

多職種と語りたい!

# チーム医療はじめての **一歩**

ippo

第 **23** 回

最終回

## 看護 × 音楽療法士

～患者さんに好きな音楽を届ける～

今回のゲスト

ほりうち ゆみこ  
**堀内 裕美子**さん

医療法人偕行会城西病院  
総合相談窓口  
音楽療法士



photo : 清水紘子

ナビゲーター

こばやしみつえ  
**小林光恵**

元看護師・著述業、茨城県行方（なめがた）市生まれ、著書に「おたんこナース」「看護（真実）辞典TRUTH」など、行方大使。

本連載では、さまざまな領域で、さまざまな専門性をもちながら活躍する個性豊かな多職種のみなさんと、医療や看護について語り合います!

### 地域の人が集まる場としての音楽療法

音楽療法とは、「音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の軽減回復、機能の維持改善、生活の質の向上、問題となる行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」と定義されています<sup>1)</sup>。現在臨床では音楽療法を行う機会も増えてきましたが、堀内さんのように、病院内に所属されている音楽療法士の方は珍しいのではないのでしょうか。ということで、日頃のお仕事内容について教えてください。

私は音楽療法士兼事務職員としても働いています。音楽療法士としての主な仕事は、まず院内の「認知症カフェ」での音楽療法です。水曜日以外の毎日、午前10～12時まで行っており、こちらは“常設型”と呼んでいます。これ以外にも、“イベント型”の音楽療法を1年に1回、院内のロビーで行っています。また、認知症カフェだけでなく、病棟やグループホームでも音楽療法を行っています。

事務の仕事は、訪問診療に行っている医師や看護師に同行してカルテを入力する仕事などを行っています。

1日の流れとしては、午前中は朝礼が終わると認知症カフェで音楽療法を行って、午後は音楽療法の記録を書いたり、計画を立てたりしています。

音楽療法の記録には、参加されている方の様子を記載します。日々の変化や、音楽療法の前後にその方やご家族から相談を受けた内容なども記録しています。

—「認知症カフェ」での音楽療法を見学させていただきましたが、みなさん、とても楽しそうに歌っていらっしゃいましたね。この取り組みについて、くわしく教えてください。



院内に入っすぐのスペースで行われている音楽療法。楽しそうな歌声に足を止めてのぞきこむ人もたくさんいました

「認知症カフェ」という取り組みは、当院では2015年に始まりました。院長が看護師、理学療法士、介護福祉士、事務職員などの多職種を集めた認知症チームを作り、認知症の方やご家族に来ていただいで、認知症予防体操やリハビリテーションなどを行っています。

私は2017年の4月に入職し、5月から認知症カフェでの音楽療法を開始しました。最初のうちは参加者が1人か2人の日もあったのですが、7月頃から増え始め、2018年1月現在では、1日で15人前後の方が参加されるようになりました。今では、音楽療法の、認知症カフェのなかでとても人気のあるプログラムになっています。

参加者は当院の患者さんだけでなく近くのクリニックやデイサービスから紹介されたり、民生委員さんから紹介されたりするケースも増えています。

年齢は、60歳代の方も少しいらっしゃいますが、70～80歳代の方が多いです。

ご夫婦と一緒に参加される方や、お子さんと一緒に参加される方もいらっしゃいます。ご家族で認知症カフェに来ていただくことで、たとえば、音楽療法を受けたあとに栄養指導を受けていかれたり、相談窓口で生活についての相談をされていかれたり、ということもできています。

### 一音楽療法の場で意識していること、気をつけていることなどがありましたら教えてください。

まず、歌う曲については、みなさんの好きな曲を集めるよう意識しています。人は20歳前後の頃に聴いていた曲が一番記憶に残るといわれています。70～80歳代の方が多いので、1960年代くらいに流行した曲を多く取り入れています。90歳代の方では、戦争を経験されているので、軍歌を歌いたいとい

う方もいらっしゃいます。戦争はよい思い出ではないかもしれませんが、青春時代にずっと聴いていた歌なんですよ。みんなで歌うのは難しいことが多いのですが、参加者のみなさんの雰囲気を見ながら、歌えそうなときには歌います。

ほかにも、みなさんが共通してよく知っている「ふるさと」などの唱歌も取り入れています。

参加者のみなさんからのリクエストも、随時追加していきます。参加者の方から教えていただいた、1960年代に流行した「お座敷小唄」という曲の替え歌で、「ボケます小唄・ボケない小唄」という歌があるのですが、こちらは歌詞が認知症を予防するための内容になっていて面白く、「これ私のことかな？」なんてお話ししながら楽しく歌っています。

そして、みなさんから歌詞を募集して作った「いつまでもこの町で」というオリジナルソング(p.7参照)もありますので、こちらは毎回歌っています。地域にちなんだ歌詞なので、とても覚えやすいんです。

ほかに、工夫していることとしては、「名前を呼ぶ」ということです。名前を呼ばれるとやはりうれしい方が多いと思いますので、参加者の方には、必ず1人ひとり声をかけるようにしています。

私も名前を覚えていただけるよう、「堀内」と大きく書いた名札をつけていますが、以前に参加者の方から「ほかの方の名前を呼びたいけどわからない」というご意見があり、それからは参加者の方全員に名札をつけていただくようにしました。

お名前を呼び合うようになったことで、参加者同士の会話も活発になりました。「外で会ったときも気軽に話しかけられるようになってよかった」という声もお聞きしています。

さらに、音楽療法の場は、みなさんの得意分野を発表する場にもなっています。たとえば、朗読が得意な方には、歌の中の



参加者1人ひとりに声をかける堀内さん(左)。みんなで歌えるよう、見やすい歌詞カードも準備。見えにくい人がいるときは、堀内さんが歌詞をフレーズごとに言うことで、みんなで歌えるよう工夫しています(右)

セリフの部分を担当していただいたり、相撲甚句\*が得意な方には、歌の合間で披露していただいたり。長年中国にいらっしまったという方に、中国語を教えていただくこともあります。とにかく、みなさんに楽しく過ごしていただくことが大切ですね。

## 表情が明るくなり、 前向きに生活できるように

一音楽療法をしていて印象に残ったことなどがありましたら教えてください。

やはり、参加者のみなさんの表情が明るくなること、があげられますね。音楽療法中の表情はもちろんですが、入院患者さんを連れて来てくれた看護師の方から、「音楽療法に参加するようになってから普段の表情も明るくなった」と言われることもあり、本当にうれしいです。

入院患者さんたちは、「入院中の楽しみができました」「ほかの方と接して元気になろうという前向きな気持ちになれました」と言ってくださったりして、非常にうれしかったです。

なかでも印象的だった方は、ある90歳代の患者さんと、その娘さんです。その患者さんは当初、怒りっぽくてあまり笑うこともなく、娘さんも介護疲れにより暗い表情をしていました。

ところが、親子で音楽療法に参加するようになると、患者さんに笑顔がみられるようになり、ほかの参加者の方と楽しそうに会話する姿もみられたんです。こうした姿を見た娘さんも非常に喜んでくださって、「このような場所でみなさんと出会えてよかったです」とおっしゃいました。娘さん自身も、みなさんと炭坑節たんこうふしを踊ったりして、とても楽しんでいらっしまった。

また、ほかの参加者の方が娘さんに、「あなたは本当にお父さんの介護をよくがんばっているね。偉いね」と言ってくださ

り、娘さんが涙されていた姿も印象的でした。

ほかに印象的だった方は、「四季の歌」の好きなある患者さんです。この方も入院されていて、表情の乏しい方だったのですが、音楽療法に参加されて「四季の歌」を歌ったときに、涙を流されたんです。そこでお話を聞いたところ、亡くなったお母さんが好きだった歌ということでした。ほかの参加者の方もそのお話を聞いて、一緒に泣いてくださったりもしました。

このように、その方の好きな歌を知ることができたり、普段聞くことのできない話を聞けたりするのも、私たちや参加しているみなさんにとっても、大切な経験となります。

入院中から来てくださっていた方が、退院後も通ってくださることも多いです。また、入院患者さん以外で、外部からの紹介で来られた方も、「音楽療法に通うことで、外に出るようになり、気分がよくなった」といったお話をよく聞きます。デイサービスに行くのは少し抵抗がある、という方でも、来やすいようですね。1人でバスに乗って来られるようになったり、綺麗な洋服を着るようになったり、メイクをするようになったり……。元気で楽しそうに通ってくださるのを見てみると、私もうれしくなります。

## 音楽療法を 病院以外にも届けたい

一今後、医療や介護の場も変化していき、音楽療法が活用される場も増えていくと思いますが、そのなかで、堀内さんはどのように活動していきたいと考えますか？

現在、最期を迎える場所が病院だけではなく、多様化してきています。今後もこうした流れが続いていくと思うのですが、そのなかで私は、音楽療法でその人らしい最期を迎えられ

\*相撲甚句……相撲取りが土俵上で歌う七五調の歌。  
日本各地の民謡ともかかわりがあるとされている。



認知症カフェを運営している認知症ケアチームのメンバー。左から、作業療法士、外来看護師、音楽療法士、副看護部長、外来看護助手、総合相談窓口所長。多職種で集まって認知症予防の取り組みを行っています

るようサポートしたいと思います。

私の所属する部署は総合相談窓口といって、病院とご自宅や施設などをつなぐための業務もしています。そこで、音楽療法をご自宅や施設などに提供していける体制を整えていきたいと考えています。

音楽療法は看取りの場面でも必要とされています。最期のときに、一番好きな曲を聴きたいと思う方は多いと思いますし、ご家族にも、好きな曲を聴かせてあげたいとおっしゃる方が多いです。看取りにおいては、ご家族へのケアも重要です。

音楽は、ご家族や、その方のケアを担当してきた看護師さんなどが一緒に演奏することもよいと思っています。たとえば、ギターやウクレレなどは、ご自宅にも持っていただけますし、音が大きすぎず、耳に心地よい音色です。

練習も手軽にできますし、始めたばかりの方にも弾けるような楽譜をアレンジすることもできます。大切な人たちが一生懸命演奏してくださったら、ご本人もうれしいのではないのでしょうか。

#### 一最後に、看護学生のみなさんへメッセージをお願いします。

入院患者さんは、孤独を抱えていらっしゃる方も多いので、少しでも話しかけてほしいと思います。「おはようございます」という挨拶をすることも、楽しみにしている患者さんはいらっしゃるのです。

「笑顔を見ると安心する」と言ってくれる方も多いです。患者さんは、医療スタッフのことを非常によく見ています。忙しいときでも、患者さんの前では笑顔で接して、少しでも患者さんの不安を解消できるようにしてください。

また、ほかの職種のみなさんとの交流も大切だと思います。患者さんの情報をスタッフみんなで共有するため、というのももちろんありますが、いろいろな職種の方とかわることで、



### ♪ いつまでもこの町で ♪

— 作詞：地域の皆さん —

ぼくらの町を 歩こうよ  
重い腰上げて どっかいしょどっかいしょ  
尾張名古屋の城の西 素敵な笑顔にこんには  
ぼくらの合言葉 夢と希望をもって行こう  
ぼくらの合言葉 いつまでもこの町で

信長秀吉 清正も  
歴史ある町 ロマンだな ロマンだな  
赤い鳥居が見えてきた 素敵な笑顔にこんには  
ぼくらの合言葉 夢と希望をもって行こう  
ぼくらの合言葉 いつまでもこの町で

尾張名古屋の城の西 素敵な笑顔にこんには  
ぼくらの合言葉 夢と希望をもって行こう  
ぼくらの合言葉 いつまでもこの町で  
いつまでもこの町で

地域のみなさんと作ったオリジナルソング「いつまでもこの町で」、2018年1月19日にCDが完成し、地域で配布されています

自分にはなかったさまざまな考えを学ぶこともできます。ですから、その分野のエキスパートの方にどんどん質問をして、教えてもらうことが大切だと思います。

そのためにも、なんでも気軽に話せる、素敵な看護師さんになってほしいと思います。

#### お話を終えて

音楽療法の成果を各所で耳にするようになりました。音楽療法士さんと密に連携して、患者さんやその関係者の笑顔を増やす音楽の力をケアにいかしてほしいです。



1) 日本音楽療法学会  
<http://www.jmta.jp/about/outline.html>