

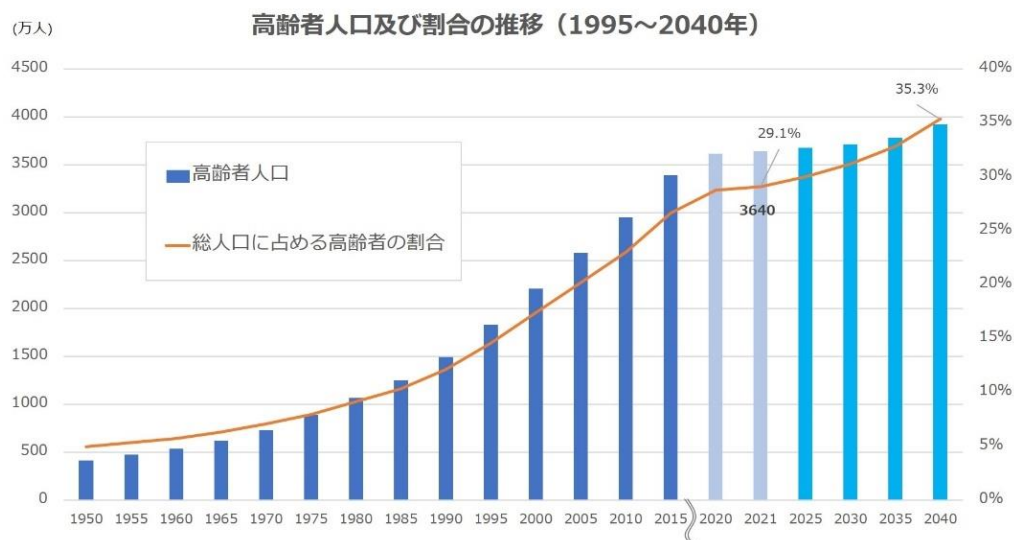
## 回想法で、心の健康に貢献！ 1枚の古い写真に色付けし、思い出を語る 「タイムマシンフォト」をプラザクリエイイトが開催

パレットプラザなどの写真の価値から派生するビジネスを展開してきた株式会社プラザクリエイイト(本社：東京都中央区、代表取締役社長：大島 康広、以下 プラザクリエイイト)は、株式会社インターネットインフィニティー(本社：東京都品川区、代表取締役社長：別宮 圭一)が運営するリハビリ型サービス「レコードブック」において、ご利用者である高齢者がお持ちの古い写真に色をつける“タイムマシンフォト”を2021年11月8日(月)～11月11日(木)に実施しました。色をつけた写真を見ながらお話をする「回想法」を通じ、参加者の心の健康を促進しました。



### ■ 開催の背景

総務省統計局の調査によると、日本の総人口(2021年9月15日推計)における65歳以上の高齢者人口は3,640万人となり、過去最多を記録しました。総人口は前年に比べて51万人減少している一方、65歳以上の高齢者人口は前年に比べて22万人増加し、総人口の29.1%を占めています。総人口を占める高齢者の割合は、1950年から上昇を続けており、2040年には35.3%になると見込まれています。



超高齢社会が進む中、地域や企業は、心身ともに元気に過ごす「健康寿命」を伸ばすことに取り組み、医療や介護負担の軽減を目指しています。そこで、1988年の創業以来、「パレットプラザ」など地域に根付いた写真サービスを展開してきたプラザクリエイティブでは、写真を通じて心の健康を促進するイベント「タイムマシンフォト」を企画しました。

1枚の写真には、まるでタイムマシンに乗って過去に行くように、昔の記憶を呼び起こすパワーがあります。そんな写真の特性を活かし、今回は株式会社インターネットインフィニティーが運営するリハビリ型デイサービス「レコードブック森下」にて、ご利用者がお持ちのモノクロ、セピア、色あせてしまった写真に色付けを行いました。そして、色付けされた写真を見ながらお話をするお披露目会、写真展を行いました。

### ■ 写真を使って、回想法を实践

「タイムマシンフォト」は回想法を意識して設計されています。回想法とは、懐かしい写真や音楽などに触れながら、過去の経験や思い出を語り合う一種の心理療法です。1960年代にアメリカの精神科医、ロバート・パトラー氏によって提唱されました。昔のことを話すこと、相手の話から刺激を受けることで、脳が活性化します。また、昔の楽しかった思い出に浸ることで精神的に満たされたり、自分の人生を肯定したりすることができます。

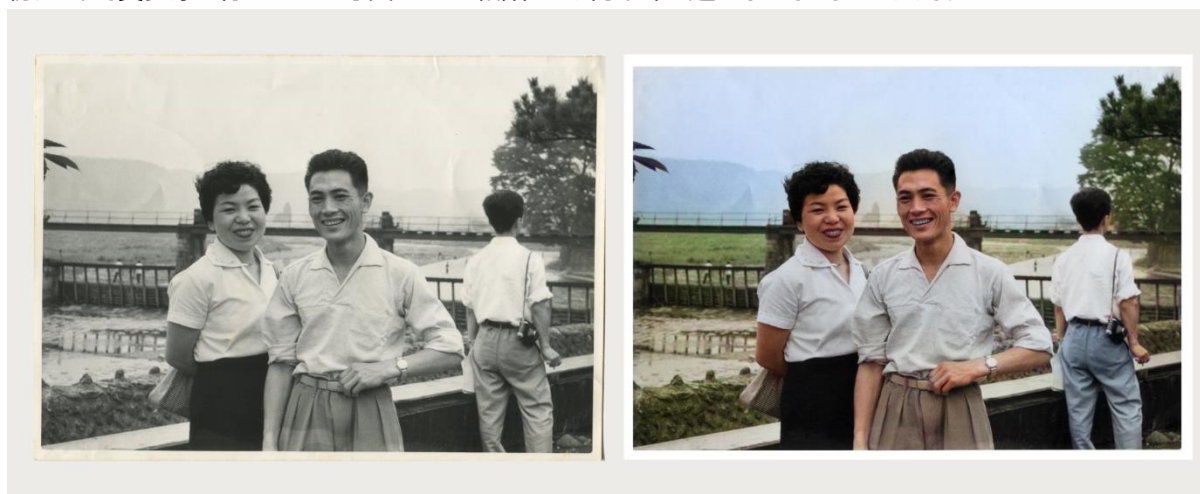
(参照：公益財団法人長寿科学振興財団 <https://www.tyojyu.or.jp/net/byouki/ninchishou/kaisou.html>)

### ■ 思い出の1枚に、色付けを

参加者から預かったお写真に、プラザクリエイティブが1つひとつ色付けを行いました。どのお写真にも、素敵な思い出と、“誰かを想う気持ち”が詰まっていました。

### 夫婦の歴史がはじまった日の1枚

初デートで奥多摩に行ったときの写真。のちに結婚され、何十年も連れ添っているお二人です。



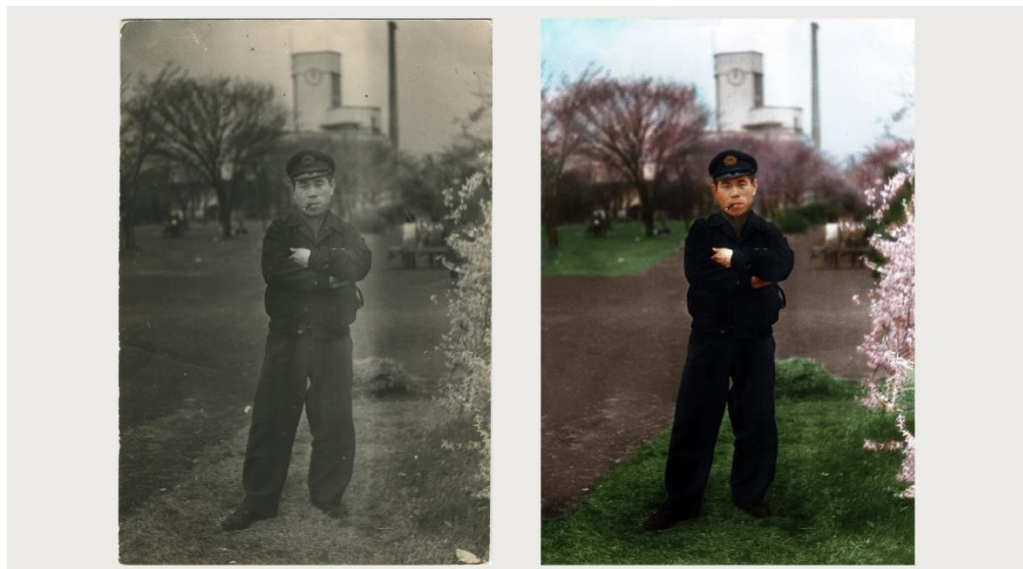
### 家族のつながりを感じる1枚

ご自身が1歳のときに逝去されたお母様のお写真をもってきた方もいました。お母さんの記憶はないけれど、色をつけることで、より「やっぱり親子だなあ」と感じたそうです。



### **大切な人の、大切な1枚**

とある男性がもってきたのは、奥様のお父さんを写した1枚でした。昭和22年に、小石川の植物園で撮られたものだそうです。「色をつけて、奥さんを喜ばせたかった」とのこと。



### **■ 思い出を語り合う「お披露目会」を実施**



色をつけた写真を囲み、お披露目会を開催。ご利用者のみなさまに、お写真についてお話いただきました。この日の登壇者は、ご夫婦で参加された二人。奥様がもってきたのは、当時2歳だった娘さんと撮った写真でした。



「この時は、子どもがまだ小さくて不安だった。でも、今はなつかしくて戻りたいね」と微笑んでいました。また、「今のようにはビルもなく、家は羽目板だった」とお話されていました。まわりの方からは「きれいな写真ね」「歴史を感じますね」とコメントが寄せられました。



旦那様は、今回の参加者では最年長となる99歳。色付けをした写真は、80年前の19歳のときに撮られたものでした。当時は戦争中だったので、「さみしい気持ちを抱えていた」と振り返ります。会場からは「ハンサムですね」「かっこよくてうらやましい」などの声が上がりました。

色付けた写真は掲示し、写真展も開催しました。「これはなんの写真？」「このお洋服、なつかしいね」など、写真を見ながらたくさんの会話が生まれていました。写真に色をつけて新たな命を吹き込むことで、記憶がひも解かれ、より鮮やかに懐かしい日々がよみがえったようです。参加者のみなさまには、色付けをした写真と共に、家族や友人に送れるカードセットをプレゼントしました。



### ■ レコードブック森下 コメント

レコードブックでは、運動の機会を提供し、ご利用者の心身の健康を促進しています。普段からご利用者同士、ご利用者とスタッフの対話を大事にしているため、写真を見ながら会話が広がる「タイムマシンフォト」の企画に賛同しました。色がついた写真は想像していた以上の出来栄で、皆様とても驚かれ、感動している姿が非常に印象的でした。また、今回写真を提出していないご利用者からも、色付けされた写真を見たり当時のエピソードを聞いて、自分も昔のことを思い出すことができたり良かったなどの声を多くいただきました。私たちスタッフにとってもご利用者の新たな一面を知ることができたり、写真のエピソードが今のお人柄に通じていると感じてほっこりすることができた、とても楽しい企画でした。

### ■ レコードブックとは

「レコードブック」は、主に介護保険の要支援や要介護1、2といったご利用者を対象に、健康寿命延伸を目的とした機能訓練運動を提供する3時間のリハビリ型デイサービスです。「本格的な運動指導サービス」を「介護を感じさせない空間」で「ホスピタリティ」あふれるスタッフと共に過ごすということをコンセプトに、これまでの介護施設のイメージから脱却したリハビリ型デイサービスとして運営しています。

・レコードブック <https://www.recordbook.jp/>

### ■ 「みんなの広場をつくる」を掲げる、プラザクリエイトのCSR活動

「みんなの広場をつくる」をコーポレートビジョンに掲げるプラザクリエイトでは、今後も地域社会の幸せ拡大活動を推進してくれるパートナーとの協業の可能性を追求して参ります。そして、事業や社会貢献活動を通じ、豊かな人と人とのつながりを増やしていきます。

会社名 : 株式会社プラザクリエイト  
本社所在地 : 〒104-6027東京都中央区晴海一丁目8番10号 晴海アイランド  
トリトンスクエア オフィスタワー X棟 27階  
代表 : 代表取締役社長 大島 康広  
設立 : 1988年3月  
事業内容 : 写真・映像・通信に関する事業  
URL : <https://www.plazacreate.co.jp/>

※ 企画は、感染防止対策をしながら実施しています。

### 本件に関するお問合せ

プラザクリエイト広報室 [koho@plazacreate.co.jp](mailto:koho@plazacreate.co.jp)