

Sustainable Report No.174

音楽と心身の 健康のつながり

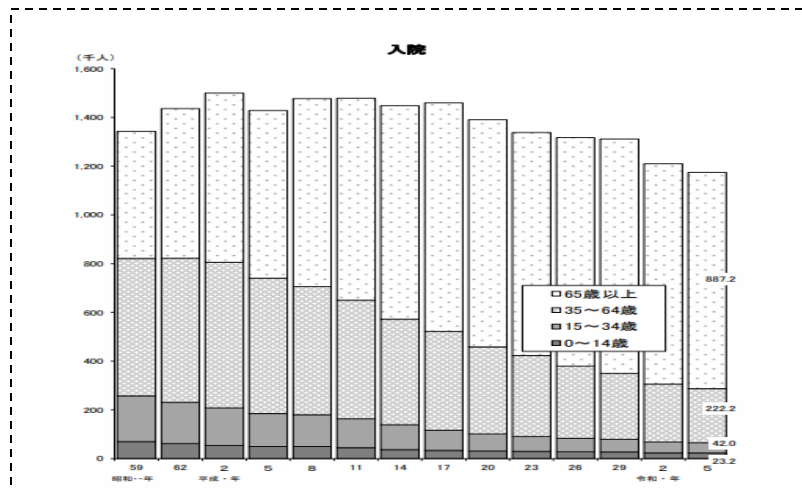


サステナブルレポートとは、サステナビリティを指標に社会課題や環境課題からテーマを選定し、それらの背景・ソリューション事例・将来への展望などを考察する独自の調査報告書です。
小川電機グループは、全従業員ひとりひとりが本レポートを作成・発信する取組みを行っています。

■ 課題の現状／経緯／影響

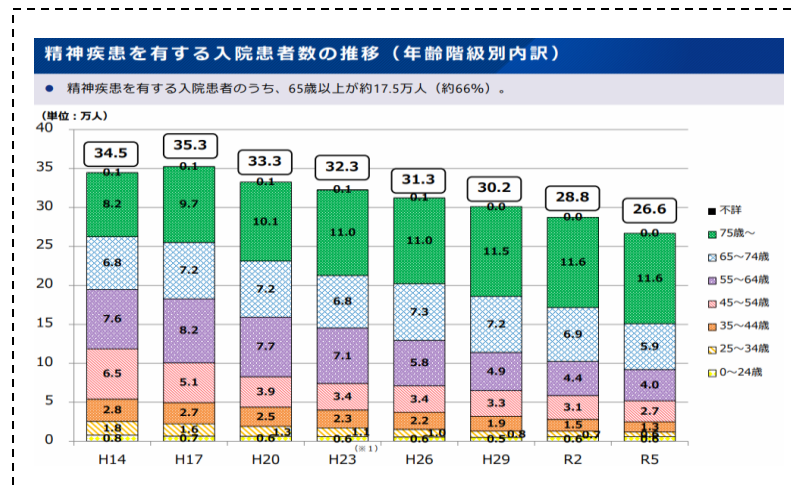
- 高齢化の進行による身体機能・認知機能の低下、加齢による身体的変化に加え、人との関わりが減少することで生活の質が下がり介護者の負担増加や日常生活の意欲低下が増加している。
- 厚生労働省による入院患者調査では入院患者数は減少傾向にあるが、65歳以上の高齢者が**約75%**を占めている。
- 認知症や統合失調症等の精神疾患を有する入院患者も65歳以上の高齢者が**約66%**を占めている。

■ 年齢別入院患者数の推移



出典：厚生労働省 患者調査の概況

■ 精神疾患を有する入院患者数の推移



出典：厚生労働省 精神医療福祉の現状等について

▶NEXT：音楽療法で交流と活力を

■ 実行者／解決事例／残る課題

- 音楽療法は心身に対する有効性が示されており、**欧米の先進国において有効な治療法の選択肢**として広がっている。音楽療法の持つ心と身体への効果に加え、「楽しむこと」が日常の生活意欲（アパシーの改善）やQOL（生活の質）が有意に向上したと報告されている。
- 日本にも高齢者施設向けに歌唱、楽器演奏、クイズ、ダンスなどを組み合わせた音楽療法サービスを提供する「**オトカテ**」といった団体が存在する。
- オトカテは神奈川県を中心に音楽療法を提供しているが**訪問地域が限定されている点などが課題**となっている。

■ 音楽療法の種類

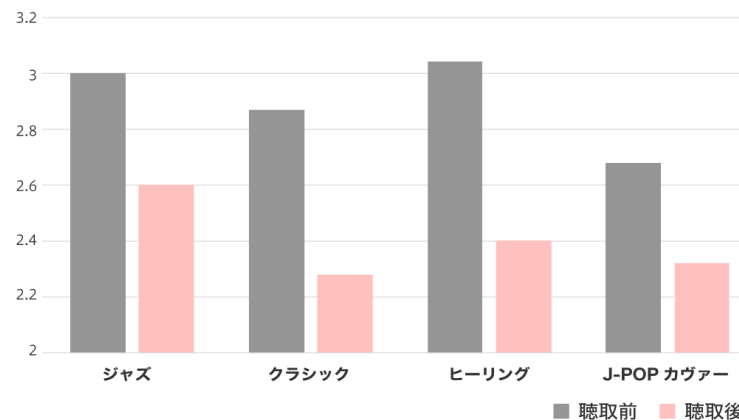
音楽療法の活動の種類



出典：①音楽療法の学び ②めざそう音楽療法士 | 音楽学部 | 聖徳大学 聖徳大学短期大学部

■ 音楽の身体的な影響

身体愁訴（肩こり・目の疲れなどの自覚症状）



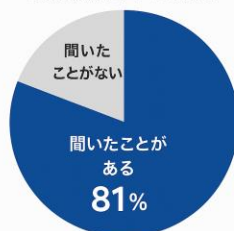
出典：音空間デザインラボ | 音楽が人の免疫力向上に与える影響

▶ NEXT : 音楽療法を周知させるためには

■ 残る課題の原因／理想／企業施策

- 日本では音楽療法の認知度が低く、必要性や意義が十分に広まっていない。また、音楽療法士の有資格者数は欧米に比較すると少なく、さらに日本では音楽療法士が民間資格であるため国が後押しする体制が出来ていない。
- 施設や病院が音楽療法を取り入れる体制を作り、様々な地域・施設で音楽療法を利用できる環境を作る必要がある。
- 前述した「オトカテ」は**オンライン配信サービス**として**地域を限定しない音楽療法**を提供している。しかし、認知度は十分と言えないため、SNS運用等で音楽療法がどのようなものであるかを発信し、**オンラインで音楽療法**を気軽に利用できることを周知し、利用促進につなげていくことが重要である。
- 高齢者家族がいるであろう**若年層・ファミリー層へのアプローチ**として商業施設等でイベントを行い、実際に音楽療法を体験し、楽しみながら心身の健康を保つことができると知ってもらう必要がある。

■ 老年看護学受講者の音楽療法の認知度

老年看護学受講者の
音楽療法の認知度

出典：川久保悦子他、「老年看護学演習におけるアクティビティケア体験の成果」に基づき筆者作成

■ 老年看護学受講者音楽療法の体験状況

老年看護学受講者
音楽療法の体験状況

出典：川久保悦子他、「老年看護学演習におけるアクティビティケア体験の成果」に基づき筆者作成

本レポートをご覧いただき、ありがとうございました

■ 参照・引用資料

- 厚生労働省,「患者調査の概況」,2023年12月20日 (<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/kanja/23/dl/kanjya.pdf>)
- 厚生労働省,「精神医療福祉の現状等について」,2025年1月15日 (<https://www.mhlw.go.jp/content/11121000/001374464.pdf>)
- コクラン,「音楽療法は認知症がある人の役に立つのか」,2023年11月30日 (https://www.cochrane.org/ja/evidence/CD003477_does-music-based-therapy-help-people-dementia)
- 和合治久,「音楽が人の免疫力向上に与える影響」,2021年01月20日 (https://usen.com/portal/otodesign/study/study_014.html)
- 川久保悦子他,「老年看護学演習におけるアクティビティケア体験の成果」,2019年7月 (https://www.jstage.jst.go.jp/article/jagn/24/1/24_77/_pdf/-char/ja?utm_source=openai)
- 市江雅芳,「本邦における音楽療法の現状と問題点」,2008年 (https://www.jstage.jst.go.jp/article/jmm/1/1/1_1_3/_pdf/-char/ja)

■ サステナブルレポートに関するお問い合わせ先



小川電機株式会社

〒545-0021 大阪府大阪市阿倍野区阪南町2丁目2番4号

tel:06-6621-0031(代)

- 本レポートに掲載された内容は作成日における情報に基づくものであり、予告なしに変更される場合があります。
- 本レポートに掲載された情報の正確性・信頼性・完全性・妥当性・適合性について、いかなる表明・保証をするものではなく、一切の責任又は義務を負わないものとします。
- 本レポートの配信に関して閲覧した方が本レポートを利用したこと又は本レポートに依拠したことによる直接・間接の損失や逸失利益及び損害を含むいかなる結果についても責任を負いません。
- 本レポートに関する知的所有権は小川電機株式会社に帰属し、許可なく複製、転写、引用等を行うことを禁じます。