

Generaties helpen elkaar: het succes van Japanse kinder-bejaardenhuizen

De ouderen blijven actief, de allerjongsten leren iets over en van de alleroudsten. Kinder-bejaardenhuizen in Japan zijn een succes.

Jeroen Visser 1 juli 2017, 2:00



Zowel de bejaarden als de kinderen hebben baat bij het onderlinge contact. Beeld Jun Michael Park

De 91-jarige Miruka Umino buigt zich samen met de 5-jarige Raiki over de ingewikkelde opdracht: het vouwen van een papieren samoeraihelm. De begeleiders hebben het net voorgedaan, nu staan de twee er alleen voor. Mevrouw Umino is slecht ter been, haar rollator staat in de hoek, ze hoort niet zo goed meer, maar verder is ze nog kwiek. Haar gerimpelde handen maken met speels gemak de vouwen in het krantenpapier. 'Kijk maar hoe ik het heb gedaan', zegt ze met haar hoge, breekbare stem tegen Raiki. Die kijkt vol ongeloof op. 'Maar hóé dan?'

De pretoogjes van mevrouw Umino lichten op onder het papieren hoedje. Het is haar favoriete moment van de dag, als een stuk of vijftien kleuters in hun blauwe of rode joggingpakjes hand in hand het schoolplein oversteken, de trap opklimmen en de grijze, raamloze eet- en activiteitenruimte binnengaan voor de gezamenlijke dagactiviteit. Vandaag knutselen, morgen het spelletje steen-papier-schaar en elke woensdag origami.

De kinderen zingen altijd eerst een lied. Vanmorgen zongen ze: 'Er liep een wasbeer op de berg Senba / een jager pakte hem / roosterde hem en at hem / verborg hem onder een groot blad.' Mevrouw Umino had enthousiast meegeklapt. Meteen nadat het lied was afgelopen, zat Raiki al bij haar op schoot. Ze is zijn favoriet; en andersom.

KINDER-BEJAARDENTEHUIZEN IN BEELD

Japan telt tientallen kinder-bejaardentehuizen, waar ouderen één complex delen met baby's, peuters en kleuters. [Bekijk hier meer foto's die Jun Michael Park daar maakte.](#)

In Ukiha, een kleine stad in het zuiden van Japan, delen 22 ouderen met een gemiddelde leeftijd van 88 jaar een complex met 170 baby's, peuters en kleuters in de leeftijd van 0 tot 6 jaar. Sinds de eerste in 1976 in Tokio werd geopend, zijn er verspreid over het land tientallen van dit soort kinder-bejaardentehuizen bijgekomen. De interactie moet de ouderen opbeuren en actief houden. En ervoor zorgen dat de allerjongsten iets leren over en van de alleroudsten.

Dat deze 'intergenerationele leercentra' groot zijn in Japan, is niet verwonderlijk. Japan is het meest vergrijsde land ter wereld: 12,5 procent van de 127 miljoen inwoners is ouder dan 75. Mede om de hoge zorgkosten in te dammen, zoeken bestuurders naarstig naar manieren om sociale isolatie en inertie onder ouderen tegen te gaan. Zo gaat de pensioenleeftijd omhoog van 62 naar 65 in 2025 en worden bedrijven en

overheidsorganisaties aangemoedigd ouderen in te zetten. Ook begeleiden 70-plussers tegenwoordig toeristen op het vliegveld van Osaka naar de shuttlebus.

Respect voor ouderen

Het is tevens een ideële kwestie. Nog niet zo lang geleden was het in Japan de normaalste zaak van de wereld dat ouderen die niet meer zelfstandig konden wonen door hun kinderen in huis werden genomen. Respect voor ouderen is belangrijk in de door het confucianisme beïnvloede Japanse cultuur. Maar met name door de leegloop van het platteland wonen veel ouderen tegenwoordig alleen of in een bejaardentehuis. 'Veel Japanners zien met lede ogen aan hoe kinderen gescheiden van de ouderen opgroeien', zegt Youtarou Shouno, manager van het complex in Ukiha.

Het schoolplein is op deze zonnige lenteochtend vol met spelende kinderen. Twee dreumesen in een blauwe korte broek, wit T-shirt en geel petje rijden op een tandem-driewieler. Aan de ene kant van het met grind bedekte plein ligt hun school, 'Kourin', wat vertaald kan worden als 'gelukkige cirkel'. Direct aan de andere kant van het schoolplein ligt het verzorgingstehuis 'Evergarden'. Architect Keiichiro Sako ontwierp de gebouwen als een spiegel van elkaar, met dezelfde bruine planken, witte muren en veel glas. De voorkant van Kourin bestaat zelfs geheel uit glazen deuren en ramen, als om de ouderen aan de overkant de kans te geven voortdurend mee te kijken.



Shigeyuki Hiratsuka (90) gaat op de foto met een kleuter. Beeld Jun Michael Park
De 90-jarige Shigeyuki Hiratsuka opent de buitendeur van Evergarden en stapt het schoolplein op. Meteen wordt hij belaagd door Shion (4), die hem aan zijn arm meetrekt richting de moestuin.

Twee andere kinderen zetten de achtervolging in. 'Pak me dan', roepen ze. Eerst maakt hij met zijn in sandalen gestoken voeten nog een schijnbeweging, dan rent meneer Hiratsuka, zijn zwakke knieën even vergetend, de kinderen alsnog achterna, zijn wijsvingers in de lucht priemend alsof hij kogels afvuurt.

'Ik ben erg populair', vertelt hij als hij op adem is gekomen. Meneer Hiratsuka woont op de begane grond van Evergarden, waar de relatief fitte ouderen zijn gehuisvest. Zij kunnen vanuit de gang het schoolplein op.

In meneer Hiratsuka's kamer staan een bed, twee stoelen en een paar kastjes. Op een ervan staat een foto van een nichtje in een tutu. Meneer

Hiratsuka was ooit getrouwd, slechts zeven jaar, en heeft geen kinderen. 'De meeste kinderen hier noemen me opa', zegt hij trots.

Meneer Hiratsuka werkte zijn hele leven in een autofabriek in Fukuoka. Toen hij niet meer zelfstandig kon wonen, haalde zijn jongere zus hem over in Ukiha te gaan wonen. Ze had gehoord van een nieuwe woonvorm, die wel iets voor hem zou zijn. De kosten zouden hetzelfde zijn als van elk ander verzorgingstehuis. De contributie voor publieke verzorgingstehuizen in Japan wordt berekend op basis van het gemiddelde inkomen in de regio.

Meneer Hiratsuka is er blij mee. 'Het brengt leven in de brouwerij', zegt hij. 'Zonder de kinderen zou ik niet veel te doen hebben.'

Gepland en spontaan

Veel landen die kampen met vergrijzing, zoals de Verenigde Staten en Nederland, experimenteren inmiddels volop met intergenerationele activiteiten. Het Amerikaanse New Jersey heeft een 'intergenerationeel' orkest waar de jongste deelnemer 5 is en de oudste 85. In Den Haag, Amersfoort, Utrecht en Velp loopt het project 'generatietuinen', waarbij ouderen en jonge kinderen samen tuinieren. Ook zijn er wereldwijd voorbeelden van kinderdagverblijven die het gebouw met een zorgcentrum delen. Vaak komen de kinderen daar een aantal keer per week op bezoek bij de ouderen. In Japan gaan de intergenerationele centra een stap verder door de twee groepen dagelijks bij activiteiten en spontaan op het schoolplein te laten mixen.

Onderzoek naar de effecten hiervan richtte zich tot nu toe voornamelijk op de verpleegzorg. Zo werd aangetoond dat alzheimerpatiënten opleven van contact met kinderen. In Evergarden zijn de resultaten onder de elf bewoners met alzheimer op dit vlak ook opzienbarend: ze slapen beter en hebben een beter besef van dag en nacht.

Het spaarzame onderzoek dat is gedaan naar structurele contacten tussen gezonde bejaarden en jonge kinderen laat - niet helemaal onverwacht - positieve resultaten zien. Zo concludeerden twee Japanse onderzoekers in 2013 dat de betrokken ouderen vaker glimlachen en meer met elkaar praten.

Antropologe Thang Leng Leng van de Nationale Universiteit van Singapore, die een jaar lang onderzoek deed in een kinderdagverblijf annex bejaardentehuis in Tokio, concludeerde dat de gesprekken tussen bewoners veranderden. 'Waar het eerder over pijntjes ging, praatten de ouderen nu over de kinderen. Het werd meer een familiegesprek.'

Thang deed daarnaast onderzoek onder oud-leerlingen van de school en ontdekte dat deze in vergelijking met anderen meer empathie met ouderen hadden ontwikkeld. 'Ze bekeken hen niet zoals veel leeftijdsgenoten als één, voornamelijk fragiele groep mensen, maar als een diverse groep met verschillende persoonlijkheden.'

Directeur Shouno van Evergarden verwachtte in het rurale Ukiha minder effect bij de kinderen, omdat veel van hen nog steeds dicht bij hun opa's en oma's wonen en dus al vaak in contact kwamen met ouderen. Tot zijn verbazing zagen ouders wel resultaat. 'Sommige kinderen begonnen ouderen te groeten op straat. Anderen werden minder verlegen naarmate het schooljaar vorderde.' Shouno vermoedt dat dit te maken heeft met het feit dat kinderen in Ukiha niet vaak ouderen van in de 80 of 90 ontmoeten. 'In Ukiha zijn veel grootouders van onder de 60. Het contact met echt oude mensen is nieuw.'



Miruka Umino (91): 'Het voelt inmiddels ook een beetje als familie. Ouders komen vaak laten zien hoe hun kinderen gegroeid zijn.' Beeld Jun Michael Park
Mevrouw Umino zit op een fauteuil in de gang. Ze draagt een paars vest over een witte linnen blouse met groene blaadjes erop afgebeeld. Achter haar tikt een kindje in een rood joggingpak en een paars petje tegen het raam en zwaait. Mevrouw Umino zwaait terug. 'Kawaii', zegt ze. Schattig.

De 91-jarige is niet het prototype van een eenzame oudere. Ze heeft drie kinderen, vijf kleinkinderen en acht achterkleinkinderen en krijgt regelmatig bezoek. Toch zou ze niet zonder de schoolkinderen willen, zegt ze. 'Zonder hen zou het een stuk saaier zijn, misschien zelfs wel een beetje eenzaam. Het voelt inmiddels ook een beetje als familie. Ouders komen vaak laten zien hoe hun kinderen gegroeid zijn.'

Sociaal bewustzijn

Voor de kinderen is het ook goed om met een andere generatie om te gaan, zegt mevrouw Unimo, die vroeger kimonomaakster was. 'Ik groeide op met mijn grootouders van vaderskant in hetzelfde huis. In totaal waren we

met z'n tien. We leerden van de ouderen. Mijn opa leerde me hoe je kimonostof verft.'

In Ukiha namen Kourin en Evergarden de plaats in van een ander kinderdagverblijf. Veel ouders hadden geen keus dan hun kind naar de nieuwe opvanglocatie te sturen, waar het de speelplaats zou gaan delen met hoogbejaarden.

Ik vond het een sympathiek idee, maar wist niet zo goed wat ik me er in de praktijk bij moest voorstellen', zegt Yukiko Sato (32), moeder van de bebrilde Haruto (6). 'De directie heeft het idee aan het begin van het schooljaar uitgelegd. Wat vooral hielp, is dat er aan het eind van elke dag een fotoverslag aan de muur hangt, zodat we altijd even kunnen zien wat ze met de ouderen hebben gedaan.'

Terugkijkend denkt Yukiko dat het contact met de ouderen haar zoontje geholpen heeft 'mentaal te groeien'. 'Het is goed om te kunnen socializen met oudere mensen die geen familie zijn.' Ook leerde hij zo ouderwetse liedjes en spelletjes, volgens Yukiko 'beter dan de moderne liedjes die hij op televisie ziet'.

Voor veel ouders en het bestuur van Kourin-Evergarden is nostalgie naar de tijd dat Japanse kinderen thuis normen en waarden van hun opa's en oma's leerden, ook een reden om het project in Ukiha te omarmen. Ze zien met lede ogen aan hoe kinderen beïnvloed worden door de licht hysterische Japanse beeldcultuur. 'Zelfs hier op het platteland spelen kinderen dagelijks onlinevideospelletjes op hun telefoons en tablets', zegt Shouno. 'Dat helpt niet bepaald om hun sociale vaardigheden te ontwikkelen. We hopen dat het contact met de ouderen dat sociale bewustzijn versterkt.' Het is een van de redenen waarom elke zaterdagochtend de 'rugmassage' op het programma staat, waarbij de

kinderen zachtjes op de rug en de schouders van de ouderen kloppen. Het is in Japan een typische manier om waardering te tonen. Zo geven veel kinderen hun ouders op vader- en moederdag een 'massagetegoedbon'.

Tekst gaat verder onder de foto.



Bejaarden helpen kleuters met het vouwen van papieren samoeraihelmen, een van de dagelijkse gezamenlijke activiteiten. Beeld Jun Michael Park

Haruto, gekleed in een witte polo, zit inmiddels in de eerste klas van de lagere school. Als zijn moeder verklapt dat Haruto de ouderen nog weleens mist, kijk hij verlegen naar de grond. Dan vertelt hij dat de ouderen aanwezig waren bij zijn afscheidsceremonie aan het eind van het vorige schooljaar. 'Sommigen moesten aan het eind huilen', zegt Haruto.

Waar de directie van Kourin en Evergarden tevreden is over de resultaten onder de bewoners en de kinderen, zijn niet alle dromen uitgekomen. Zo was het aanvankelijk de bedoeling oudere kinderen een rol te geven in de dagelijkse zorgtaken voor de ouderen, bijvoorbeeld door ze te laten helpen

met het opruimen van de kamers. In de praktijk bleek het al lastig genoeg om elke dag één groepsactiviteit te plannen. 'Het is al een hele operatie om twee kleuterklassen op hetzelfde tijdstip naar het andere gebouw te loodsen', aldus Shouno. 'Daarnaast verschilt de dagindeling van de kinderen van die van de ouderen. Als de kinderen om 9 uur op school aankomen, is een deel van de ouderen bijvoorbeeld naar de dokter of het ziekenhuis.'

Extra handen

Wat ook tegenviel, was de belasting voor de staf dat het concept met zich meebracht. Wie niet beter weet, zou denken dat je door de gedeelde zorg minder personeel nodig hebt en daardoor kosten bespaart, maar in Ukiha bleek het tegendeel waar. Om één groepsactiviteit in goede banen te leiden, zijn minstens vier stafleden nodig - meer dan bij een reguliere schoolactiviteit.

De extra handen zijn onder meer nodig om de kwetsbare ouderen te beschermen tegen al te wilde kinderen. Ook als de ouderen en kinderen 'spontaan' mixen op het schoolplein, is er een lerares in de buurt die de boel in de gaten houdt. De kinderen en ouderen hoeven dus niet zelf op te treden als er om hen heen ruzie wordt gemaakt of incontinentieproblemen optreden. Het grootste probleem is volgens directeur Shouno dat kinderen al snel hun favoriete 'opa' of 'oma' hebben. 'Het gebeurt weleens dat ouderen alleen blijven zitten. Dan moet een van de begeleiders dat tactvol oplossen.'

De extra belasting veroorzaakte het nodige protest bij het personeel van beide instellingen, wier werk onder normale omstandigheden al veeleisend is. Shouno moest bij aanvang van het project sommige medewerkers zelfs dwingen om mee te doen. Ook na een jaar zijn niet alle medewerkers even gemotiveerd, een reden voor Shouno om in Ukiha en omgeving

vrijwilligers te gaan werven.

Een gemengde instelling zoals Kourin-Evergarden is ook niet voor elke oudere weggelegd. Alleen al het vrijwel continue geluid van tientallen enthousiaste kinderkelen vindt niet iedereen plezierig. 'Voor iedere bewoner geldt natuurlijk dat ze wisten waar ze aan begonnen', zegt Shouno. 'Sommigen waren vooraf duidelijk dat ze er geen zin in hadden. Al zijn de meesten later, na het gezamenlijke zomerfeest, bijgedraaid.'

Eén mannelijke bewoner houdt zich nog altijd afzijdig van activiteiten met de kinderen. Toch lijkt ook diens houding langzaam te veranderen, zegt Shouno. 'De laatste tijd komt hij wel zijn kamer uit rond de tijd dat de kinderen worden opgehaald voor de groepsactiviteit. En onlangs hebben we hem voor het eerst zien glimlachen naar de kinderen.'

Buiten pakt meneer Hiratsuka de hand van het 5-jarige meisje Riona. Hij, drie docenten en twee kleuterklassen zijn op weg naar het treinstation van Ukiha. Daar stopt om precies 12.25 uur de luxe trein 'Zeven sterren in Kyushu', vernoemd naar de zeven bestuurlijke regio's op het zuidelijke eiland.



Meneer Hiratsuka met kleuters op weg naar het station van Ukiha om de luxetrein 'Zeven sterren in Kyushu' te verwelkomen. Beeld Jun Michael Park

De cruisetrein is ook een product van de vergrijzing. Passagiers betalen zo'n 5.000 euro per nacht voor een suite met een wasbak van Arita-porselein en een douchecabine van cypreshout. Op steeds meer trajecten in Japan rijden dit soort luxetreinen, die voldoen aan een groeiende vraag van welvarende gepensioneerden.

De Zeven sterren in Kyushu reed normaliter aan Ukiha voorbij, maar nadat de kinderen en de ouderen een paar keer op het perron hadden staan kijken, tot vertedering van de passagiers, heeft de vervoerder besloten voortaan een paar minuutjes in Ukiha te stoppen. Nu is het een wekelijks ritueel geworden waarbij de kinderen een dansje opvoeren en vers fruit van de boomgaarden in Ukiha uitdelen aan de passagiers.

Meneer Hiratsuka, die een T-shirt draagt met de tekst 'winning is everything', verheugt zich zo op het wekelijkse uitje dat hij op zijn muurkalender alle dinsdagen met rood heeft omcirkeld.

Afgelopen winter had hij het zwaar. Eerst kon hij door zijn knieproblemen niet mee naar de trein, noch met de kinderen spelen op het schoolplein. Daarna was de school het toneel van elkaar opvolgende griepvirussen. Om de kwetsbare ouderen te ontzien, werden de gezamenlijke activiteiten voor bijna drie maanden opgeschort.

Die tijd is gelukkig voorbij, zegt meneer Hiratsuka. Inmiddels is hij met Riona in gesprek verwickeld over iets dat ze op straat heeft gevonden.

'Wat is het?', vraagt meneer Hiratsuka, die om Riona te kunnen verstaan, krommer loopt dan normaal.

'Een snoepje.'

'Niet opeten hoor.'

Snel verandert het meisje van gespreksonderwerp. 'Ik ben gebeten door een mug.'

Meneer Hiratsuka glimlacht.

