

協働パイロット事業（H27）企画提案書

団体名：四季を歌う会

1 事業の名称

『音楽活動(歌と楽器演奏)によって認知症を予防しよう!』

2 事業の概要（市民ニーズや協働で取り組む意義を踏まえて記載してください）

(1) 事業に取り組もうと思ったきっかけ、何に問題を感じているのか（社会的課題の発見）

社会的に認知症が問題となっている中、家族や友人の間にもそういった例がみられるようになり、認知症予防に効果があることを推進していきたい。音楽活動を通じて脳の活性化を図ることは大変有意義であり、実際の効果も確認できているので、この事業を行うことは音楽に関わる者の使命であると思う。

(2) どんな事業に取り組むのか（社会的課題の解決方法）

高齢者を中心に音楽練習に参加していただき、脳の退化を防ぐ。

具体的には：

- ①子供のころから親しんできた童謡や唱歌を歌う
- ②ハンドベルやトーンチャイム演奏に取り組み頭を使う
- ③両者を組み合わせた合奏・合唱を行う

ハンドベル・トーンチャイムは、誰にでもできる簡単な楽器であるにもかかわらず、頭を使う要素が非常に多く、認知症予防には最適と考えられる。また、コミュニティ形成にもなるので社会参加の一端を担うことにもつながる。

(3) どうして市との協働を望むのか（貴団体と市との協働による効果）

この事業が良いものであればあるほど、より多くの方々に参加していただきたいと考えるから。参加者を広く募集するには、個人・一市民団体の力では限界があると感じる。また、この事業が一定の成果を上げれば、市に関わっていただくことにより、さらに広く、多くの方々に参加していただくことにつながると思う。

(4) 事業を実施することで、どんな風に市民生活が向上されるのか。

社会的課題である認知症の発症を減らすことができる。家族・友人の負担も減り、何よりも本人の人生・日常生活をより価値あるものにすることができる。少子・高齢化社会の中で多くの人々が年を取ることに不安を感じている中、このような支援体制がより安心な暮らしを目指すことにつながると思う。

3 協働して事業を行う際、貴団体の担う役割と静岡市に担って欲しい役割

(1) 役割分担

この事業を円滑に実施するためには、活動の内容を決め、必要な備品を調達し、指導者の確保、および実施する会場を確保する必要があります。そのうえで、参加者を募集し定期的な事業展開を行います。実施する日時についても決定する必要があります。また、この事業の成果をどのように評価していくのか目標を定める必要があります。

(2) 主として当会が行う部分

活動内容・備品の調達・指導者の派遣は当会が担当します。また、実施する会場に関しても市の中心部で確保するべく行動する用意があります。

(3) 主として市に担って欲しい部分

備品調達・会場費・指導者の謝礼等に関する費用の負担、または一部負担、参加者の募集、事業成果の評価。

実施頻度・日時に関しては当会からの提案に基づき協議させていただきたいと思います。

4 事業計画・実施スケジュール

平成 27 年

- ・ 7月上旬 契約締結
- ・ 7月中旬 高齢者福祉課及び実施会場の担当者と事業実施に関する詳細の打合せ
- ・ 9月中旬 第1回練習会の開催（清水市民活動センター：対象 30 人）
- ・ 10月中旬 第2回練習会の開催（清水市民活動センター：対象 30 人）
- ・ 11月中旬 第3回練習会の開催（清水市民活動センター：対象 30 人）
- ・ 12月下旬 第4回練習会の開催（清水市民活動センター：対象 30 人）

平成 28 年

- ・ 1月中旬 第5回練習会の開催（清水市民活動センター：対象 30 人）
- ・ 2月中旬 第6回練習会の開催（清水市民活動センター：対象 30 人）
- ・ 3月 事業完了に伴い、成果発表会の実施、実績報告書の作成

5 実施体制及び主要スタッフの経歴

スタッフ名簿

- 1 会長 小川 志津江 全体統括
- 2 講師 宮川 洋一 音楽指導
ドイツでオペラ関係に指揮者として従事
劇団四季指揮者を歴任
- 3 スタッフ 金子 雅子 事務・会計
- 4 音楽助手 青木 みすえ 音楽指導
清水区内にて合唱等の伴奏者として活動
- 5 音楽助手 佐藤 紗規子 音楽指導
清水南高校非常勤講師

6 特にアピールしたいこと (専門性、独自性、先駆性、実績、2年間継続することの効果など)

・当会の強み

「四季を歌う会」は清水区内の生涯学習交流館等の公共施設を中心に活動しているコーラスグループおよび演奏団体 12 団体で作る合同の会です。会員数は 240 名ほどになります。平成 19 年度から活動を開始しましたので、今年度で 9 年目になります。

会員の年齢層は主に 60 代から 70 代であり、通常の活動においても童謡唱歌など子供のころから親しんできた歌を中心に歌っています。また、トーンチャイムを演奏するグループが 1 団体あり、この楽器の特性についてもここ数年多くの経験を積んでまいりました。

これらの活動の感触から、こういった音楽活動が脳の活性化に大きく寄与するであろうことは明白であり、かねてから、認知症対策に活用したいものだと思ってまいりました。

当会では、静岡交響楽団との合同の演奏会を開催したり、各地区の文化祭や長寿財団主催の長寿祭に出演するなど、音楽的にも高度な活動を行っていますが、同時に、福祉施設の訪問も積極的に行っており、歌を歌ったり、タンバリンなどの打楽器を使った福祉活動においては、すでに、成果を上げてまいりました。

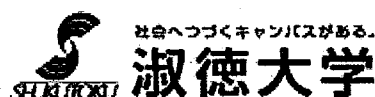
ただ、そういった福祉施設の訪問は単発の活動であり、継続的にこれらの“音楽療法”を試行する機会はありませんでした。このたび、静岡市との協働事業を行うことができるならば、これらの活動の成果を継続的に検証することができるものと期待しております。なにとぞ、ご検討のほどよろしくお願いたします。

参考：音楽療法による認知症予防に関する講座等の情報

<http://ninntisyoubou.com/category6/entry83.html>

<http://www.ninchisho-forum.com/movie/00000237/>

<http://ext.shukutoku.ac.jp/course/detail/3312/>



T-117 認知症予防のための音楽療法 — 身近にある音楽を使って認知症を予防しよう

講座案内

講座番号	T-117
キャンパス	池袋サテライト・キャンパス
期間	2015/04/19
回数	(全 1 回)
曜日	日

時間	13:00 ~ 15:30
定員	50 名
受講料	3,000 円

講座詳細

身近にある音楽を使って認知症予防をしよう。

音楽療法が人間に与える効果について学び、認知症予防のための音楽療法プログラムを具体的に体験していきます。音楽療法は一言でいえば、音・音楽を使用した心理療法です。言葉では表現できない何か、言葉を超える何かをクライアントと共有し、そのことでクライアントが成長し、またはそのことで自己治癒力が増進する、またはクライアントのQOL(生活の質)が向上するというのが音楽療法といえることができるでしょう。音楽療法の対象者は高齢者、成人、障がいのある方など、すべての人が対象となりますが、ここでは最新情報を取り混ぜて、認知症予防について音楽で何ができるかを学んでいきます。

スケジュール

	日付	内容	各回の詳細
第1回	2015/04/19		①認知症予防とは ②認知症予防音楽療法を体験する

講師

高橋 多喜子(淑徳大学教育学部教授)国立音楽大学楽理学科卒、筑波大学大学院教育研究科障害児教育専攻修了。医学博士、認定音楽療法士、日本老年行動科学会常任理事、日本音楽療法学会理事。

主な著書に、「補完・代替医療 音楽療法」(金芳堂)、「高齢者のための音楽療法」(中央法規出版)、「老いのころを知る」(ぎょうせい)、「高齢者の心にふれるテクニックとエビデンス」(紫峰図書)「ひとごち」(保健同人社)、「認知症予防の音楽療法、いきいき魅惑のベル」(オンキョウ)などがある。

出版物：

- ・認知症 ケアと予防の音楽療法 佐々木 和佳, 伊志嶺 理沙, 二俣 泉 (著)
ISBN-10: 4393935462 ISBN-13: 978-4393935460 出版社: 春秋社
- ・認知症の予防と改善—音楽療法プログラムの実践と効果 赤星 建彦, 赤星 多賀子 (著)
ISBN-10: 4276122686 ISBN-13: 978-4276122680 出版社: 音楽之友社
- ・音楽療法(セラピー)でもうつ、認知症にさせない—感動のメンタルケア 河合 眞(著)
ISBN-104921192707 ISBN-139784921192709 出版社: 青萌堂

協働パイロット事業 (H27) 見積書

団体名：四季を歌う会

企画のタイトル：「音楽活動(歌と楽器演奏)によって認知症を予防しよう！」

項目	金額	説明
練習講師謝金	78,000	8,000×6回 助手 5,000×6回
ミニコンサート	30,000	講師3人 スタッフ2人
練習会場費	4,920	820×6回 活動センター
印刷費	5,050	チラシA4 コート紙90 片面4色 1,000枚
打ち合わせ費	5,940	JR 清水→静岡 240 240×2×3人 人件費 750×2時間×3人
諸経費	20,000	講師駐車料、楽器運搬ガソリン、消耗品等
小計 A	143,910	
消費税 B=A×0.08	11,510	
合計 A+B	155,420	

◎実費弁償契約の希望の有無 有 無

※ 参加費の徴収、物品の販売、提案団体の自己負担等、委託料以外の財源がある場合

収入見込み額	金額	主な用途