

音楽活動による高齢者のコミュニケーションの変化

ハンドベルによる合奏の及ぼす効果

Communication improvement of seniors through music activities:

An effect of hand bell

○宇津野裕子

(日本大学大学院 総合社会情報研究科)

Keywords: music therapy, hand bell, communication

【問題と目的】音楽療法と呼ばれる音楽活動は、児童施設、高齢者施設、病院など様々な場所で行われており、近年の高齢化に伴い、対象となる高齢者が増加している。補完代替療法としても注目されている一方、音楽療法プログラムはエビデンスが不足しており、エビデンスに基づいた標準化、体系化が必要であり(市江, 2006)、広義の音楽療法は音楽健康法に近い(坂東, 2008)。高齢者に対する音楽体操が認知機能の低下を軽減させたという報告(Van de Winckel, 2004)や、集団音楽療法が、健常な高齢者の認知症度と、主観的幸福感を維持したという報告(高橋・高野, 2010)などがあるが、エビデンスの不足が認められ、またセッション全体の効果の検証は実施されているが、プログラム個々のエビデンスについての研究が少ない。高齢者への集団音楽療法の実態についてアンケート調査をした結果、音楽療法士はセッション効果の評価が困難ととらえており、各プログラムのエビデンスについても関心が低かった。演奏活動プログラムでは、共同で曲を合奏することで連帯感と成功感、達成感が生まれ、社会性が促進する効果があると考えられているハンドベル合奏が最も多く実施されていたが、その効果は実証されていない。本研究では、音楽療法で最も良く用いられているハンドベル合奏の、高齢者のコミュニケーション行動に及ぼす効果の実証研究を行うことにより、エビデンスに基づいた音楽療法の確立と高齢者のQOL向上の一助となることを目的とした。

【手続き】参加者は、デイケアに通う認知症度の異なる高齢者6名で、平均年齢は77.8歳(70~86)、認知症度はHDS-R平均16.3点(0~29)であった。独立変数は、ハンドベル合奏。従属変数は、「周りの他人に話しかける」「頷く」「表情が変化する」「周りの他人を見る」のコミュニケーション行動とした。実験デザインはBCBCデザインとした。セッションプログラムの内容は、1.挨拶、2.軽い体操、3.歌唱(3曲)、4.介入(約5分間)《B期:ベル振り体操(音が出ないように細工をしたハンドベルを振る)または、C期:ハンドベル合奏(曲名:さくら)》、5.お茶の時間であった。回想は実施しなかった。セッション回数は20回とし、フォローアップ(ベル合奏)を1回実施した。各回をビデオに録画し、お茶の時間開始後5分間の各参加者の4つの従属変数の発生頻度を、3名の計測者が5秒間インターバル法で計測した。分析に用いた行動の一致率は、80%以上であった(平均一致率95.2%)。

【結果と考察】

ハンドベル合奏による「話しかける」反応の促進が、やや高度・中度・軽度の認知症参加者に、認められ(図1)、認知症の無い参加者にも、一部効果が認められた。認知症の無い参加者は音楽活動の継続によるコミュニケーション行動の増加が認められた。

重度認知症者は音楽活動参加中、「表情が変化する」行動が多少見られ、「周りの他人を見る」行動は一貫して出現し続けた。フォローアップ期では、コミュニケーション行動の減少が認められた。本研究は、音が奏でられるハンドベル演奏と音のでないハンドベル体操の比較により、ハンドベル合奏効果の実証を試みた。ハンドベル合奏は、認知症度や、行動項目により効果に差異があり、参加回数等の影響を受けることが認められた。フォローアップ期では行動が減少することから、音楽活動の効果を保持するためには、活動を継続することが望ましいといえる。ハンドベル合奏の導入は、参加者同士のコミュニケーション行動の増加を図る上で有効な手段であり、QOL向上の一助となることが期待できる。今後も、エビデンスを増やし、エビデンスに基づいて、効果が実証された活動を取り入れたプログラムを実施することが必要である。さらに、そのプログラムの有効性を検証し、問題があればプログラムを修正する循環を継続することで、音楽療法の質を向上していくことにより、エビデンスに基づいた音楽療法の社会的認知を促進し、高齢者のQOL向上への貢献の一端を担うものになることを期待している。

【引用文献】

- 市江雅芳 (2006). 音楽と人間との新しい関わり ～音楽療法とその周辺～
バイオメカニズム 30 (1), 26-30. 185-195.
- 坂東浩 (2008). 音楽療法の現状 日本補完代替医療学会誌 (1), 27-36.
- 高橋多喜子・高野裕治 (2010). 認知症予防に関する音楽療法の効果 ―ハンドベル活動を中心として― 日本音楽療法学会誌 10 (2), 202-208.
- Van de Winckel, A., Fey, H., De Weerd, W., & Dom R. (2004). Cognitive and behavioural effect of music-based exercises in patients with dementia. *Clinical Rehabilitation*, 18, 253-260.

