

介護老人保健施設の音楽療法に対する研究第17報

～介護者の視点からの在宅療養支援としての有用性～

砂永 ゆう子¹⁾ 加藤 綾子²⁾ 美原 淑子³⁾ 美原 恵里⁴⁾

1) 公益財団法人脳血管研究所 介護老人保健施設アルボース 介護福祉士

2) 公益財団法人脳血管研究所 介護老人保健施設アルボース 看護師長

3) 公益財団法人脳血管研究所 介護老人保健施設アルボース 音楽療法士

4) 公益財団法人脳血管研究所 介護老人保健施設アルボース 施設長

[はじめに] 要介護高齢者に対して在宅療養が推進されている現在、老健の在宅療養支援という役割はきわめて大きい。しかし、利用者のサービス利用拒否・介護拒否により、老健を十分に活用できず、介護者の身体的・精神的負担が改善されないケースも少なくない。当施設では音楽療法を平成9年に開始し、以後18年間継続している。音楽療法によって介護者自身の介護負担が軽減されたという言葉が度々耳にすることがあった。そこで今回、在宅療養支援、介護者の視点から、音楽療法の有用性を検討する。

[音楽療法の概要] 当施設の施設入所者・通所リハビリ利用者25～30名程度を対象に毎週1回1時間を1セッションとし、利用者のQOLの向上や情緒の安定を目的に実施している。その際、家族もセッションに参加することが可能な体制をとっている。

[調査方法] 当施設利用者の主介護者を対象として、「長期にわたり当施設を利用し、在宅療養を継続している利用者の介護者」をA群（14名）、「当施設を利用して間もない（3ヶ月未満）利用者の介護者」をB群（14名）に分け、アンケート調査を実施した。

アンケート内容は、（1）利用者の状態について、1. 「規則正しい生活ができない」 2. 「楽しく日々を過ごしていない」 3. 「介護をうけることに拒否的である」 4. 「介護者の指示に従わない」 5. 「家族や知人と仲良く過ごせない」 6. 「うつ的で元気がない」 7. 「すぐに怒ったり、文句を言ったりする」 8. 「不安がったり、落ち着かないことが多い」の8項目を5段階評価で回答を求めた。

次に、（2）介護者自身について、1. 「介護のため、身体が疲れやすい」 2. 「介護のため、他の仕事（家事など）や自分の時間が持てない」 3. 「介護をするのが精神的にきつくてストレスになってしまう」 4. 「介護をする意欲がなかなか湧かない」の4項目について同様に回答を求めた。また、5. 「介護者ご自身の状態について、気付くことがあれば記載してください」と自由記載とし、質問した。

最後に、(3) 音楽療法について、1. 「音楽療法が利用者の生活の質（生きがい、楽しみ）の向上に役立っていると感じられる」2. 「音楽療法があなた自身の介護負担軽減に役立っていると感じられる」3. 「音楽療法に参加したことにより、利用者とあなた（介護者）との会話の中で音楽療法が話題になる」の3項目を5段階評価で回答を求めた。

[結果] (1) -1「規則正しい生活ができない」について、A群は「そう思わない」「全くそう思わない」が8件（57%）に対し、B群は「とてもそう思う」「そう思う」が5件（36%）と高値となった。(1) -5「家族や知人と仲良く過ごせない」について、A群は「そう思わない」「全くそう思わない」11件（79%）と約8割であったのに対し、B群は各項目に意見のバラつきがみられた。(1) -6「うつ的で元気がない」では、A群は「そう思わない」「全くそう思わない」が10件（71%）に対して、B群は「どちらでもない」7件（50%）が高くなった。

(2) -1「介護のため、身体が疲れやすい」について、両群が「どちらでもない」が6件（43%）と同数であったが、少数意見の中には、A群は「そう思わない」「全くそう思わない」4件（29%）であったのに対し、B群は「とてもそう思う」「そう思う」が5件（36%）と反比例を示した。(2) -4「介護をする意欲がなかなか湧かない」では、A群は「どちらでもない」7件（50%）「全くそう思わない」5件（36%）が高く示したのに対し、B群は各項目に意見のバラつきがみられた。

(3) -1「音楽療法が利用者の生活の質（生きがい、楽しみ）の向上に役立っていると感じられる」では、A群は「とてもそう思う」6件（43%）「そう思う」7件（50%）、B群は「そう思う」6件（43%）「どちらでもない」3件（21%）となり、A群の方がやや高い評価を得られた。(3) -2「音楽療法があなた自身の介護負担軽減に役立っていると感じられる」について、A群は「とてもそう思う」6件（43%）「そう思う」5件（36%）となったのに対し、B群は「そう思う」6件（43%）「どちらでもない」5件（36%）という結果となった。(3) -3「音楽療法に参加したことにより、利用者とあなた（介護者）との会話の中で音楽療法が話題になる」では、A群は「とてもそう思う」「そう思う」8件（57%）、B群では5件（36%）と僅かではあるが違いがあった。

[考察] 今回の調査では、介護者の視点で評価が行えるように配慮しながらアンケートを実施した。「自分（利用者）できちんと行動したがるようになった」など、介護者の視点からも利用者に良い変化がみられた。生活に対する積極性、介護者や他者（家族、知人等）との関係性の向上、情緒の安定が図れることが分かり、音楽療法に長期に渡り継続参加す

ることは利用者の心身状態を改善し、QOLの向上に有用と思われた。一方、介護者自身は、在宅介護に対して「とても疲れている」「私（介護者）、本人（利用者）もストレスが溜まる」など身体的・精神的ストレスを抱えている。しかし、音楽療法を継続することにより、利用者・介護者共に情緒の安定が図れ、介護負担の軽減の効果が期待できる。そして、利用者・介護者間の関係性の構築にも繋がると考えられる。また、介護者は音楽療法の期待される効果が十分得られていると、回数を重ねる毎に実感は強くなることが示唆された。

[まとめ]在宅療養を継続している利用者の介護者を施設利用期間により2分し、介護者の視点から検討した。介護者は、在宅療養が長期になるにつれ身体的・精神的負担は増加していき、在宅療養を継続することが困難になる恐れがある。円滑にサービス利用が行えることにより、介護負担軽減が図れると期待できる。音楽療法は、利用者の状態の改善のみならず介護者自身にとってもストレスの軽減に有用であると思われた。