

高齢者の病棟生活に音楽をとりいれて

D病棟

○坂本尊子 中上亮平
藤井雅子 匠原松代

1. はじめに

近年病院・老人ホーム等において、音楽療法が取り入れられ、その適用範囲は、ますます広がりがつある。音楽が人間に及ぼす影響として、①人の美的感覚を満足させる、②こころの内部発散を喚起させる、③情動に直接作用する、④身体を動きやすくする、⑤コミュニケーションである、などが言われている。

当精神科老年期病棟においては、閉鎖病棟という限られた環境、持ち物の制限があり、また症状的な面で自室にこもりがちになり、患者同士の交流もあまり見られない。病棟全体のレクリエーションも行われているが、他フロア患者との年齢層が異なり、身体的についていけず参加しづらいものもあるのが現状である。音楽刺激は、残存する健康な部分に働きかけ、記憶や思い出を活性化させることから、今回音楽に触れる時間をもってもらい、くつろげる環境を整えた結果、患者は音楽の時間を楽しむ事ができ、昔の思い出話を自ら語るという、よい反応が見られたので以下に報告する。

2. 研究方法

期間：平成13年6月1日～8月17日

場所：D病棟3階閉鎖病棟 フロア

時間：月曜日～金曜日 15:00～15:30（スタッフが15時のおやつを配った後に実施）

対象：D病棟3階閉鎖病棟入院患者12名（男性3名、女性9名、平均年齢72歳）

方法：①前もって患者に好みの曲を確認し、CD（表1参照）を準備。

②第1段階〈6月1日～6月18日〉：看護婦が選択した曲を流し、患者に聴いてもらう。

鑑賞時の患者状況を独自に作成した観察表（表2）に記入、以後第3段階までこの観察表を使用する。

③第2段階（6月19日～7月23日）：患者に曲を選んでもらい、それを聴いてもらう。

④第3段階（7月24日～8月17日）：第1、第2段階での患者状況をふまえ、方法を検討する。

3. 結果

第1段階：最初の2日間は、非常に患者の反応良く、1人を除く全員が曲に聞き入っていた。「音楽はええなあ」という言葉が聞かれ、患者の家族からは「母が歌っているところなんてみたこ

とがなかったからびっくりした」という言葉も聞かれた。その反面、「病院やのになんで音楽なんか来てんねん！治療しに来てるんで、曲聴きに来てるん違う。うるさい！」という言葉も聞かれた。音楽療法士のアドバイスにより、必ずしも患者の年代に合わせた流行歌がリラックス、癒しに繋がるとは考えられないことに気づいた。生育歴によって音楽の捉え方が異なり、流行歌は娯楽、遊びとなり、拒否する患者もいる事が分かった。そこで幼少の頃からの生活に密着した、童謡、唱歌、三味線等の方がリラックス、癒しになるのではないかと考え、これらのCDを追加した。

第2段階：部屋に戻ってしまう患者6人と、そのまま残って鑑賞した患者6人に分かれた。選曲は自主的にされる事はなく、看護婦の促しで曲を選んだ。この方法を15日間継続したが、曲を選ばれても途中で自室に戻ったり、妄想を訴え続ける患者も出てくるなど、徐々に曲に対する反応が少なくなっていったため、カンファレンスを行った。慢性のうつ病、精神分裂病や痴呆患者では、病状面より患者自らの積極性を引き出すことは容易ではなく、また、歌を“聴く”ことよりも“歌う”ことの方が効果が期待されると考えた。そこで第3段階ではおやつ前の体操において、これまでは看護婦が歌い患者は体操を行うだけだったが、看護婦だけでなく患者にも共に歌いながら行ってもらった。同時に懐かしの歌なども鑑賞してもらった。

第3段階では看護婦の促しで患者は歌を歌いながら、肩たたきの体操をした。フレーズごとに、個々に声を出して歌うようになった。歌の内容は浦島太郎など唱歌を選曲し、リズム的にも同テンポのものとした。

第1段階の時点で不満を訴えていた患者も、看護婦が促さなくともフロアに出てきて全員で体操の時間を待つようになった。また他患と同じように歌いながら体操をするようになった。

4. 考察

病棟生活に音楽を取り入れることによって、より自然な形でコミュニケーションを図れるようになった。また、美空ひばりや北島三郎などなじみの曲にふれる時間を持つことによって、昔の思い出を患者自ら語るなど記憶や思い出を活性化させる面においても大いに効果があったと思われる。

体操を行う際は、患者、看護婦共に歌を歌うことによって、患者の緊張、恥らいを和らげる事ができた。また、1つの曲をフレーズ毎に順番に歌ってもらう事で、比較的容易に、自然な形で、発声を促すことができ、自分のパートを歌いあげた事により自信がもてたと思われる。さらに、日課の体操に取り入れている歌や前もってリサーチした歌謡曲が、患者の受け入れによかったものと考えられる。

筒井¹⁾は「音楽刺激によって脳の賦活を図り、記憶や情動の回復を図ることができ、運動機能を刺激するために、身体の機能を回復、維持させることができる。」と述べている。本研究においても、“順番に歌う”という指示を理解し、“自分が歌う部分の歌詞”という記憶を呼び起こし、“前の人に続いて歌う”という状況に適した行動ができるという、普段の会話だけ

では得られない情報を知る事ができた。

5. おわりに

今回観察表から得られた情報は、看護婦の主観が主なものであった。今後はより正確な患者の変化を捉えていけるよう、観察項目を細分化し、得られた情報を評価尺度を用いて数値化し、考察していけるよう、改良を加えていく必要があると考えられる。

これからの病棟における日課の中でも、患者個々の感情や感性を配慮しつつ、音楽が心理的サポートとなり患者の生活をうるおしていけるよう、同様の試みを継続していけたいと思う。

本研究をまとめるにあたり、ご指導・ご協力いただきました、秋津鴻池病院音楽療法士の門内総美先生と精神科病棟スタッフの皆様に心よりお礼申し上げます。

引用文献

- 1) 山本洋子他：音楽療法における手遊び歌の効用；日本バイオミュージック学会誌，18（1），79，2000

参考文献

- 1) 松井紀和：音楽療法の手引き—音楽療法家のための；牧野出版，1980
- 2) 谷部夏子他：抑うつ状態の患者に対する音楽療法の有効性について；私立室蘭総合病院医誌、25（1），6～8，2000
- 3) 篠田知璋他：高齢者のための実践音楽療法；中央法規出版株式会社，2000

表1：使用CDの歌手名

坂本 冬美

北島 三郎

山本 譲二

村田 秀雄

美空 ひばり

五木 ひろし

島倉 千代子

吉田兄弟（津軽三味線）*

唱 歌

童 謡

表2：観察表

月 日 ()		開始時間	Ns.
氏名	帰宅時間	表情	行動、音動、その他
D棟 花子	15:50	1	曲を流すと、Ns.のところへ寄ってくる
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		
	:		

①変化なし、無関心

②やや変化あり

③変化あり