意識)に有意な差がありました。

上手く考案されたボランティアプログラムは、シニア世代と地域社会にウィン・ウィン(=互惠性)の関係性をもたらすことが期待できます。「エクスペアレンス・コア」(=「りぷりんと」のモデルとなった米国のシニアボランティアによる学校支援プログラム)や「りぷりんと」のようなボランティアプログラムはお金がかからず導入しやすく、かつ、健康増進と社会福祉の点から、シニア及び若年世代にプラスの効果をもたらす可能性をもちます。

2017/3/4 山田由理子訳

東京都健康長寿医療センター研究所
社会参加と地域保健研究チーム