

研究成果報告（要旨）

2024年1月

高齢者におけるブンネ・メソッド音楽ケア体験による
ポジティブな心理的効果の検討

指導 石川 利江 教授

国際学術研究科

国際学術専攻

心理学実践研究学位プログラムポジティブ心理分野

222J2052

井上 忍

Research Paper (Abstract)
January 2024

Investigating the positive psychological effects of
The Bunne Method Music Care experience in older people

Shinobu Inoue

222J2052

Master of Arts Program in Positive Psychology
Master's Program in International Studies
International Graduate School of Advanced Studies
J.F.Oberlin University
Research Paper Supervisor : Rie Ishikawa

目次

序章 はじめに

第1章 スウェーデンのブンネ・メソッド音楽ケア	3
1.1 ブンネ・メソッドとは	3
1.2 「音楽療法」ではない「音楽ケア」	4
1.3 ブンネ楽器	5
1.4 ブンネ楽譜	7
1.5 ブンネ・メソッド5つの局面	8
第2章 研究1「軽度認知症の高齢者に対する」ブンネ・メソッドの適応	9
2.1 目的	9
2.2 方法	9
2.2.1 対象者 介護施設「Sグループホーム」	9
2.2.2 調査内容	10
2.2.3 実施の手続	11
2.2.4 「Sグループホーム」音楽ケアの進め方	11
2.3 結果	12
2.3.1 参加者A・B・C・D	13
2.4 考察	25
第3章 研究2「健常な高齢者に対する」ブンネ・メソッドの適応	27
3.1 目的	27
3.2 方法	28
3.2.1 対象者 「Hカフェ」「Yフラワー」	28
3.2.2 調査内容	29
3.2.3 実施の手続き	29
3.2.4 「Hカフェ」「Yフラワー」音楽メソッドの進め方	30
3.3 結果	31
3.3.1 「Hカフェ」参加者E・F・G・H	32
3.3.2 「Yフラワー」参加者I・J・K・L・M	42
3.4 考察	55
第4章 全体考察	57

引用 文献

はじめに

スウェーデンには、楽器演奏経験がない人でも楽器演奏して音楽ケアを行うユニークな能動的音楽ケアのスウェーデン発祥のブンネ・メソッド音楽ケアがあることから、研究1では「軽度認知症の高齢者に対する」ブンネ・メソッド音楽ケアを実施し、研究2では「健常な高齢者に対する」ブンネ・メソッド音楽ケアを実施しポジティブな心理的効果を検証した。

研究1「軽度認知症の高齢者に対する」ブンネ・メソッド音楽ケア

研究2「健常な高齢者に対する」ブンネ・メソッド音楽ケア

目的

高齢者が日々暮らしの中でブンネ・メソッド音楽ケアの刺激がポジティブな心理的効果につながるのか検討することを目的とした。

方法

対象者：軽度認知症高齢者（Sグループホーム入居者の5名）、地域コミュニティ（Hカフェ利用者の4名）、地域クラブサークル（Yフラワー受講者の5名）

調査内容：ブンネ・メソッド音楽ケアには局面1から局面5まで決められたプログラムが構成されている。参加者は指揮者となるブンネ・リーダーの手の合図によりブンネ楽器を演奏し、音楽ケアの行動観察を行う。①初回時の質問紙アンケート、二次元気分尺度簡易版こころのダイアグラムを使用、③局面1-5までの音楽ケアの行動観察（身体行動、顔の表情、会話行動）、④実施前後の食行動観察である。

結果

実施参加者は3つの異なる環境で行った。軽度認知症のグループホームに入所している高齢者、地域コミュニティに参加している健常な高齢者と地域クラブサークルに参加している健常な高齢者で音楽ケアを実施した。軽い認知症高齢者と健常な高齢者の楽器演奏については大きな差は見られなかった。違いが現れたのは実施中の身体行動、顔の表情、コミュニケーションの会話に異なる結果となった。

考察

歌を唄いながら楽器演奏を同時に行うブンネ・メソッド音楽ケアの行動観察でこころのダイアグラムに結果が示された。音楽ケア実施後は、行動的にはそれほどの動きがなかった時でも参加者のほとんどにリラックスした気分、イキイキした気分が現われていた。つまり緊張やプレッシャーがあっても楽器演奏の音楽ケア実施後には達成感ともいえるポジティブな心理的効果が認められた結果であり注目する点となった。

引用文献

海月ひなた(2018) 受動的音楽療法 能動的音楽療法 音楽療法 音楽療法ってなーに？ソニフル Blog

岩佐一, 吉田祐子, 鈴嶋よしみ (2019) 地域高齢者における「食事関連 QOL 尺度」とその短縮版の計量心理学的特性

大江宮子・中山徹(2016) 高齢者福祉施設で行われる高齢者の音楽療法の評価と療法後の生活化、人間と生活環境、pp17-24

大浦 明 (2005) 高齢者が音楽で得られる効果について

郭露・山本雅俊・鈴木麻希・大澤智恵・浅野孝平・阿部修士・積山薫 (2019) 楽器練習介入が高齢者の神経処理効率に及ぼす影響、日心第 83 回大会

川口豊(2000) 音楽療法の基礎概念、東海女子大学紀要、pp20

訓覇法子(2012) スウェーデンの高齢者ケアの昨日と今日、老年歯学第 27 巻第 2 号

権籐恭之(2016) 超高齢者の心理的特徴-幸福感に関する知見-、健康ネット

佐藤正之(2013) 科学的根拠のある音楽療法の広がりをめざして、医学界新聞寄稿

澤田悦子・新川貴紀・福田道代・武田秀勝(2010)音楽療法プログラム構成からみた高齢者への影響、北方圏学術情報センター年報、Vol.2、pp57-64

澤田悦子(2014) 高齢者施設における音楽療法の試み-楽器演奏の課題と工夫-、北翔大学生涯学システム学部研究紀要 14 巻、pp179-191

澤田悦子(2014) 高齢者施設における音楽連休における音楽療法の広がりをめざし、医学会新聞寄稿

篠田知璋・渡邊眞由美(2003) 音楽療法、心身医第 43 巻、第 12 号

Sten Bunne・Gustav Strandell(2016)スウェーデンのブンネ@メソッド、pp8

Sten Bunne(2020)MUSIKI FORSKÖLAN、pp112-114

全日本音楽療法協会 (2023) 音楽療法定義、<https://zenonko.com> 閲覧

高橋昌子 (2017) スウェーデン発音楽ケア「ブンネ・メソッド」からみた高齢者福祉

武田秀勝・澤田悦子・新川貴紀・木戸聡史・福田道代(2010)音楽療法初期における情動の変化-唾液中コルチゾールを指標として-、北方圏学術情報センター年報、Vol.2 pp151-1

田部井賢一(2017) 音楽療法がもたらす効果とは？、三重大学大学院医学系研究科、認知症医療学講座

鳥塚亜希・鈴木佑典・橋本顕子・上平悦子・軸丸清子(2014) 日本看護科学誌 34 巻
日本音楽療法学会(2023) 音楽療法定義、閲覧

日本ナラティブ音楽療法協会(2023) 音楽療法定義、閲覧

長谷川嘉哉・久保田進子・稲垣俊明・品川長夫(2001) 音楽療法によるナチュラルキラー細胞
活性および細胞数の変化・日本老年医学会雑誌 38 巻 2 号、 pp201-204

林孝之(2011) サロンにおける高齢者のつながりと支え合いの形成過程、北星学園大学大学
院論集第 2 号、通関第 14 号

古瀬徳雄 (2010) 高齢者提唱の音楽療法におけるプログラムについて

平中千里 (2018) 食欲と音楽

森田聖子・道淳子・小林宏光(2015)認知症高齢者に対する唾液アミラーゼ活性値測定の信
頼性の検討、日本看護技術学会誌 Vol,No.1 pp73-77

村田真 (2016) 日本におけるスウェーデンブネ発音楽ケア「ブネ・メソッド」の導
入と展開

松田憲・一川誠・矢倉由香(2013) BGM の音楽的特徴が聴覚的時間評価に及ぼす影響、日
本感性及び 影響、日本感性工学会論文、Vol.12No.4 pp493-4

湯川奈津子,田中康代,中村道彦, 木村晶朗 (2011) 食事環境における BGM が食欲に与える
影響

吉田浩二・辻真由美・松尾拓海・一ノ瀬奈未・宗田明穂・永田明・井出みのり(2021) 地域
交流サロンに参加する高齢者の生きがいに関する研究、保険学研究、pp 21—
29

和田玲子・久永聡子・郭露・木村博子・鈴木麻希・川越敏和・積山薫(2023) 楽器演奏介入
が高齢者の認知機能に与える効果について、広島分家学園大学学芸部、紀
要、第 7 巻

和合治久(2010) 未病改善における音楽療法-豊かな食生活を求めて-、日本食生活学会誌
Vol.20 、No4

謝辞

本研究は、桜美林大学大学院国際学術研究科心理学実践研究学位ポジティブ心理分野にて行われたものです。

本研究を遂行するにあたり、豊富な知識と経験の下、熱心なご指導と適切なお助言を頂き、また、研究における考え方や進め方、研究者としての姿勢をご教授くださいました桜美林大学大学院国際学術研究科心理学実践研究学位ポジティブ心理分野石川利江教授に深く感謝いたしますとともに、御礼申し上げます。

中間審査および最終審査では、松田チャップマン与理子教授、山口創教授より、貴重なご指導とお助言を賜りました。感謝申し上げます。

職場の代表取締役および同僚より働き方にご理解を賜り助けられました。感謝申し上げます。

本研究に多大なご協力とお支援を賜りましたブンネ・ジャパン代表執行役員ストランデル公子様に感謝申し上げます。

本研究で専任記録者としてご協力を賜りました山本美保様、村田和代様に感謝申し上げます。

所属する石川ゼミのみなさまには多くのご支援をいただきました。お礼申し上げます。ありがとうございました。

スウェーデン視察時にお世話になりました和音様に感謝申し上げます。

最後に、このような研究を続けてこられたのも家族の協力があったからこそであり主人をはじめさやか夫妻と息子裕介夫妻に心から感謝します。そして、研究中、くじけそうになった時、応援している。と励ましていただいた多くの友人に心から感謝申し上げます。

2024年1月

井 上 忍