

《音楽療法 20 年目を迎えて》

— M 氏（87 歳～104 歳）の軌跡 —

社会福祉法人敬寿会 美咲ヶ丘

副施設長・セッションリーダー 村口 都

【はじめに】

社会福祉法人敬寿会 美咲ヶ丘（福岡県北九州市小倉南区）は、平成 9（1997）年に開所し、昨年平成 29（2017）年 6 月、20 周年を迎えた。

開設当初より、赤星建彦、多賀子両先生にご指導いただいていたことを礎に、当施設の音楽療法は 20 年継続し、実施されている。

【経緯】

開設と同時に、「特別養護老人ホーム 美咲ヶ丘」と「デイサービスセンター 美咲ヶ丘」において、それぞれ定期的に音楽療法を実施。

今では、併設の「グループホーム 美咲ヶ丘」入居者も、時折デイサービスの音楽療法に参加し、デイサービス利用者とのコミュニケーションの場にもなっている。

今回、「デイサービスセンター 美咲ヶ丘」における音楽療法を取り上げる。

【実施状況】

場 所	デイサービスセンター 美咲ヶ丘
日 時	月 3 回 （曜日毎のグループに分かれて行う）
対 象 者	デイサービス利用者
参加人数	平均 20 名 （男女比 約 1 : 5）
年 齢	平均 86.6 歳
介 護 度	平均 1.45
内 容	療育音楽 A プログラム
使用楽器	LD 楽器（タンバリン・スズ・カスタネット） トライアングル、シェーカー （楽曲により、ハンドベル・鳴子・しゃもじ・マラカスなども使用）

開設時に比べ、デイサービス利用者のレベルが重度化したことに伴い、対象者に合わせた最適なセッションを心がける。

その中から、長年の利用者最高齢であった M 氏（昨年 10 月永眠）の事例を述べる。

【M氏概要】(2017年8月当時)

104歳 1913(大正2)年生まれ 女性 要介護5

デイサービス利用歴17年目(週4日利用)

ショートステイ利用時は、特養・デイサービスのセッションにも参加。

長谷川式スケール : 調査不可 (意思疎通は可能だが限られる)

疾患名 : 認知症・高血圧・変形性膝関節炎(車椅子使用)

性格および状況 : 本来しっかりした性格であり、自宅敷地内別棟に居住する家族の支援を受けながら、本人の希望で独居生活を営む。

以前は、手芸(木目込みなど)が趣味で細かい作業を好み、また、畑仕事も率先して行っていた。

家人の話では、M氏は、デイサービスを学校と捉えており、通所を楽しみにしていた。

そのためか、職員に対し、「先生」という発言も聞かれる。

【経過】

- 2000年4月 <デイサービス利用開始>
緊張した面持ちで初参加するも、時間の経過とともに表情が柔らかくなり「青い山脈」に合わせ楽しそうにスズを振り参加する。
- 2005年2月 <週2日利用>
デイサービス利用日を楽しみにしていて、「春が来た」ではハンドベルを上手に鳴らす。
- 2011年5月 <週3日利用>
「博多どんたく」ではカスタネットでしっかりリズムをとる。
- 2013年9月
「いつでも夢を」のトライアングルを上手にこなし、リズムトレーニング「赤とんぼ」の3拍子($\frac{3}{4}$ ♩ ♩ ♩)も正しくとれる。
100歳とは考えられないほど、反応良好。
- 2014年11月 <週4日利用>
「花笠音頭」の歌唱の反応良く、リズムに乗っている。
- 2015年5月
「こんにちは」の歌に合わせた手話の動作を軽やかに行う。
「丘を越えて」の歌唱も小さい声ながら口ずさむ。
- 2016年7月
「星影のワルツ」では、パートリーダーを見てスズを積極的に振る。
リズムトレーニング「真赤な太陽」にてマラカスを渡すと、職員に鳴らし方を確認した上で自ら上下に動かす。
- 2016年10月
終始傾眠で反応は乏しいが、「旅の夜風」「案山子」でわずかにスズ、シェーカーを振る。
- 2017年3月
「高校三年生」でスズをしっかり握り、「仰げば尊し」の3拍子($\frac{3}{4}$ ♩ ♩ ♩)も正しくリズムをとる。

	アイコンタクトもしっかりとれる。
	104歳にしては、予想をはるかに超えリズム感が良い。
	「歌は好き」との発言もあり、好きな曲を問うが、「わからん。」と答える。
2017年7月	ショートステイ利用時、セッションに参加し、笑顔が見られる。
2017年8月	体調不良により入院
2017年10月	永眠

デイサービス利用者の場合、特養入所者と違い、利用日以外の状況を把握する事が難しいが、M氏の場合は、17年という長期利用者であり、また、当施設のケアマネージャーが居宅支援の担当であったため、在宅の様子を含め、総合的に捉えることができた。

M氏は、最初から音楽療法に対する抵抗感を持っていなかったものの、必ずしも積極的に参加しているというわけではなかったが、定期的に行うセッションを通じて、音楽的な感覚を発揮する様子も見られるようになった。

デイサービス利用開始時と比較すると、104歳という高齢になり、楽器を鳴らす際の大きな動きは少なく、歌唱も控えめになったが、その一方でリズムをとる様子は、楽曲に関わらずしっかりしており、特に、3拍子のリズムトレーニングで正確にリズムをとる姿は、目を見張るものがあった。

【考察】

筆者の経験からして、高齢者で且つ、音楽経験の浅い対象者は、3拍子のリズムをとることが難しい傾向にある。3拍子は、日本古来の「わらべ歌」や「民謡」などに慣れ親しんだ日本人特有の2拍子感覚とは違うため、高齢者の場合はリズムが取りにくい方も多く見られる。

しかし、M氏以外の例を挙げても、当デイサービスでの音楽療法を経験して特養に入所した方は、3拍子のリズム感が優れており、その差は他の入所者と比較しても明らかである。

この事から、音楽療法の積み重ねにより、未経験のリズムでも長年トレーニングすることで、無意識のうちにリズム感が着実に養われていることが見てとれる。

M氏も、まさに、音楽療法の目的のひとつである「リズム感の養成」ができていたのであろう。

さらに、M氏は、デイサービス利用中、音楽療法以外のレクリエーション（ゲーム等）やリハビリテーション（歩行訓練等）においても、集中力・持続力の高さが見られ、毎回1時間の音楽療法がM氏のQOL・ADL維持の一助になったと思われる。

M氏は、残念ながら永眠されたが、M氏の意志を尊重し、最後まで在宅で見守られたご家族に敬意を表すとともに、M氏と音楽による対話ができただことに感謝しつつ、哀悼の意を捧げたい。

【おわりに】

今回、筆者は、M氏の事例を通して、“継続することにより引き出される可能性”を改めて実感した。

美咲ヶ丘では、M氏の他にも、デイサービスを長期利用し、開設当初より20年間音楽療法を続けている方もいる。

音楽療法を長年継続できているのは、対象者自身が音楽療法に納得して参加し、“楽しみながらリハビリできる”からこそと考える。

また、音楽による様々なコミュニケーションをきっかけに、対象者同士、対象者と職員など、人と人との繋がりが深まっていく様子も感じ取れる。

音楽療法を〈心の架け橋〉として、美咲ヶ丘の利用者・入所者の笑顔が引き出せるよう、今後も努めていきたい。