

## 認知症ケアと予防の音楽療法

～デイサービスにおける創作歌詞、即興演奏の可能性～

久保田 牧子 (昭和音楽大学)

1)TV で放映された認知症の音楽療法

2)音楽療法の動向

3)Music Therapy Perspective (2014) Vo.32,No1 から「老化の社会学理論に基づく音楽療法」

4)事例報告：デイサービスにおける創作歌詞、即興演奏の可能性

### 1) TV で放映された認知症の音楽療法

有効性

①身体的に活発になる：喜怒哀楽が表情に現れる。自然に身体を動かす。

②精神的に安定する：妄想、抑うつ、徘徊、人格の変化の改善。自信を取り戻す。

### 2)音楽療法の3つの動向

生物・心理・社会的側面への新しい可能性

1.神経ネットワークの可塑性などの最新の脳科学への接続の可能性

2.音楽することの治療的意義の再認識と音楽に集中する事が持つ可能性

3.文化や社会など患者を取り巻く複雑なコンテクストを変革する可能性

### 1.神経学的リハビリテーション領域

①神経学的音楽療法 (コロラド州立大学 Thaut,2005) パーキンソン病、脳梗塞後遺症、外傷性脳損傷、失語症、脳性麻痺などの神経学的疾患・損傷を持つ患者に感覚運動・言語・認知機能のリハビリテーション活動に音楽を導入

②認知音楽療法 (木沢記念病院中部養護療育センター脳神経外科医奥村,2008) 頭部外傷後遺症患者に対する音楽療法実践から発想。「自己の幸せや満足を満たすための機能(認知機能)」と定義し、音楽で改善させようとする。シナプスの可塑性を促進、脳内ネットワークの再構築による認知機能の向上が目的。PET,SPECT,f-MRI, などの科学的データ重視。

⇒音楽の嗜好性の残存。患者の愛した音楽の「認知」

映画「パーソナル・ソング」に共通

### 2. 音楽中心音楽療法：米国音楽療法士 Aigen,2005

“musicing” (音楽すること,Elliot) が音楽療法の「目標」となり、臨床的諸問題の改善は音楽という「媒体」(medium) を用いた介入の「二次的な結果」とされる。

従来、音楽療法の「目標」は音楽以外の臨床的課題(衝動コントロールや社会的スキルの向上、症状の改善、発達の促進)にあり、音楽は臨床目標を達成するための「手段」(means) に過ぎなかった。⇒音楽の体験と表現の達成に「目標」を置く

丹野の精神病院音楽活動(2003):演奏に集中し、審美的な音楽の歓びに導かれて音楽課題を克服する事に手応えと達成感を感じて集中力などの適応能力を向上させた。

⇒音楽演奏に没頭・集中し音楽的達成を得ることが人生の新展開を生む。

### 3.文化中心音楽療法：ノルウェー音楽療法士 Stige,2002

音楽療法を社会・文化的な文脈へと開く考え方。

障害や病いが社会や人間との関係、個人が置かれる複雑なコンテクスト (Stige 理論のキーワード) や環境の中から析出するものであるならば、治療は音楽療法室の閉じられた時空間、

患者・治療者という二者関係の中で行われるに留まらず患者の置かれた複雑なコンテキストや環境にも働きかけ、変えていく努力であるべきという考え方。

⇒音楽療法は患者と取り巻く家族や友人、施設関係者、地域社会、行政や国家に至るまでを音楽療法の対象とする。

「音楽を成り立たせるルールの共有が文化」「文化参加、文化運動としての音楽療法」(コミュニティ音楽療法)

事例：アップビート (30～40 歳代のダウン症のグループ)

「僕達もブラスバンドで演奏するの？」に始まった。

### 3) Music Therapy Perspective (2014) Vo.32, No1 から Nikle Cohen の論文

「老化の社会学理論に基づく音楽療法」

#### ① 「離脱理論」 Cumming&Henry, 1963

- ・ 高齢者はだんだん社会から離脱して自分自身に注意を向けるようになる。
- ・ 人が年を取るとともに、だんだん社会から離脱していくので、社会は効率よくスムーズに機能し、バランスが取れた状態を維持できる

#### ② 「活動理論」 Havighurst, 1963

- ・ 高い活動レベルを維持することは、高齢者の well-being には必要不可欠である。例えば、退職した人は、仕事での活動がなくなる分、他のことで活動を増やす必要がある。
- ・ 自分達の目標を達成するために、人生の中期において見つけた有意義な事を長く続けられるように。

#### ③ 「継続性理論」 Atchley, 1971

- ・ 高齢者が老化によって起こる変化に適応していくために、社会的な役割を維持する事が望ましい。
- ・ 高齢者にとって重要で有意義な活動を永続させることと、彼らがもはや担うことができなような望まれる役割の代わりとなるものを見つけることの両方が含まれる。

#### ④ 「年齢構造理論」 Riley. 1972

- ・ 年齢コホートは、彼らの人生における共通の顕著な出来事に影響されている。人生における出来事(ライフ・イベント)はストレスに反応する為の適切な方法を定義する役割と社会的な期待を形成する。

⇒世代の違う個人は異なる経験を持っていてユニークに年を取っていく。

- ・ 年齢構造理論は(a)異なる世代の人は、異なる方法で年を取っていく、そして(b)個人の健康の知覚は、知覚者の年齢によって異なるというもの。
- ・ 音楽療法士に出来ること

- ・ 年齢グループを統合する音楽療法セッションを提供する
- ・ 高齢者に健康に関する情報を提供する
- ・ 高齢者の老化と健康に関する知覚の理由に気付き、それを認める
- ・ 年齢コホート間の相違を理解するために、高齢者の統合的グループで回想の機会を提供する

#### ⑤ 「エンゲージメント理論」 Burbank, 1992; Grossman&Lange, 2005

- ・ 社会的関係性の質が高齢者の意味感覚を最も顕著に決定する。つまり、この意味のレベルは、年老いていく人の健康状態に密接にかかわっている。
- ・ 他人に依存していると感じる人は、自分がもはや役に立たないと感じ、生きていくことに興味を失う人もいるだろう。

## ⑥「イノベーション理論」Nimrod&amp;Kleiber,2007

サクセスフル・エイジングは、イノベーションがある時、つまり、高齢者が新しい技術を獲得したり、新しい方向に踏み出した時に実現する。新たな追及は、自己成長と有意義な経験の機会となる。

**4)事例報告：デイサービスにおける創作歌詞、即興演奏の可能性**

高齢者の音楽療法の目的

1. 機能の維持改善
2. 回想：人生の振り返り
3. 肯定的感情の体験
4. 帰属意識の確認
5. 予防として
  - ・ 身体的、精神的な健康の維持への努力が予防につながる。
  - ・ 社会的な交流を図る中に自身の生きる価値を見つける事や肯定的な情緒反応を発見する事、有意義な生活を感じるなどが生活意欲につながる。

**症例 1. メロディ創り**

- ・ 集団音楽療法の中で対象 A 氏と MT 士の即興表現
- ・ 音積み木：沖縄音階（お盆に並べる）  
GBCEFG (A 氏)、 (低い) GBCEF (MT 士)
- ・ 対象 A 氏：日本語の理解が困難  
認知機能の低下が目立つ  
食事摂取量の激減で体力低下

⇒音楽の特徴にみる音楽療法

- ・ 複数の音が同時に鳴り響き、混じり合い、融合することができる共時性。音の融合は人々の融合を導き、共生の経験を導く。
- ・ 音楽は曖昧・表現が消えてしまう
- ・ 音楽は明確な事柄の伝達はできないが心を動かす
- ・ 非言語コミュニケーションの心地よさ（相手を信頼している）
- ・ 音楽による相互交流は意図的な表現形態で実現できる
- ・ 音楽表現は喜びの表現ができる
- ・ 音楽表現が生き生き感を感じさせること

**症例 2-2：後期高齢者のグループ**

- ・ Song-creating（歌詞創り）
- ・ 歌詞創りのシステム：メロディは同じ（4小節の4フレーズ形式）、単語の発言、1フレーズずつ歌い足す形で創作
- ・ イメージを拡げる：共通感覚
- ・ 歌詞に表れる遊び心：懐かしさ、心地よさ、憧れを誘引

**考察 1：歌詞の変遷**

第Ⅰ期：準拠集団の構成員を表す名詞、準拠集団の施設名を表す名詞

第Ⅱ期：個人的な体験を表す名詞

第Ⅲ期：歌詞にリズム・動きを与える擬音語・擬態語を含む副詞

## 考察2：後期高齢者の課題への取組み

- ・ 第Ⅰ期：準拠集団の喪失

歌詞創りテーマ「通所施設」⇒場（通所施設）、職員、仲間の確認⇒準拠集団の意識

- ・ 第Ⅱ期：情意・性格の変化

歌詞創りテーマ「〇〇っていいね」⇒個人的な体験、過去の振り返り⇒肯定感

- ・ 第Ⅲ期：包括的な英知の感覚へ統合

歌詞創りテーマ「季節」⇒イメージ・ユーモア表現⇒創作の喜び、遊び心の出現

### “創る”音楽療法

#### ①メロディ創り：音積み木（5音音階、沖縄音階）

メロディ表現にはストーリーがある

他の参加者にも十分聴こえる

#### ②Song creating（歌詞創作活動）

- ・ メロディの役割：  
既成曲：元歌のイメージがパロディを誘発  
オリジナル（5音音階で創る）：自由な表現
- ・ 単語の豊かさは感性を刺激
- ・ 創作歌詞がイメージの世界へ誘導（遊び心）

### 引用・参考文献

マイケル・タウト,三好恒明他訳：リズム、音楽、脳—神経学的音楽療法の科学的根拠と臨床応用—協同医書出版,2006.

奥村 歩：音楽で脳はここまで再生する—脳の可塑性と認知音楽療法—, 人間と歴史社,2008.

Aigen.K (2005) Music-Centered Music Therapy. Barcelona Publishers,Gilsum.

ブリュンユルフ・スティーゲ,阪上正巳監訳：文化中心音楽療法,音楽之友社,2008

佐々木和佳・伊志嶺理沙・二俣泉：認知症ケアと予防の音楽療法,春秋社,2009.

トム・キットウッド,高橋誠一訳：認知症のパーソンセンタード・ケア,井筒書房,2005.

Music Therapy Perspective (2014) Vo.32,No1