



音で元気にする

音楽療法とは？

●日本音楽療法学会とは

2001年に設立された、全国の音楽療法および関連領域の専門家からなる会員数約5500名を超える学術団体です。

●音楽療法士の専門性

日本音楽療法学会では、所定の教育・訓練・実習を経た人を対象に資格審査を行ない、合格した人に「日本音楽療法学会 認定音楽療法士」の資

格を与えています。この資格は5年ごとの更新制度となっており、専門家として常に研鑽を積むことが義務づけられています。詳しくは、日本音楽療法学会HPをご覧ください。

*2017年現在、日本音楽療法学会認定音楽療法士は全国に約3000名います。

●音楽療法士の養成教育

大学、専門学校などで音楽療法士の教育が行なわれています。全国各地にある学会認定

校については日本音楽療法学会HPをご覧ください。こうした教育機関では、下記のような知識・技術の専門教育が行なわれています。

〈音楽療法士資格取得に必要な学習領域〉

- 音楽の知識、理論、演奏技術
- 音楽療法の理論、実践実習
- 福祉、医学概論、臨床心理学、発達心理学などの関連領域の専門知識

【音楽療法に関するお問合せ】

日本音楽療法学会 JMTA

Japanese Music Therapy Association

〒105-0013 東京都港区浜松町 1-20-8 浜松町一丁目ビル6階

☎ 03 (5777) 6220 (平日 9:00 ~ 17:00)

FAX 03 (5401) 0337 (常時)

ウェブサイト <http://www.jmta.jp/>

制作・発行 ■ 日本音楽療法学会

撮影協力 ■ 医療法人泰一會 介護老人保健施設みかじま

写真提供 ■ 医療法人社団メドビュー 東京ちどり病院

自主グループ 国立ひまわりの会

おんがくファーム まんどろ吉田豊

野花ひととおんがく研究会

音楽療法サロンGo小金井

音楽工房CON

日本音楽療法学会 JMTA
Japanese Music Therapy Association

「より良く生きる」

を支えるために
すべての人に
音楽療法を



音楽療法は、乳幼児から高齢者まで
さまざまな対象者のそれぞれの目的に応じて
高い専門性をもった音楽療法士によって
日本全国で日々、実践されています。



音楽療法士には常勤・非常勤・個人開業といったいろいろな活動形態があります。

雇用主や依頼者も、病院、施設、学校などのほか、行政（子育て支援や健康教室など）、親の会など多彩です。





介護老人保健施設での機能訓練のための集団音楽療法



発達支援のための個人音楽療法

高齢者のための音楽療法

複数の研究から認知症にも有効であるとされ、病院、福祉施設、自宅など、多様な場所で実践されています。

- **認知症の周辺症状(周囲の人が困る行動)の緩和**……記憶の奥に残る「思い出の曲」を適切に使用することで心の安定をはかり、周辺症状の緩和に役立ちます。
- **認知症予防・介護予防**……体操や「脳トレ」に音楽を組み合わせ、楽しく仲間づくりをしながら、「やらされ感」のない充実した体験を通して、認知症予防・介護予防のための活動を行なうことができます。

*日本音楽療法学会では、現在、認知症予防の大規模な実証研究に取り組み、成果を上げています。

子どものための音楽療法

発達において「平均的な子どもと違う特徴」のある子どもたちの育ちを支える活動に役立っています。

- **発達の促進**……音楽活動を通じて、発達上の課題のある子どもが良い方向に変化するように導きます。
- **コミュニケーションする力を育てる**……人とのかかわりや集団生活に困難をかかえる子どもたちの他者との関係性を、音楽を介したやりとりや音楽の中での共同活動を通して広げていきます。

「より良く生きる」を支えるために



リハビリテーションとしての個人音楽療法



バンド活動を通して共生社会の実現に貢献する音楽療法

病院での音楽療法

医療のいくつかの対象領域^(*)で、音楽療法の有効性が実証的研究によって明らかになっています。

- **脳血管障害の後遺症・神経の病気の症状改善**……動作や発語が困難な患者さんのリハビリテーションに音楽活動を用いることで、改善の効果・リハビリに取り組む意欲が高まります。
- **こころの病気の患者の対人関係・生活能力の改善**……歌唱や楽器演奏などの音楽活動を通して周囲とかかわる経験ができ、対人関係や生活能力が向上します。
- **終末期の人の心を支える**……好きな音楽を歌う・奏でる・聴く体験、ときにはそれを家族や親しい人と共に味わうことを通じて、人生の締めくくりの日々を心豊かに充実して過ごすことを支えます。
- **不安や苦痛の緩和**……音楽活動を通して、検査や治療にともなう不安や苦痛をやわらげ、治療への前向きな意欲を引き出します。

*すべての対象領域の有効性が実証されているわけではありません。

地域で展開される音楽療法

音楽は、病気や障害のある人と地域の人たちがともに楽しく活動する機会を提供し、共生社会の実現に貢献します。

- **交流の機会の提供**……音楽は、障害のある人とそうでない人たちが交流し、理解し合う場を作ります。一例として、障害のある人と地域の人たちとがバンドを組み、その成果と音楽の楽しさを地域で発表するなどの活動が展開されています。
- **高齢者の交流促進**……音楽療法士は、地域の中で孤立しがちな人たちが音楽を通して交流する「居場所」づくりを支援しています。

*日本音楽療法学会では、学会のプロジェクトとして「音楽療法地域プラン」を実施しています。これは、地域の高齢者たちの交流を促進することで介護予防に貢献し、健康寿命を延ばすことを目的とした音楽活動の試みです。