厚生科学研究費補助金　（障害保健福祉総合研究事業）

総括研究報告書

音楽療法の臨床的意義とその効用に関する研究

主任研究者　　日野原重明　聖路加看護大学理事長

分担研究者　松井紀和（日本臨床心理研究所所長）,篠田知璋（くらしき作陽大学教授）,
村井靖児（国立音楽大学教授）,坪井康次（東邦大学医学部教授）,
丸山忠璋（横浜国立大学教育人間科学部教授）,川上吉昭（東北福祉大学教授）

研究要旨：

わが国における音楽療法の実態を明らかにし、各種領域における音楽療法の有用性を明らかにする目的で以下の研究を行った。

- 事例を通し、ターミナルケアの現場では、患者の対人関係のパターンの特徴を見極めながら音楽療法を進めていくことの重要性を明らかにした。
- 知的障害や交流困難な症例に対しても、音楽を媒介とすることで交流を発展することができること、なおかつそれが心身に好影響をもたらすという有効性を認めることができた。また、即興的技法の重要性が認められた。
- 老人施設での音楽療法に対する関心度、導入意欲も高く、また、音楽療法の実践を通して、全般的に精神機能が活性化した結果が得られた。
  米国における音楽療法は、適用範囲が拡大し、各科領域での適用、疾病予防でも役立てられている。
- 認定音楽療法士に対するｱﾝｹｰﾄでは情緒の安定に作用することによる治療的変化などがあげられ、症状発現に対する予防的効果、症状軽減の手段として役割が大きいと考えられる。
- 音楽療法の知的障害関係施設、高齢者関係施設における音楽活動の実態を調査し、分野別の問題点を指摘した。音楽療法の専門性について手の社会的認知を高め、専門家配置の体制・処遇に対する経済的措置などの環境面を整備する必要があると考えられた。
- 心療内科受診中の患者群において、前年度調査した健康な大学生との比較では、音楽に接するゆとりのない状況でも音楽を聴く事により症状の軽減を求める傾向があり、それが症状改善に有効であると示唆された。
- 諸々の音楽を聴取させた場合の生体の内部環境変化を生化学的に明らかにするため、尿及び唾液中のホルモンを分析し、快ー不快を表すストレス指標として基礎的研究を行った。

音楽療法は身体・心理両側面への治療的有用性の高いことが顕著であり、疾病予防・改善、健康の回復、増進に貢献しうるものとして重要であると考えられた。

A. 研究目的

国民の医療に対するニーズは多様化し、受療者自身が治療法を選択する医療へとその方向性は大きく変わりつつある。受療者の身体的、心理的なニーズに応えることが逼迫した課題となっている。

こうしたなかで、今日、わが国においても音楽療法が広く行われようとしているが、現在、音楽療法は、関係する制度が整備されていないこと、医療・福祉の領域での健康保険診療点数に組み込まれていないなどの理由から、様々な名目や雇用形態で実施されているのが現状である。

音楽療法の実態を把握し、音楽の臨床的効果、健康維持・増進作用について、内外の文献を収集検討し、かつ現在行われている種々の臨床的研究について展望することは、来るべき２１世紀の医療行政にとって、多くの貢献をなし得るものと考えられる。

そこで、われわれは、これまで国内国外における音楽療法の実態を調査し、また、音楽療法の効果を基礎ならびに臨床の各側面から明らかにすることを目的とし、調査を行っている。今年度は特に、基礎的研究とターミナルケア、精神医療、心身医療、知的障害者、高齢者関連施設などにおける臨床応用とその効用、ならびに米国における音楽療法教育の実態について調査・研究を行った。

B. 研究方法

以下の方法で研究・調査を行った。

① ターミナルケアにおける音楽療法の臨床的意義と活用に関する記述的研究
② 精神療法における音楽療法の臨床的意義と応用に関する研究
③ 米国の音楽療法教育に関する実態調査
④ 高齢者関係施設における音楽療法へのニーズに関する調査
⑤ 認定音楽療法士（全音連）へのアンケート調査による音楽療法の効果に関する研究
⑥ 知的障害者・高齢者関係施設における音楽活動に関する実態調査
⑦ 患者の音楽と音楽療法についての意識調査
⑧ 音楽の生理的、生化学的内部環境におよぼす影響に関する研究

C. 結果と考察

日野原らは、ターミナルケアの現場で、スタッフに心を開かず、抑うつ的な子宮体癌患者に対して音楽療法を導入し、患者の頑な態度に変化が生じ、スタッフとの会話も多くなった事例を記述的に研究した。その結果、患者の対人関係のパターンの特徴を見極めながら音楽療法を進めていくことの重要性を明らかにした。

松井は、知的障害を伴わない行動障害児に対する即興音楽療法の効果を検討し、音楽による強い攻撃性の発散と統制された攻撃性の表現、さらに言語化の促進の効果を認めている。発散が容易でかつ秩序性を有する音楽の特性が、その過程の円滑に進行させたと考えられた。

篠田らは、米国における音楽療法の教育について調査を行い、現在、80余校の４年制の大学において厳密なカリキュラムのもとに行われており、大学院の修士、博士課程も設立されており、また、医療面では保険会社が保険適用してバックアップをしていることを明らかにした。

一方、わが国の老人施設における関心度、知名度についての調査では、関心度は90%に達し、導入意欲も90%近くであった。さらに、ターミナルケアでの実践結果では、a)患者や家族の内部発散、b）心身の苦痛の緩和、c）家族のリリーフワークを助ける。d）過去の回想を誘起させる。などの効果を認めている。

村井らは、認定音楽療法士に対する自由記述方式による音楽療法の効果に関するアンケート調査を行っている。総数２６０による回答から、精神遅滞では、自傷行為、他傷行為などが減じた、コミュニケーションがとれるようになった、集中力が増した、母親以外の大人と活動が出来るようになった、自己表現によって表情に笑顔が多くなった、などの具体的記載が多くみられた。また自閉症では、単なるオーム返しから感情を伝える言葉に変化した、集団の中で行動が取れるようになった、などコミュニケーションの障害の改善を示す記載が多い。

精神発達遅滞者でも、言葉がなかったクライエントが歌うようになり、だんだん会話的な言葉へと移行した、遊びが広がり認知面が向上した、音楽療法をきっかけにデイサービスでの活動に積極的に参加するようになった、など積極的な行動の変化が目立っている。不登校児でも、言葉によるコミュニケーションが可能になった、自分の意思表示ができるようになった、他人への思いやりの心が芽生えて、登校できるようになった、など疾患、年齢別に特徴が示されている。

成人の領域では、精神分裂病において、現実感を取り戻すことが多くなった、言語表出が明瞭化してきている、言動の自由さの拡大、性格が穏やかになる、問題行動が消えるなどの記載が多くみられた。

老人の領域の変化は、更に項目が限定されてくる。徘徊が止まった。明るくなったなどがみられ、ホスピスでは、音楽がクライエントとの会話のきっかけを作ること、コミュニケーションが取れると生活が活性化してくることが観察されている。

丸山らは、知的障害関係施設／高齢者医療・福祉施設における、音楽活動の導入状況、活動内容、指導者の状況、定期的活動の頻度および時間、外部指導者への処遇の状況を調査している。それによると、高齢者施設の98.7%において「何らかの

形で音楽活動が取り入れられている」一方で、知的障害関係成人施設の12.7%で「ほとんど取り入れられていない」と回答している事は、知的障害関係施設への音楽療法の対策に遅れがみられた。「音楽療法として取り入れている」との回答も、高齢者施設の32.0%に比べ、知的障害関係施設で18.5%に止まった。音楽活動の効果について「情緒の安定」「社会性の伸長」「機能の維持・回復」などを挙げながらも、その導入にあたっては「職員の専門性の不足」「環境の不整備」「集団活動の困難」など、多くの問題があることを指摘している。

坪井らは、心療内科受診中の患者群において、気分に関係する状況で音楽を聴いていることが多く、音楽による気分の変化やリラックス効果を実感した上で、その効果を得るための最も身近な手段として利用していた。健康な大学生と比べて、気分不快時にも音楽を聴いているという傾向がみられ、患者群ではイライラしている時でも音楽を聴いており、症状のある時に症状の軽減を目的として音楽を聴いた人(73.7%)の9割以上の人が症状の改善を自覚した。

川上らは、音楽を聴取させた場合の生体の内部環境の変化を生化学的に明らかにするため、尿及び唾液中のホルモンを分析し、その結果、尿中17－KS値及び17－OHCS値は音楽聴取の影響を反映し難いが、唾液中コルチゾル値は、比較的内的環境の変化を反映し易いことが認められた。また、各々の値に感度や反映速度の相違等があることから、状況による使い分けも含めた、見えない情動の変化を捉える指標になり得ることを明らかにした。

D. 結論

音楽療法は、諸外国、特に米国では、有用な治療手段として活用されており、音楽療法教育も盛んに行われており、各種疾病に対する治療効果について研究が盛んであった。今後わが国でもこの方面での研究が盛んになると思われる。

また、わが国においても、音楽療法へのニーズは高く、精神科領域、教育・福祉領域、ターミナルケア領域で、優れた臨床的効果を示すことが経験されていることが判明した。

音楽療法の重要な要素のひとつにコミュニケーションがあるが、即興演奏を取り入れることによって、種々の障害を持つ症例に対して有効であることが判明し、今後、他の分野の治療にも応用しうることが示唆された。

心療内科領域の患者でも、音楽療法に対する期待感の強いことが示され、音楽のホルモンなど内部環境に対する影響も確かめられたことから、今後ますますこの方面での活用ならびに研究が期待される。健康増進のために音楽療法が貢献しうることを示唆するものとして重要であると考えられた。

厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）

分担研究報告書

ターミナルケアにおける音楽療法の臨床的意義と活用に関する研究

[主任研究者]　日野原重明　（聖路加看護大学理事長）
[研究協力者]　太田大介、村林信行、高須克子、鈴木玲子

「研究要旨」
本研究は、肝臓と食道への転移を伴う子宮体癌の患者をもとに記述的方法で行った。患者は、２度の肺結核、早期胃癌に対する手術、家族の死と、多くの喪失体験をしてきた人で、手術不能といわれ当院を紹介された。患者は、入院当初、スタッフに心を開かず、一方で自らの病状を理解するにつれ、抑うつ的となっていった。
このようなときに音楽療法が導入され、患者の頑なな態度に変化が生じ、スタッフとの会話も多くなった。しかし、導入後２０日あまりで患者は音楽を拒否するに至った。患者は、自分の情緒に対して抑制的であり、音楽を聴くことが患者のそのような一面に変化をもたらした一方、それは患者にとって侵襲的な体験でもあったと考えられる。本例の経験から、患者の対人関係のパターンの特徴を見極めながら、音楽療法を進めていくことが必要であると考えられた。

A.研究目的

これまでわれわれは、ターミナルケアの場で音楽療法を試みて、ある程度良好な結果を得てきたが、患者によっては、音楽に伴うさまざまな情緒的体験が、却って侵襲的となる場合がある。本稿では、一旦は音楽療法が導入されたものの最終的には音楽療法を患者が拒否するに至った症例経験をもとに、音楽療法導入時の留意点について考察する。

B.研究方法

研究は、肝臓と食道への転移を伴う子宮体癌の症例（以下Ｂさん）をもとに記述的方法で行った。

C.研究結果

Ｂさんは、７８歳、女性。Ｂさんは、肺結核に２度罹患し、早期胃癌のため胃亜全摘術を受け、夫と子供には先立たれるという多くの喪失体験をしてきたひとであった。入院の３年前、子宮体癌が見つかり、専門病院で子宮全摘術を受けた。その２年後、脾臓への転移が見つかり手術を受けた。さらに当院入院の３ヶ月前、多発性の肝転移が見つかり、末期で手術は不能であると告げられ、当院緩和ケア病棟を紹介された。Ｂさんは、入院当初は、専門病院に通院していながらいきなり末期癌と言われたことに対する怒りを強く表明していた。しかし、詳細な病状説明を受けるうちに自分の病状を理解し、次第に抑うつ的になっていった。このため、抗うつ薬の投与と平行して、入院第２８病日から、ＣＤとステレオを患者に貸しだし、クラシックなど気に入った音楽を自分で聴くという形で音楽療法が始められた 。音楽療法導入前、Ｂさんは口数も少なく沈みがちであった。しかし、音楽療法導入当初は、Ｂさんから音楽にまつわる思い出などが語られるようになり、口数も少なく沈みがちであったＢさんは活発に会話するようになっていった。亡くなった家族の思い出が語られることも時にはあった。しかし、導入から２０日あまりで、「音楽なんて飽き飽き」と語り、ＣＤとステレオを返却してしまい、以降音楽を聴くことはなかった。

D.考察

Ｂさんは、入院中は、依存的になったり取り乱すことはなかったが、一方でスタッフには心を開かず、表面的な話題と身体症状の訴えに終始していた。そんなとき、音楽が一時的にせよ患者の心を開く一助となったこものと考えられた。思いで話などが語られ、会話がはずむようになり、スタッフもこれを良好な徴候と受け止めていた。しかし、ある時からＢさんは音楽療法を拒否してしまった。患者は、他人に対して心を閉ざすことで自分の情緒を抑制していた面が窺われた。音楽を聴くことがＢさんのそのような頑なな対人関係のパターンに変化をもたらした一方、Ｂさんにとってそれは侵襲的な体験でもあったと考えられる。

E.結論

本例の経過から、患者の対人関係のパターンの特徴を見極めながら、音楽療法を進めていくことが必要であると考えられた。

厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）
分担研究報告書

精神療法における音楽療法の臨床的意義と応用に関する研究－その３－

［分担研究者］松井　紀和　日本臨床心理研究所所長

研究要旨
その１においては即興技法に関するアンケート調査、その２においては発達障害児４例の治療過程分析を行い、知的障害や交流困難な症例に対しても、音楽を媒介にして交流を発展させることができ、それが心身に好影響をもたらすこと、被治療者のその時々の状況に即応する即興的技法の重要性を示唆した。本研究においては、知的障害を伴わない行動障害児を３例選び、前回と同様の操作によって、治療的意義を分析した。

Ａ．目的

前報告では、交流困難な症例を中心に治療過程分析を行ったが、今回は、知的障害を伴わず、交流がある程度可能な症例を選び、彼らの直接的音楽活動の精神療法的意義を明らかにすることを目的とした。

Ｂ．方法

治療場面のビデオ映像、テープ録音等から、その場で表現されている音声や音楽活動等を記録し、更に、文章による記録を検討し、その結果について、第３者も含めて討議を繰り返し、音楽療法の精神療法的意義を検討した。

Ｃ．結果

分析した３例のうち、第１例は９歳男児で、チック障害のため同級生に外傷を負わせた症例、第２例は選択的緘黙の６歳の男児、第３例は不登校と心理的葛藤による心身症状を示す１３歳の男子であった。

３例とも、音楽活動の中で強い攻撃性を発揮できるようになり、やがて統制された攻撃性に変化していったが、この発散によって症状は顕著に改善され、更に３例とも最終的には言語化が促進され適応性が増大した。

Ｄ．考察

前報告が精神療法的アプローチのわかり難い症例であったため、治療者の提供する即興的技法が治療の要としての意味を持っていたのに対し、今回は、被治療者の即興的音楽活動が重要な治療的役割を果たした。強い攻撃性の発散から、音楽的に統制された攻撃性の表現、そして言語化の促進という過程が認められた。そして、その全過程に、発散し易く、しかも秩序性を持った音楽という媒介物があったことが、その過程の進行を円滑にしたと考えられる。

Ｅ．結論

知的障害は認められないが、行動に問題を抱える３例に対して行われた被治療者自身の音楽活動の有効性を認めることができた。

音楽療法においては、非言語的交流の手段として、情動や欲求の発散手段として、発達促進への触媒として、更に言語化促進の刺激として音楽が機能し得ることを示唆することができた。

厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）

分担研究報告書

1）米国における音楽療法の現状調査Ⅰ、Ⅱ
2）ターミナルケアにおける実践
3）老人施設における音楽療法の実践における評価およびその有効性について

［分担研究者］　篠田知璋　くらしき作陽大学教授

研究要旨：音楽療法の現在までの普及・成果を確認する目的で平成 10 年度に（1）欧米、特に米国における音楽療法の実践研究、教育体等の実状調査および音楽療法士の地位、経済状況について調査を行った。（2）わが国の老人医療施設における音楽療法の知名度、関心度、そして実践状況の調査，（3）音楽療法の実践効果を知る目的で、末期患者のターミナルケアにおける実践を通して検討した。さらに平成 11 年度には、（1）老人施設における音楽療法の実践を通しての効果の評価、（2）米国における音楽療法の普及度および適用範囲などの現状調査を行った。

A.研究目的

わが国における音楽療法の普及発展をめざし、また音楽療法の効果を確認すること、さらに医療の一方法として認定され、音楽療法士の国家資格の認定、音楽療法の医療および介護保険点数取得、そして音楽療法士の教育の施策についての資料とする目的である。

B.研究内容

平成 10 年度の 3 つの調査研究目的については、（1）米国における調査は現在ニューヨーク大学大学院博士課程在学中の岡崎香奈氏に依頼した。

（2）高齢者関係施設における音楽療法の知名度、関心度および実践についての調査は、全国の 100 床以上の老人保健施設 1055、および 500 床以上の病院 388、計 1443 施設にアンケート調査用紙を送付した。対象とした施設は、当方があらかじめ音楽療法を実践しているという情報を得ていない施設である。

（3）ターミナルケアにおける実践は、聖路加国際病院緩和ケア病棟、および神奈川県秦野市にあるピースハウスホスピスである。2 施設の理事長は日野原重明である。平成 11 年度の 2 施設の内容は、（1）老人施設における音楽療法実践研究については、a）老人保健施設「けやきの郷」東京都東村山市、b）長期療養型病棟「柴田病院」岡山県倉敷市、c）長期療養型病棟「玉島病院」岡山県倉敷市、の 3 施設に入所者およびデイケアの痴呆を含む高齢者（平均年齢 77 歳前後）を対象として、各施設に音楽療法士 2～4 名が音楽療法を毎週 1 回、1 時間施行した。実践の場には常時、ナース、医師、介護福祉士、ケースワーカー、作業療法士が参加し、綿密なチームワークの中で行われた。音楽療法の効果の評価は、ナース、介護福祉士が日々A.D.L 評価用紙を記入し、判定した。

（2）米国の現状調査については、平成 10 年度同様、前述の岡崎香奈氏に引続き調査を依頼した。

C.研究結果

平成 10 年度の調査研究においては、米国では 1950 年に全米の音楽療法士および関心のある人々が結集して全米音楽療法協会が設立され、当初は医師たちが積極的に関与したが、その後、医師から離れて音楽療法士が独自の音楽療法協会を作り一時分裂、しかし音楽療法の対象がさまざまな疾患に広がり、再び医師と歩み寄り、96 年に再合併をした。

また、音楽療法士の教育機関は現在 80 余校に達し、4 年制のカリキュラムで厳格に行われ、

大学院の修士、博士課程も設立されている。次にわが国の老人施設における関心度、知名度についての回答は老健施設の 506 施設（回収率 48%）、病院 85（回収率 20%）であったが、関心度は 90%に達し、導入意欲も 90%近くであった。またターミナルケアでの実践結果は、a）患者や家族の内部発散、b）心身の苦痛の緩和、c）家族のリリーフワークを助ける。d）過去の回想を誘起させる。などの効果を認めた。平成 11 年度の結果では、米国における音楽療法の適用範囲が拡大し、各科領域に適用され、疾病予防にいも用いられる様になった。
保険会社が保険適用してバックアップをしている。

次にわが国の老人施設の実践は、3 施設共に患者たちが発揚し活発化する印象であったが、評価の結果では、スタッフに協力的になった。患者間の交流が密になった。という評点が最も高かったが、全般的に精神機能が活性化した結果であった。

D.結論

音楽療法の効果判定は数値的に求めることには未だ困難を認めるが、今回の実践でも得られたが、A.D.L の面からの評価は確実に得られると考えたい。また、老人施設におけるケア、特に精神病において、音楽療法は有効で、将来各施設に不可欠なものとなるものと確信する。なお、音楽療法施行の際には他の医療専門職との密接なチームワークの中での施行が不可欠である。

厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）

分担研究報告書

全日本音楽療法連盟認定音楽療法士へのアンケートによる音楽療法の効果

［分担研究者］　村井靖児　国立音楽大学教授

研究要旨

認定音楽療法士に対するアンケートより、臨床の現場で音楽療法士たちが実際に経験している音楽療法の効果について自由記述をしたものについて検討を行ったところ、音楽がまず情緒の安定に作用し、その結果として様々な治療的変化が引き起こされてくることが明らかになった。音楽が持つ症状発現に対する予防的効果、あるいは現在存在する症状を軽減する手段として、医療の中で果たす役割が非常に大きいことが推測できる。

A.研究目的

認定音楽療法士に対するアンケートにより音楽療法の効果を検討する。

B.研究方法

平成１２年に引き続き、認定音楽療法士に対するアンケートより、臨床の現場で音楽療法士たちが実際に経験している音楽療法の効果について自由記述をしたものについて検討を行った。

回答数２０５名の内,効果について自由記述のあったもの１９７名、その内詳しい記述のあったものは１６７名であった。それらを、児童、成人、高齢者、ホスピス、その他に分け、対象毎の効果の内容について検討した。

C.研究結果および考察

１．児童の領域では、精神遅滞に関するもの１３６回答、自閉症に関するもの 31 回答、ダウン症に関するもの６回答、精神遅滞者に関するもの３９回答、不登校に関するもの 18 回答、その他 30 回答であった。

これらを見ると、精神遅滞では、自傷行為、他傷行為などが減じた、コミュニケーションがとれるようになった、集中力が増した、母親以外の大人と活動が出来るようになった、自己表現によって表情に笑顔が多くなった、などの具体的記載が多く、また自閉症では、子供がにっこり笑い「またね」と再開の約束の言葉を自己発言した、単なるオーム返しから感情を伝える言葉に変化した、集団の中でいっしょに行動が取れるようになった、マイペースだったのが、こちらに合わせたり働きかけたりするようになった、2年間ピアノの音を無視して自分勝手にしていたが、ピアノに合わせられるようになったなど、コミュニケーションの障害の改善を示す記載が多い。

このように児童の変化はかなりはっきりと行動上に現れている。精神発達遅滞者でも、言葉がなかったクライエントが歌うようになり、だんだん会話的な言葉へと移行した、遊びが広がり認知面が向上した、音楽療法をきっかけにデイサービスでの活動に積極的に参加するようになった、など積極的な行動の変化が目立っている。不登校児でも、言葉によるコミュニケーションが可能になった、自分の意思表示ができるようになった、他人への思いやりの心が芽生えて、登校できるようになった、など疾患、年齢別に特徴が示されている。

２．成人の領域では、精神分裂病において回答数１０３、神経症４、心身症６、筋ジストロフィー２、うつ病３、身体障害１０であった。神経症圏,心身症圏の音楽療法がまだ非常に少ないことを物語っている。精神分裂病では、現実感を取り戻すことが多くなった、言語表出が明瞭化してきている、言動の自由さの拡大、性格が穏やかになる、問題行動が消える(唾吐き、徘徊、奇声、乱暴等)、人前でマイクを持ち自己紹介、自己表現ができるようになる、積極的にセッションに関わるようになる、強迫行為の軽減などであり、一方、患者の意見としては、

言葉が出やすくなるから発声練習は是非やって欲しいという回答が１件あった。しかし児童に比べると、その変化の見え方は顕著ではない。
３．老人の領域の変化は、更に項目が限定されてくる。徘徊が止まった。明るくなった。
にこにこして歌ってくれる。それが大方の音楽療法士の観察し得た変化である。しかし日常活動の中でこのような変化をすぐ出せる音楽の力は高く評価されてよいだろう。
４．ホスピスの回答は１５だが、音楽がクライエントとの会話のきっかけを作ること、コミュニケーションが取れると生活が活性化してくることが観察されている。植物状態の患者で音楽により意識が回復の方向に進むことが１件経験された。

D.結論

以上はごく一部の回答例を示したが、児童、成人、老人、ホスピスの音楽療法経験に共通することは、音楽がまず情緒の安定に作用し、その結果として様々な治療的変化が引き起こされてくる点である。ただこの情緒の安定は音楽活動の結果であり、その安定がどのようなプロセスで音楽によって生体内に引き起こされるかは明らかでない。この点は今後更なる研究を重ねて行く必要がある。しかし情緒の不安定さが、対象に様々な症状を表現してくることを考える時、音楽が持つ症状発現に対する予防的効果、あるいは現在存在する症状を軽減する手段として、医療の中で果たす役割が非常に大きいことを推測させるものである。

厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）

分担研究報告書

音楽と音楽療法に対する意識調査

［分担研究者］　坪井　康次　東邦大学心療内科教授
［研究協力者］　益子　雅笛　東邦大学心療内科

研究要旨：日本における音楽との関わり方の現状を把握し、我が国独自の音楽療法というものを検討することを目的とし、昨年度は某大学の学生（無作為）を対象として質問紙法により、音楽療法の理解度や、音楽に対する考え方、日常生活における活用状況やその効果などの調査を行った。これを受け本年度は心療内科に通院中の患者を対象として、同様の調査を行なった。音楽による気分の変化やリラックス効果を実感していること、気分に同調する音楽を選択することなどは昨年度の結果と同様であったが、悲しい・寂しい・怒っている・イライラしている時や病気の時には音楽に接しなくなる傾向がみられたのに対し、患者群ではこのような気分不快時、特にイライラしている時にも音楽を聴いており、またそれにより症状の改善を自覚していた。ただし、対象のサンプル数が少ないため、今後の検討が必要である。

A.研究目的

我が国においては、欧米に比べて音楽療法の歴史は浅く、治療技法としては発展段階である。音楽は、多くの人にとって非常に身近なものであるにもかかわらず、それを医学的な治療として応用することは、内容的にも方法論的にも複雑であるのが現状である。

そこで、日本における音楽との関わり方の現状を把握し、我が国独自の音楽療法というものを検討することを目的とした。

B.研究方法

対象は東邦大学医学部付属大森病院心療内科通院中の患者１９名（男５名、女１４名）で、昨年度大学生（無作為）を対象に施行したものと同様の質問紙法により、音楽療法の理解度や、音楽に対する考え方、日常生活における活用状況やその効果などの調査を行った。

C.研究結果

音楽が好きと回答した人は84.2%で、どのようなときに音楽を聴くか（複数回答可）という質問に対しては、家でくつろいでいる時、夜ねる時、特に決まっていない、気分転換、という回答が多かった。音楽に接することにより気分の変化がみられた人が94.7%、リラックスできると感じている人が73.7%であった。

気分と音楽については、嬉しい・楽しい時には明るい曲、悲しい・寂しい時には暗い曲、静かな曲などを選択しており、この傾向は「聴く」という受動的な関わりと「歌う・演奏する」という能動的な関わりで同様であった。また、悲しい・寂しい・怒っている時には「聴かない」と回答した人は20?60%であったが、イライラしている時に「聴かない」と回答した人が12.5%と昨年度の 45.1%と比べ著しく低い結果であった。

音楽療法について、「聞いたことがある」と回答した人は63.2%であり、昨年度の81.0%と比べ低い結果であった。病気の時に音楽を聴きたいと思っている人は63.2%、音楽による治療を受けたいと思っている人は52.6%であった。また、症状がある時に「音楽と関わりたい」と回答した人、実際に症状がある時に「音楽と関わったことがある」人は共に73.7%であった。症状の軽減を目的に「音楽に関わる」と回答した人は「時々ある」が 47.4%、「習慣的にある」が15.8%であった。症状の軽減を目的に音楽と関わった結果、「良くなった」人は21.4%、「少

し良くなった」人は71.4%という結果が得られ、92.8%の人が症状の改善を認めた。

D.考察

音楽を好きな人が多く、日常生活において、気分の落ち着いている時や気分を変えたい時など気分に関係する状況で音楽を聴いていることが多いことは昨年の結果と同様であった。心療内科の患者群でも大学生と同様に、音楽による気分の変化やリラックス効果を実感した上で、その効果を得るための最も身近な手段として利用していることが推測された。

選択する音楽については、気分に同調するものが多い結果が得られたのは昨年度と同様であったが、気分不快時に「音楽を聴かない」人は全体的に大学生と比べると少なく、気分不快時にも音楽を聴いているという傾向がみられた。その中でもイライラしている時は、悲しい・寂しい・怒っている時と比べて音楽に接しなくなる傾向は著しく低く、患者群ではイライラしている時でも音楽を聴いており、症状のある時に症状の軽減を目的として音楽を聴いた人（73.7%）の9割以上の人が症状の改善を自覚した。このことより患者群では大学生と比べ、音楽に接するゆとりのない状況であるときでも音楽を聴くことにより症状の軽減を求め、気分不快、特にイライラ感の改善に対して音楽を聴くことが有効である可能性が示唆された。

ただし患者群のサンプル数が大学生と比べて少なく疾患別の特徴の有無を判定することはできなかった。またサンプル数が少ないことそれ自体が有意差の検討に影響を与えていると考えられ、患者群を増やし更なる検討が必要であると思われた。

E.結論

音楽に対して好感・親和性を抱いている人が、実際に症状がある時に、気分の改善を期待して音楽を聴き、特にイライラ時において音楽への期待感は強かった。気分不快時全体に渡り音楽を聴くことによる症状の改善が認められた。疾患による差や健常群との有意差の検討にはさらなる患者群の研究・調査が必要ではあると思われた。

厚生省科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）

分担研究報告書

わが国の教育・福祉領域における音楽療法の実態に関する研究
知的障害者／高齢者関係施設における音楽活動の実態

［分担研究者］　丸山　忠璋　　横浜国立大学教育人間科学部教授

研究要旨
音楽療法を受け入れる側の施設において、現状では音楽活動がどのように行われているか実態を調査し、分野別の問題点について考察する。

A. 研究目的

知的障害関係施設／高齢者医療・福祉施設における、音楽活動の導入状況、活動内容、指導者の状況、定期的活動の頻度および時間、外部指導者への処遇の状況を調査し、また、施設の側における音楽活動の効果に対する意識、実施上の問題点を探る。

B. 研究方法

全国の知的障害関係施設 820 施設、高齢者関係施設 840 施設にアンケート調査を行い、それぞれ 514 施設（回収率 62.7%）、269 施設（回収率 32.0%）から回答を得た。

C. 研究結果

1. 音楽活動の実施状況について

知的障害関係施設では 89.5%、高齢者施設では 98.5%の施設において何らかの形で音楽活動が取り入れられている。取り入れ方は「レクリエーション活動として」、「行事の折々に」行われている例が多く、「音楽療法として」と答えたところは、知的障害関係施設が 18.5%、高齢者施設では 32.0%であった。

2. 音楽活動の内容について

活動の内容については、知的障害関係施設では「歌唱」（82.1%）、「楽器を使った活動」（56.6%）、「動きを伴う活動」（46.7%）、高齢者施設では「歌唱」（91.1%）、「動きを伴う活動」（68.4%）、「楽器を使った活動」（60.6%）の順であった。

3. 音楽活動の実施者について

音楽活動を主に担当する人については、知的障害関係施設では「施設職員」（86.6%）、「外部ボランティア」（20.4%）、施設内に「音楽療法士」または「音楽指導員」がいるところは 4.5%であった。高齢者施設では「外部ボランティア」（52.4%）、「介護士」（50.2%）が多く、「外部音楽療法士」は 10.4%、「施設の音楽療法士」導入率は 2.6%であった。

4. 定期的な音楽活動の実態について

定期的な音楽活動の頻度は、知的障害関係施設が「週 1 回」（19.8%）、「月 2～3 回」（19.2%）、高齢者施設では「週 2～3 回」（27.5%）、「月 2～3 回」（26.0%）が多かった。

1 回の活動時間は、どちらも「31 分～90 分」がほとんどであった。

外部指導者に対する謝礼及び交通費については、知的障害関係施設では「支払っていない」（17.9%）、「謝礼のみ」（12.5%）、高齢者施設では「支払っていない」（39.0%）、「謝礼のみ」（18.2%）との回答が多かった。

5. 音楽活動の効果について

音楽活動から得られる効果については、知的障害関係成人施設では「情緒の安定」「社会性の伸長」「ストレスの解消」、同児童施設では「機能の訓練」

「社会性の伸長」「情緒の安定」の順で、高齢者施設では「生活の楽しみ・活性化」「機能の維持・回復」「社会性の伸長」の順であった。

6. 実施上の問題点について

知的障害関係施設では「職員の専門性の不足」「環境の不整備」「集団活動の困難」を挙げており、高齢者施設でも順序は違うものの「環境の不整備」「職員の専門性の不足」「集団活動の困難」を挙げているところが多かった。

D. 考察

1. 高齢者施設の 98.7%において「何らかの形で音楽活動が取り入れられている」一方で、知的障害関係成人施設の 12.7%で「ほとんど取り入れられていない」と回答している事は、知的障害関係施設への音楽療法の対策の遅れがあると思われる。
2.「音楽療法として取り入れている」との回答も、高齢者施設の 32.0%に比べ、知的障害関係施設で 18.5%に止まった点は、理由について考慮されなくてはならない。
3. 外部指導者に対する処遇について、謝礼及び交通費を「支払っていない」と答えたところが、知的関係施設で 12.9%であったのに対し、高齢者施設では 39.0%あったのは、音楽活動が無償ボランティアによるレクリエーションと捉えられている側面が強いことを示す。
4. 音楽活動の効果について「情緒の安定」「社会性の伸長」「機能の維持・回復」などを挙げながらも、その導入にあたっては「職員の専門性の不足」「環境の不整備」「集団活動の困難」など、多くの問題があると指摘している。

E. 結論

1. 音楽活動の導入について、知的障害関係施設では、高齢者施設に比べて遅れが見られる。
2. 知的障害関係施設では音楽活動を取り入れにくい何らかの理由がある。一方で、高齢者施設では音楽活動がレクリエーションのレベルで捉えられており、実施者に対する処遇に結びついていない。
3. 施設への音楽活動導入を図るためには、施設職員が音楽療法について研修する機会を用意する（学びやすい体制をつくる）などの対策が必要である。
4. 音楽療法の専門性についての社会的認知を高め、専門科配置の体制あるいは処遇に対する経済的措置を講じるなど、環境面の整備が必要である。

厚生科学研究費補助金（障害保健福祉総合研究事業）

分担研究報告書

音楽のジャンル別聴取に伴う内部環境の変化に関する研究

［分担研究者］　川上吉昭　東北福祉大学教授

［研究協力者］　大内真弓　阿部一彦　阿部昌子

研究要旨

音楽は人の自律神経系に影響を与えるが、全ての人々に対し、また全ての音楽が作用するというものではなく、人々が今まで培ってきた体験によって、脳に input された快、不快の情動が惹起され、回想反応として癒されるものと考えられる。そこで著者らは、諸々の音楽を聴取させた場合の生体の内部環境の変化を生化学的に明らかにするため、尿及び唾液中のホルモンを分析し、快―不快を表すストレス指標として、音楽聴取に伴う内部環境の変化を探索するための基礎的研究を行った。その結果、本研究の前提である人為的なストレスを与えない健康的な被験者において、尿中 17－KS 値及び 17－OHCS 値は音楽聴取の影響を反映し難いが、唾液中コルチゾル値は、比較的内的環境の変化を反映し易いことが認められた。また、各々の値に感度や反映速度の相違等があることから、状況による使い分けも含めた、見えない情動の変化を捉える指標になり得ると考えられた。

A.研究目的

音楽は人の自律神経系に影響を与え、ときには心の開放を、またときには心の緊張を惹起するが[1]、全ての人々が、また全ての音楽が心身に影響するものではなく、人々が今まで培ってきた体験によって、脳に input された快、不快の情動が惹起され、回想反応として癒されるものであろう。

著者らは、諸々の音楽を聴取させた場合の生体の内部環境の変化を生理学的、生化学的に明らかにするため尿中 17－KS 値及び 17－OHCS 値、唾液中コルチゾル値を分析し、快―不快を表すストレス指標として、音楽聴取に伴う内部環境の変化を探索するための基礎的研究を行った。

B.研究方法

被験者は健康な成人（20～60 歳代）で、学生、中高年の男女各２名ずつ、計８名であった。編集・録音しミニ-ディスク（MD）を各被験者に渡し、７日間好きな時に聴取させた。次に全員を集め、前一週間に聴取したMDと同一の音楽を聴取させ、その前後に生理的変化を測定した。以上を１サイクルとして、異なる４ジャンル（童謡、クラシック、ポピュラー、演歌）について実験及び測定を行った。

C.結果および考察

本研究の前提である、人為的なストレスを与えない健康的な被験者において、嗜好の異なる音楽を聴取した際に、内部環境の変化を検出する方法の模索において、以下の結論が示唆された。

（１）尿中 17－KS 値及び 17－OHCS 値には年齢、性別を問わず、音楽聴取の影響は反映し難い。

（２）唾液中コルチゾル値は、比較的内的環境の変化を反映し易い。

（３）年齢、性別に関しては、概ね、西風らと同傾向であり、音楽ジャンルの違いによる画一的な差異は認められない。

本研究を通して、音楽活動において、個人の嗜好が如何に大きな影響を及ぼしているかを再確認した。また、個人の感性や健康状態等、検討しなければならないことを痛感した。

D.結論

以上、本研究は統計的処理前の症例研究であった。やがて同一傾向の症例をまとめて、被験者の生物学的特性や病勢、病態に合致した音楽ジャンルを、療法として使う基礎としたい。また、各々の指標に特徴（感度や反映速度の相違等）があることから、状況による使い分けも考えられるため、更にこれらの指標としての妥当性を明らかにし、見えない情動の変化を捉える足がかりとしたい。

参考文献

1)ジュリエット・アルヴァーン著、櫻林仁、貫行子訳『音楽療法』音楽之友社、1999