

～バナナ園グループで活躍する～
音楽療法士高橋先生にうかがう
★音楽療法と音楽の持つ不思議な力★



バナナ園グループのグループホームが積極的に取り上げている音楽療法、今回は<第2バナナ園><川崎大師バナナ園><バナナ園ほりうち家>他多方面にて音楽療法士<日本音楽療法学会認定音楽療法士(補)/東京国際音楽療法専門学校認定音楽療法士>として活躍されている高橋佐智代さんにお話を伺いました。

<編集部>まずは音楽療法とはいったいどんな事をするのでしょうか？
<高橋>音楽を聴いて思わずワクワクしたり、涙が流れたり、懐かしい記憶が甦ったり、ホッとリラックスしたり…、これらは誰でも経験することだと思います。音楽療法では、このような音楽が持つ様々な要素を、利用者様の様子にそって音楽に合わせた身体活動、歌唱活動、楽器活動などを対話を交えながら展開します。
<編集部>これら音楽療法による効果とは？
<高橋>歌うことは、呼吸機能を活発にし、音楽に合わせた身体活動や楽器活動は運動機能の維持・改善に役立つと言われていています。また脳神経生理学の分野で、脳の損傷によって言語能力が失われても、音楽能力は最後まで保存されることがわかっています。そして音楽のリズムは、知的機能を通らずに人間の生命に脈打つリズムに直接働きかけて、心身を活性化させる作用があるため、認知症の方でも音楽療法で適切な「きっかけ」が与えられれば、機能を回復するための扉を開くことが期待されると言われています。
<編集部>具体的にバナナ園ではどのような展開をされているのでしょうか？

<高橋>まず、入居者様の基本データの収集です、年齢・性別・出身地・生活歴・音楽歴等多岐にわたります。特に肯定的な感情が引き出される「なじみの歌」の発見が重要です。セッションは基本的に60分で行います。導入に全員に馴染みのある曲「青い山脈」や「東京ラブストーリー」を使用「鉄道唱歌」、「鉄道唱歌替歌体操<リジナル>」→「季節の歌」→各人のテーマに沿った「なじみの歌」→楽器を持つでの活動、そしてバナナ園では恒例の「君が代」か「かごのと」を入れ、「ふるさと」や「星影のワルツ」で締めくくります。私はキーボードで伴奏をとり、楽器活動では皆さんに主に打楽器を演奏していただきます、タンバリンやカサネットの他に、よさこい祭りで使用する鳴子やパーカッション<沖縄>、南米判のレインスティック等の民族楽器はお皆さんに人気です。
<編集部>音楽療法の効果はどのように現われてくるのでしょうか？
<高橋>音楽療法はその方の心に訴えるものですので、短期的に効果を生むものではありません。しかし、何度も繰り返していくうちに見当識障害のある方でも私の事を認識されたり、やがては「今日は音楽の日だね」といった発言が出たり、様々な効果が実感出来るようになります。また、音楽療法の後は心が満たされる事により不安や混乱がやわらぎ落ち着かれる方も多いです。とにかく継続することが重要です。効果と共に、音楽を通して楽しんでくれたり、涙を流して下さることが大切で素敵なことだと思いませんか？その方らしく、より生き生きと過ごしていただけるようお手伝い出来たらと思います。



レインスティックの素材は桧、筒の中に小石が入っています。動かすことにより、雨や波のような音が出、心を癒してくれます。



よさこい祭りで使われる鳴子も人気の楽器

<編集部>ところで家庭で音楽療法を活用することは可能でしょうか？
<高橋>可能だと思います。まずは高齢者の方の音楽の趣味を探ってみましょう。会話や食事の時に、それらの音楽をさりげなくBGMとして流すだけでも、安心感や発言し易い雰囲気を作れます。更に古い写真や絵などを用意してお話を引き出すのも効果的です。もうひとつ「パ・タ・カ・ウ」の四つの子音を意識的に使う<例えば、「パ・パ・パ」や「ウウ」で歌を歌う>と唾液の促進になり誤嚥の予防にもなります。
<編集部>最後になりますが、高橋さんがこの職業を選んだ理由は？
<高橋>元々音楽制作の現場でコンピューターのアシスタントの仕事した後、作曲家としてアーティスト<女優の高橋ひとみさん、浅香唯さん等>に楽曲を提供していました。結婚後病院関係の仕事をしていた時に様々な障害のある方と接し、私を育ててくれた音楽で、このような方々の為に何か出来ないかと考えました。作曲家やアーティストと同じで「音楽」の力で多くの方に元気になって欲しいと思ったのです。ロックやポップスは大好きですが、高齢者の方々と接することによって、最近はい歌い継がれている唱歌や懐しの素晴らしさを知りました。音楽療法で使えるような楽曲を作ることが私の夢なんです。

9月20日第13回バナナ園ほりうち家運営推進会議
高橋先生を迎えての音楽療法実施

★川崎市中原区のグループホーム「バナナ園ほりうち家」にて下記の通り、高橋先生をお迎えして、音楽療法のセッションを開催いたします。地域の皆様他一般の介護事業者さまの参加もおまちしております。

- 開催日：9月20日<土曜日>
- 時間：11:30～15:30
- 場所：グループホーム バナナ園ほりうち家<中原区小杉陣屋町2-1-12>
- お問い合わせ：バナナ園ほりうち家<木村、山脇>
- 電話番号：044-722-5361
- 同時開催：第13回ほりうち会<運営推進会議>

音楽療法についてのお問い合わせ/バナナ園グループ：044-433-4651
高齢者・障害者の施設関係 / 個人セッションは応相談
必要に応じてデモセッションも行います



新連載 Dr.鈴木の 訪問診療日記① ～認知症とBPSD～

みなさま初めまして。私は川崎大師バナナ園に定期的に訪問、入居者の医療面のサポートをさせて頂いております。城南はじめ会ひろクリニック大森の鈴木と申します。今回から連載で訪問医の眼をとおして感じる様々なことについて筆をとらせて頂くことになりましたのでよろしくお願いいたします。

日本は、超高齢化社会を迎え、マスコにもその諸問題が取り上げられ、様々な議論がなされていますが、その中でも「認知症」については、医療だけでなく、福祉とも手を携えていかなければいけない難問の一つです。バナナ園の診療でも、実際に現場スタッフの方々の“どうしたらよいでしょうか”との問いに考え込んでしまうこともあります。常に“ともに考え”ながら、試行錯誤を続けています。認知症による諸問題は、まず「生活の中にヒント」を求め、その環境を調整することによっての解決を考え、それが困難な場合、お薬を用いた治療を試みるわけです。薬によって一時的に解決したとしても、時には副作用が強く出て、結果としてADL(日常生活動作)を下げ、QOL(生活の質)をも下げてしまい、あらためて認知症診療の難しさを実感するところ。例えば、昼夜逆転し丑三つ時になると大声で騒ぎだてる入居者様。特に施設では、その現象が他の入居者の方の不安をかき立て「不穏」の連鎖を起こすこともあります。このような場合日中のレクリエーションなどの参加や、昼寝の時間を減らすというように、日中の覚醒時間を少しでも長くし、就寝時間を遅くするように生活上の工夫をお願いするとか、自宅で暮らしていた時の起床・就寝時間に合わせたり、また、大声で騒ぐ原因を探ってみたりし、それでも対応困難な場合、お薬を服用で対応を考えます。認知症になると、多かれ少なかれ「問題」となる行動(現在は、BPSD:行動心理兆候といいますが)がみられてきます。便・尿失禁、徘徊、暴力・暴言、独語(ひとりごと)、不潔な行為、せん妄、異食行為、弄火・弄便、幻覚、不眠など枚挙に暇がありません。これらBPSDは、日々、一枚一枚、あたかも葉が落ちていくように忘れていく自らの状態に対して困惑し、二次的に引き起こされた症状であると言われており、現れ方は様々です。個人が生活してきた社会環境、家庭環境、また性格などが複雑に絡み合っているといわれています。ですから、まずは“生活環境から”考えていく必要があると思うわけです。

このバナナ園で出会った仲間が、暖かな環境のもとで、互いにのびのびと安心して余生を過ごされていられるように、今後もみなさまのお手伝いができたら、そして、願わくば、“よい結果”が得られれば幸いと思っております。今回は、認知症と排尿障害についてお話ししてみたいと思います。



川崎大師バナナ園にて南大師中学校生徒さん 「職業体験学習」受け入れ

川崎大師バナナ園では川崎市立南大師中学校(川崎区:川越善行校長)の「総合的な学習の時間」の「職業体験」の場として、この夏休み8月20、21日の両日、同校2年の生徒さん5人の受け入れを行いました。これは、生徒さんたちに、職業体験を通じ「3年になっての進路選択の一助として、また職業に興味を持ち、勤労感を体験してもらう」ことを目的にして行われるもの。今回生徒さんたちは「川崎大師バナナ園」の他に「飲食店」「小売店」「市バス営業所」「消防署」「保育園」他様々な職業体験の場で学習をしたそうです。今回「川崎大師バナナ園」に来た生徒さんたちはいずれも「介護職」や「高齢者との触れ合い」を目標に様々な職場からこの施設を選んでくれたそうです。生徒さんは朝9時に施設に集合、夕方5時までみっちり「介護職」の「お仕事」を体験。実際に「バイタルチェック(毎日の健康チェック)」や「配膳」「清掃」等の補助をスタッフたちと行ってもらいました。「バイタルチェックの時は超!緊張した。」「お年寄り思ったより体が硬く着替えの手伝いマジに大変!」「耳が遠いようで大きな声で話をしなければならぬ。」等、普段学校や家庭はなかなか体験できない様々な発見をしたようです。管理者の藤原は「施設での活動が入居者だけではなく、地域や住民の皆様のお役に立てて何より、入居者の皆さんも普段はなかなか触れ合うことの無い、中学生の皆さんとの交流に嬉しそうでした。今後もこのような機会があれば積極的に施設を利用して欲しい。」と語ってくれた。

配膳の手伝いをす
る生徒さんたち。



バナナ園グループ

- グループホーム「川崎大師バナナ園」☎ 044-280-2386
- グループホーム「バナナ園」☎ 044-588-0645
- グループホーム「第二バナナ園」☎044-587-1773
- 高齢者ケア付住宅「IDSバナナ園」☎044-580-3210
- グループホーム「バナナ園ほりうち家」☎044-722-5361
- グループホーム「のんびりーす」☎044-797-3314
- グループホーム「バナナ園生田ヒルズ」☎044-911-1599
- デイサービスバナナ園☎044-588-0890
- あいケアサービス☎044-433-4651
- すこやかケアプラザセンター☎044-411-3120

グループホーム空室情報

空室情報、入居に関するお問い合わせは右記

の各施設もしくは総合案内 044-433-4651迄



バナナ園グループ スタッフ募集中!! ＜登録ヘルパー/正社員 他＞

★グループホーム他当社の介護施設・事業所では只今正社員他スタッフを募集中です★

◆資格無くても可能職種あり◆

- 募集内容 ①非常勤登録ヘルパー<ヘルパー2級以上必要>登録のみもOK!
②グループホーム等の管理者候補、主任ヘルパー<正社員・有資格者・経験者優遇>
③非常勤施設内ヘルパー<週2日以上勤務可能な方>④夜勤専任パート社員
- 給与: ①時給1,150円<生活>~1,750円<身体>
②月給185,000円~280,000円<資格・経験により優遇>
③時給900円~1,000円<資格・経験により優遇>④1勤務12,000円~13,000円
- 勤務時間 ①都合の付く時間でOK②③ 9:00~17:00 ④17:00~9:00<夜勤>
- 休日: ①4週6休及び年間15日の祝日分の指定休日<15日の祝日分の指定休日>
- 勤務地: 川崎区四谷上町/幸区南加瀬/中原区小杉陣屋町/中原区下小田中/多摩区三田
- 問合せ: あい介護ネットワークス 担当: 永田・若狭 ☎044-433-4651

- 本社ビル→
川崎市中原区
- ★訪問介護部門
- ★居宅支援部門
- ★教育事業部門



介護無料相談受付中<月~金:9:00から17:00>

フリーダイヤル 0120-144-137

月刊 MONTHLY BANANA NEWS (毎月1日発行)

編集:あい介護ネットワークス

川崎市中原区上丸子八幡町816 ☎044-433-4651

<HP> <http://www.bananaen.com/>