

## 1 音楽療法とは

### (1) 音楽療法とは…

日本音楽療法学会の定義によれば、「音楽療法とは音楽の持つ、生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、意図的、計画的に使用することを指すものとする。」となっている。PDCA サイクルの無い場合、音楽レクリエーションは“その場限りのもの”“楽しむためのもの”であるのに対し、音楽療法は対象者に合わせて音楽を意図的・計画的に活用して行われる治療技法である。

### (2) 音楽療法の目的

音楽療法の対象者は乳幼児や妊婦、障害のある人や子ども、健康な人や子ども、高齢者、ターミナルケアを必要とする人まで様々で対象者に応じて目標が設定される。伊賀市社会福祉協議会では市の介護予防事業を受託しており、音楽療法もその一つである。介護予防を目的として行われる音楽療法は、以下①～⑦のような項目をセッションの目標とすることが多い。

- ①身体機能の維持改善（四肢、手指、嚥下、呼吸器）
- ②脳機能の賦活化（懐かしい歌からの回想や長期記憶への刺激）
- ③リラクゼーションの促進とストレス解消（孤独感、不安の軽減）
- ④見当識への刺激（季節感、居場所、人の名前など）
- ⑤自己表現、自己達成能力の回復
- ⑥楽しさの共有、連帯感（コミュニケーションの向上）の体験
- ⑦リズム感の回復、感覚機能への刺激

現状から見て望ましい姿を長期目標（例：半年～1年）とし、長期目標達成のための課題と思われる項目を短期目標（例：1～3ヶ月）として設定する。目標の期間はセッションの頻度により異なる。

### (3) 音楽療法の形態

音楽療法の形態には集団セッションと個人（個別）セッションがあり、集団にも10名以内の小集団から100名以上の超大集団まで幅がある。音楽活動は、鑑賞したり聞いたりする受動的音楽活動と自ら歌ったり演奏したりする能動的音楽活動があり、音楽療法場面ではそのどちらの活動も取り入れられる。対象者の健康度などに合わせて音楽を通した身体活動やゲーム感覚のできる活動をすることもある。

### (4) 音楽療法の流れ

まず対象者理解としてのアセスメント（査定）を行い、可能であれば対象者本人や家族、主治医、他職種との連携の中で既往症や生活歴、音楽の好みなどの情報を得る。そこから目標設定し、プログラムを組んでセッションを行い、記録・評価・振り返りを経て次回のセッションに向けてアセスメントをする。流れとしては以上のような繰り返しで行われることが多いが、情報を得ることが難しい場合などはセッションをしながらアセスメントを行うこともある（ランニングアセスメント）。

## 2 伊賀音楽療法研究会設立の経緯

平成9年に上野市社協（当時）が実施したボランティアスクール「認知症高齢者援助技術実習」、平成11年にボランティアスクールに一講座として開講した「音楽療法講習会」には、従来からのボランティアスクール受講生のほか、ピアノ教師を中心に多くの参加者が集まった。以上の講座を通して音楽療法への関心の高さが伺えたため、伊賀音楽療法研究会結成準備会を開催し、音楽療法士コース、アシスタントコース（現在は廃止）による「伊賀音楽療法研究会」を正式に発足させた。

- 平成11年 3月 伊賀音楽療法研究会設立
- 4月 第1回研究会開催（以後、月1回開催）
- 9月 奈良市音楽療法推進室視察
- 12月 かんぽ介護者支援講座
- 平成12年 4月 社会福祉・医療事業団から440万円の助成
- 5月～ 音楽療法実践者養成講座開講（計75時間）
- 平成13年 2月 音楽療法実践者のための癒しセミナーin合歓の郷
- 4月 ミュージックコーディネーター派遣制度制定
- 6月～ 介護予防事業による音楽療法教室
- 7月～ 音楽療法メールマガジン創刊
- 平成14年 1月～高齢者向け大集団セッション「うたおう会」スタート
- 平成15年 三重ボランティア基金ボランティア団体基盤強化助成21万円
- 平成16年 三重ボランティア基金ボランティア活動資金助成38万円
- 5月～音楽療法講座（連続講座）開講
- 平成17年 9月 日本音楽療法学会名古屋大会にて忍者衣装をまとい「忍者DEサンバ」を披露
- 平成18年 2月 伊賀市男女共同参画フォーラム「いきいき未来いが」に参加（以後、毎年参加）
- 10月 雑誌Theミュージックセラピー「研究団体を訪ねて」に掲載
- 平成19年 7月 音楽療法入門講座（高齢分野・児童分野）開催
- 8月 みずほ教育福祉財団より9万円の助成
- 11月 東京メソニック協会より51万円の助成
- 平成20年 5月 特別支援教育総合推進事業として市内の小中学校へ派遣開始

## 3 現在の活動

### (1) 伊賀市社会福祉協議会認定ミュージックコーディネーター養成・派遣事業

音楽療法に関する講座を開催し、伊賀市社会福祉協議会認定ミュージックコーディネーターの資格取得のための養成講座等を行っている。また、ミュージックコーディネーターの派遣事業として、福祉施設及び地域団体等へミュージックコーディネーターを派遣している。継続派遣と単独派遣の2種類があり、派遣要綱・報酬規定に基づく有償派遣によって専門性を確立できるよう努めている。（平成21年12月現在 会員数34名うちミュージックコーディネーター21名、日本音楽療法学会認定療法士5名、岐阜県音楽療法士6名）

### (2) 伊賀市高齢者アクティビティ認知症予防教室開催事業

平成13年より、国の介護予防・地域支えあい事業、アクティビティ認知症予防教室の一環として、伊賀市社会福祉協議会が行っている「伊賀市高齢者アクティビティ認知症予防教室開催事業」の音楽療法教室に講師を派遣している。地域で開催される

ふれあい・いきいきサロンや老人クラブ、住民自治協議会健康福祉部の開催事業などに音楽療法教室出張講座としてミュージックコーディネーターを派遣し、地域に根ざした音楽療法活動を展開している。(平成 20 年度開催回数 309 回、延受講者数 8,979 名)

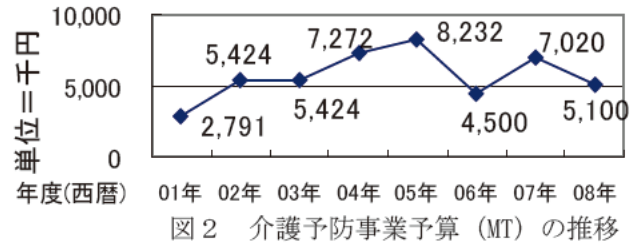
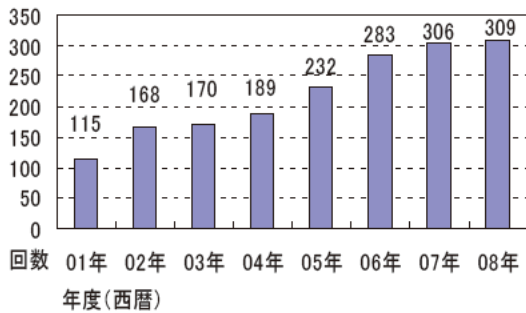


図2 介護予防事業予算 (MT) の推移



▲音楽ひろば  
(毎月第1月曜・第2水曜・第4金曜)



▲ふれあい・いきいきサロン  
(地域からの派遣依頼による)

### (3) うたおう会の開催



▲うたおう会 (毎月第1・3金曜)

音楽療法教室の一環として毎月2回、第1・3金曜の午前10～11時半に開催しており、毎回100～150名が参加している。(平成20年度延参加者数2,805名、平成21年7月現在登録者数701名)

### (4) 定例会の開催

設立当初より月1回開催している定例研究会では、音楽療法に関する講演会を開いたり理論的・実践的な研究や情報交換を行うなど、知識を深め資質向上に努めている。平成19年度には、研究会主催で高齢者や障害児教育にかかわる方を対象に音楽療法入門講座(高齢・児童分野)を開催した。このような公開講座によって、音楽療法の普及や啓発活動を行っている。

#### (5) 広報活動

研究会ホームページを開設し、音楽療法掲示板を設けている。また、「伊賀音楽療法研究会メールマガジン」を発行している。メールマガジンでは「世界音楽療法情報」「日本音楽療法情報」、三重県内の情報や「伊賀音楽療法研究会情報」、書籍紹介、グッズ紹介などを毎月10日に登録者へ届けている。(平成21年9月現在 読者登録数419名)

伊賀音楽療法研究会 HP アドレス <http://www.hanzou.or.jp/music/top-page.htm>

#### 4 今後の課題と展望

近年では、市主催のイベントへの参加依頼や、隣接した名張市や奈良市からもミュージックコーディネーター派遣依頼を受けている。また、特別支援教育総合推進事業(県事業)として、市内の小中学校へのミュージックコーディネーター派遣依頼があるなど、伊賀ではこの10年で研究会による音楽療法活動が認知され信頼を得られる存在になってきたと考えられる。これらの活動の効果を明らかにし、音楽を必要とする対象者により良いケアを提供する必要があるため、平成20年度から定例会とは別に評価表検討会を開催し、研究者の助言を得ながらうたおう会やふれあい・いきいきサロンのためのアンケートや評価スケールの検討を進めている。音楽療法士の国家資格化問題やセッション報酬の保険点数化への動きは迷走し、まだまだ音楽療法の社会的認知度・信頼度は高いとは言えず、国内の音楽療法事情の展望は明るいとは言いがたい。そんな中であって「音楽を使って人と関わる援助者」としての自覚を持ち、ミュージックコーディネーターの資質向上と地域に根ざした音楽療法活動の展開を二大目標に掲げ、今後も研鑽に励みたい。

#### 【参考文献】

『社協の底力』中央法規 2008年

『現代のエスプリ』「福祉施設における音楽療法の実践について」2002年11月号 至文堂