

特別養護老人ホームにおける音楽療法の実際とその効果

社会福祉法人 高田真善会

〒514-0065 三重県津市河辺町 1317-1

助成事業の概要

特別養護老人ホームでレクリエーションとして歌を歌ったり、音楽を聴いたりして楽しむという活動は、従来から広く行われてきたところである。そこで、特別養護老人ホームにおいてどのように音楽療法が展開され、音楽レクリエーションとどのように異なり、またどのような効果が期待されるのかを、専門家と共に実践研究し、成果を広く地元の高齢者施設に還元していこうとする実践研究を目指す。実施期間は、2024 年 6 月から 10 月までとし、その後に実施内容を分析検討して冊子にまとめる。実施場所は社会福祉法人高田真善会特別養護老人ホーム報徳園の集会室やホール等を使用する。音楽療法の実施にあたっては、津市にある高田短期大学の長谷川恭子先生（日本音楽療法学会認定音楽療法士）に協力を依頼し、毎月 1 回 1 時間程度のセッションを 5 回行うこととする。毎回のセッションを動画撮影し、冊子には文章と写真の他、QR コードを入れて動画を見ることができるようにする。冊子は三重県内の高齢者福祉施設、学校等に郵送で配布する。

事業の成果

期間中毎月一回のセッションを実施した。第 1 回目はリハーサルとして、会場の様子や高齢者の人数、並び方、楽器の音の聞こえ方、担当職員の参加の仕方などを確認しながら実施した。第 2 回から第 5 回までは、講師と主となる担当職員が事前に簡単な打ち合わせをしてから実施するよ

うにした。特別養護老人ホーム入所の高齢者の方には、毎回好評で積極的に参加していただいた。担当職員 4 人が毎月研修を兼ねて参加し、またその内 1 人が交代でセッションの一部を担当し、終了後の振り返りのインタビューも実施した。

毎回の音楽療法は、開始の挨拶、ウォーミングアップの体操や発声、季節の唱歌や歌謡曲の歌唱、楽器活動、クールダウン、終了の挨拶で構成した。また、高齢者が安心して過ごせる慣れた場所（集会室）を使い、気分転換や気分の発散、楽しみの提供を目的とし、構成要素に感覚と運動及び認知機能への刺激や働きかけを取り入れて実施した。終了前のクールダウンは、気分が高揚した状態で終了すると日常生活に支障をきたす場合があり、落ち着いた状態で日常に戻っていただくために取り入れるものである。

各回の成果として担当職員からの意見は次のようなものであった。高齢者に対しては、「普段レクリエーションなどで歌を歌ってもほとんど無反応で、促さないと歌わない高齢者が、音楽療法の時には自ら歌うことがあった」、「音楽療法がある日は、朝から楽しみにされている方があった」、「介護に対して拒否のある方が、音楽療法で歌った歌を口ずさむと穏やかになる場面があった」、「音楽療法で使用した曲を流すと、昔の思い出を語る人があった」など。職員自身については、「今まで流れ作業のようにレクリエーションを実施してきたが、一つ一つの事柄について、その意味を伝えることができるようになった」、「音楽療法は、レクリエーションとは違い、目的を持ち、効果や結果を意識しながらやっていくものである

事がわかった」、「耳が遠くて聞こえないと訴える方がいたので、席の位置についても検討する必要があると思った」などがあった。

を介護福祉や高齢者福祉に関連する研究会等で発表していききたい。

成果の広報・公表

今回の研修及び研究の成果を広く他の介護職や関係機関と共有するために、各セッションの様子や解説等を冊子にまとめて発行した。各セッションの様子は写真及び講師の解説、担当職員のインタビューに加えて、撮影した動画の一部を編集して、QR コードからスマートフォンで、また URL からパソコンで視聴できるようにした。そうすることで、音楽療法の実際を多くの方に理解してもらえよう工夫した。

発行した冊子を三重県内の約 300 か所の高齢者福祉施設と学校等に郵送で配布した。この助成事業については、法人の広報紙である「報徳園だより」に掲載して周知した。また、令和 7 年 9 月に成果の一部を高田短期大学介護福祉研究センターにおいて、講師及び担当職員が発表する予定である。なお、希望する方には冊子の残部がある限り、配布することになっている。

今後の展開

今後は、研究成果を基にして、各高齢者福祉施設で実施する音楽療法や音楽レクリエーションなどの参考として利用してもらうことを期待している。その際に、講師の長谷川先生に具体的な質問や意見のある場合には本法人に問い合わせてもらうこととし、本法人より講師に連絡し、直接、間接に回答してもらうことにしている。

また、本法人としては、引き続き長谷川先生による音楽療法を年 2 回程度実施するとともに、介護職員による音楽療法や音楽レクリエーションを積極的に取り組んでいく予定である。その成果