音楽が超高齢化社会を救う！？

D－6班

１．目的と問題提起

超高齢化社会が進む日本では、認知症患者が年々増加し続けると言われている。その認知症の予防、軽減に何が有効か探求する。また、一般的な治療では治しにくいといわれている認知症を身近にある音楽で治療することは可能なのか？

Q,音楽療法とは？

A,健康を促進し、ストレスや痛みを軽減する治療法

２．研究

《音楽療法による効果》
ＶＩＱ：言語性ＩＱ
ＰＩＱ：動作性ＩＱ
ＩＱ：知能指数
ＭＭＳＴ：認知症テスト

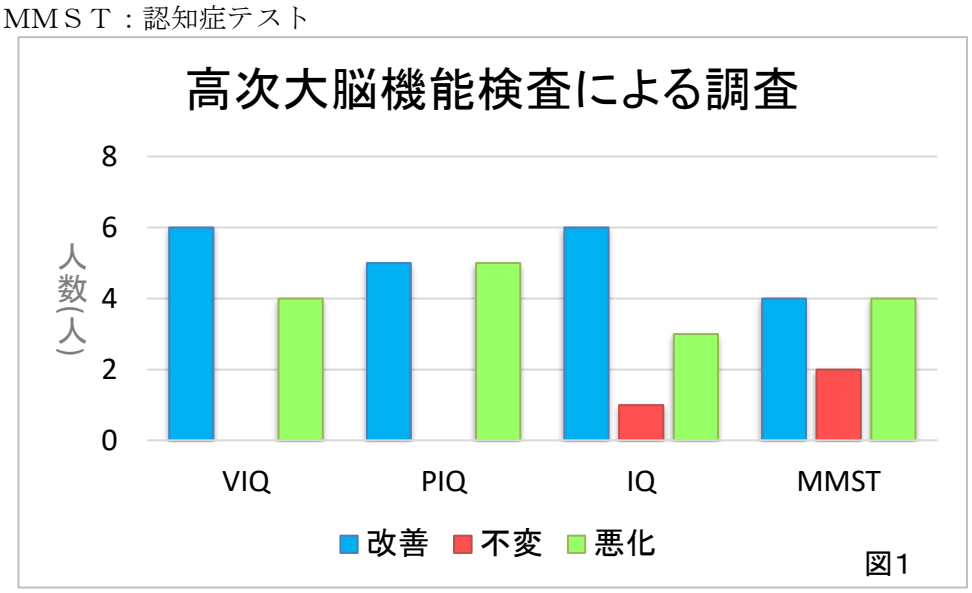

図1

《速波成分の変化 a1/a2の比》
速波成分(a1)：a波よりも周波数が速い波、覚醒時や入眠時に見られる波＝良
徐波成分(a2)：a波よりも周波数が低い波、脳機能障害の際に見られる波＝悪
曲１：赤とんぼ
曲２：バッハ「トッカータとフーガニ短調」
曲３：ソーラン節
曲４：モーツァルト「アイネ・クライネ・ナハトムジーク」

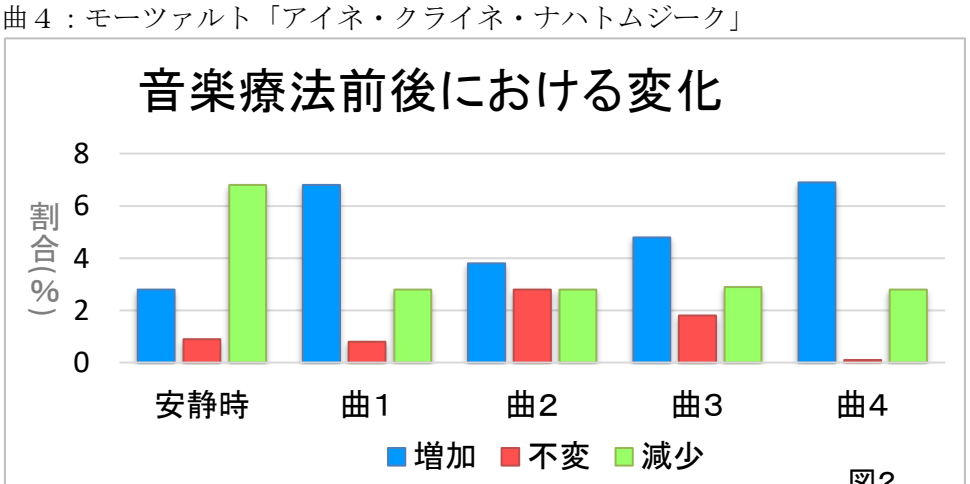

図2

《音楽療法士の人数の比較》

アメリカ	米国音楽療法学会認定資格所持者	約７，３００名
日本	日本音楽療法学会認定資格所持者	約３，０００名

まとめ・結論

結果より、音楽療法は認知症に効果があることが分かった。
音楽療法は技術的な医療ミスの起こるリスクが格段に低く、高齢者やその家族にとっても負担の少ない認知症の治療だと考えられる。

しかし、日本では音楽療法の存在や活動は、ほかの分野ではあまり知られていなかったのが現状である。
また、超高齢化社会が進む日本では、音楽療法の需要がますます増加すると考えられる。そのため私たちは日本でアメリカのように音楽療法をもっと取り入れるべきだ。

この研究によって、より多くの人に音楽療法を知ってもらい高齢者やその家族が少しでも快適な生活をするための手助けの一環となればよいと思う。

３．結果・考察

図１から
音楽療法によって言語性ＩＱと動作性ＩＱと知能指数であるＩＱが改善されたことがわかる。これは、たくさんの能力に対応した機能局在がある大脳半球に影響を及ぼしていることが分かった。

図２から
さまざまな音楽の中でも曲１の被験者の好きな曲である「赤とんぼ」を聞いた時が一番リラックス時に見られる速波の割合が大きかった。
また、曲４のモーツァルトも曲１と同じような結果を得たためモーツァルトの曲もリラックス効果があると考えられる。

よって音楽療法は
「記憶の扉を開けるカギ」と言われている音楽を使い、脳を活性化させるのに有効な手段の一つである。特に、自分の好きな曲やモーツアルトの曲に関しては効果がさらに高いことが分かった。

しかし…

音楽療法士の人数の比較から

アメリカの音楽療法士と比べ日本の音楽療法士の人数は半分にも満たない

▼

・音楽療法士の資格が取れる場所が少ない
・音楽療法士として働ける環境が整えられていない
・音楽療法の存在があまり知られていない

▼

日本の音楽療法に対する意識が低い！

参考文献
アルツハイマー型認知症の音楽療法<https://www.jstage.jst.go.jp/article/sobim/30/2/30_2_71/_pd>アメリカの「音楽療法」制度の現状<https://nofia.net/%E3%82%A2%E3%83%A1%E3%83%AA%E3%82%AB%E3%81%AE%E3%80%8C%E9%9F%B3%E6%A5%BD%E7%99%82%E6%B3%95%E3%80%8D%E5%88%B6%E5%BA%A6%E3%81%AE%E7%8F%BE%E7%8A%B6/> 日本音楽療法学会<http://www.jmta.jp/>