高齢者対象のオンライン音楽プログラム普及
－「マイソング」で生活の活力を得る－

2021.12.12.

株式会社リリムジカ
代表取締役　柴田 萌

1. リリムジカについて

2. コロナ禍の課題

3. 実施内容

4. 結果

5. 考察

© 2021 Lirymusica Inc.

介護×音楽

「人が最期まで自分らしく生きられる社会」のため、介護施設を対象に高齢者参加型の音楽をつかった場づくりを行っています

× 演奏をお聞かせする

○ 主体的に参加できる”場”をつくる

× 単発で行う非日常的なイベント

○ 継続して関係を深めていく日常的な時間

© 2021 Lirymusica Inc.

なぜ介護現場に関わるのか

介護は「お世話をすること」ではない

「加齢に伴って生ずる心身の変化に起因する疾病等により要介護状態となり、入浴、排せつ、食事等の介護、機能訓練並びに看護及び療養上の管理その他の医療を要する者等について、これらの者が尊厳を保持し、その有する能力に応じ自立した日常生活を営むこと」（*介護保険法 第一章 総則 第一条「目的」*）

要介護高齢者にとって大切なこと

- 自分の選択肢を持ちつづけられること
- 体や心を動かす機会と、そうするだけの活力が常にあること

介護職員や家族だけではその実現が難しいこともある

外部からも一緒に担うことが大切

© 2021 Lirymusica Inc.

1. リリムジカについて

2. コロナ禍の課題

3. 実施内容

4. 結果

5. 考察

© 2021 Lirymusica Inc.

（1）高齢者の活力の低下

在宅の高齢者

通所施設や訪問介護サービスの利用を控え、筋力や認知機能が低下するケースが増えている

（淑徳大学教授・結城康博氏が行った介護職503人に対するネットアンケート調査より）

施設の高齢者

当社の契約先施設の職員に状況を聞くと「元気がなくなった」「杖を使って歩行されていた方が車椅子になった」といった声が多数あった

体や心を動かす機会を増やし、活力向上を図る必要性が高まった

© 2021 Lirymusica Inc.

（2）介護職員、家族への負担の増加

施設での業務の変化

・感染対策の業務が増え、利用者・入居者と接する時間が減った
・外部からのレクリエーション・アクティビティ中止で業務、ストレス増

職員、家族が当事者の状況を心配する声（事前アンケートより）

・昼夜逆転して眠れない、日中何もしない時間が増えた
・歩行機能の低下や気分の落ち込みがある
・家族以外との関わりが少ない
・何十年と続けてきた生活のリズムが壊れて、人と話す機会が断然減った

コロナ禍で対面の音楽プログラムが中止になっても
介護職員や家族が行うケアを一緒に担いたい

© 2021 Lirymusica Inc.

1. リリムジカについて

2. コロナ禍の課題

3. 実施内容

4. 結果

5. 考察

© 2021 Lirymusica Inc.

「マイソング」をつかったオンライン音楽プログラム

- 「マイソング」とは一人一人の好みの曲や思い出の曲のこと
- 形式：対グループ（～30名程度）、対個人（＋その家族）
- 対象：在宅、施設で暮らしている要介護高齢者
- 内容：歌、会話、体操など相手にあわせてカスタマイズ

© 2021 Lirymusica Inc.

設定したアウトプットと指標

今回の事業実施で達成される状態（アウトプットおよび短期成果）	実施・到達状況の目安とする指標	把握方法	目標値
［アウトプット］ 在宅介護および介護施設において、オンラインでの音楽プログラムに高齢者が参加している。	［施設］ プログラムに参加した施設の数と実施回数、グループの数と実施回数、個人参加の数と実施回数、参加者総数（述べ数） ［在宅］ プログラムに参加した高齢者数	プログラム実施時に測定	［施設］ ・施設数 10 ・グループ数 5 ・個人参加者の数 7 ・参加者総数述べ 150名 ［在宅］ ・5名
［短期成果①］ オンラインプログラムの参加者が音楽を楽しむことができている。	楽しめた参加者の割合	・毎回のプログラム終了後のアンケートから算出 ・最終アンケートから算出	80%
［短期成果②］ 他者とのコミュニケーションを楽しんでいる。	楽しめた参加者の割合	・毎回のプログラム終了後のアンケートから算出 ・最終アンケートから算出	80%

1. リリムジカについて

2. コロナ禍の課題

3. 実施内容

4. 結果

5. 考察

© 2021 Lirymusica Inc.

（1）目標値に対する実績

今回の事業実施で達成される状態（アウトプットおよび短期成果）	実施・到達状況の目安とする指標	目標値	実績
［アウトプット］ 在宅介護および介護施設において、オンラインでの音楽プログラムに高齢者が参加している。	［施設］ プログラムに参加した施設の数と実施回数、グループの数と実施回数、個人参加の数と実施回数、参加者総数（述べ数） ［在宅］ プログラムに参加した高齢者数	［施設］ ・施設数 10 ・グループ数 5 ・個人参加者の数 7 ・参加者総数述べ 150名 ［在宅］ ・5名	［施設］ ・施設数 11 ・グループ数 6 ・個人参加者の数 6 ・参加者総数述べ 649名 ［在宅］ ・7名
［短期成果①］ オンラインプログラムの参加者が音楽を楽しむことができている。	楽しめた参加者の割合	80%	100%
［短期成果②］ 他者とのコミュニケーションを楽しんでいる。	楽しめた参加者の割合	80%	83%

（2）終了後アンケートより

- よかったのは、声が出たこと。母は３ケ月間病院で話をしていなかったので、退院後も声が出なかった。最初のセッションで『瀬戸の花嫁』を歌った際、掠れていたが声が出た（参加者家族 / 在宅・個人）
- 若い人と普段交流がないので楽しかった。昔の歌を歌ったときに、パッと何十年も前の昔に帰れた。歌はすごい。愛染かつらの歌はものすごく流行っていて、自分も耳にしていた。家の周りのことを思い出した（参加者 / 在宅・個人）
- リモートが初めてだった。認知症の利用者様が画面越しのFTとどうやりとりするのかと思っていたが、その場にいるように関係なく、違和感なくやりとりができた。逆に職員がお声がけする以上に反応がよかった。（職員 / 施設・グループ）

体や心を動かす機会を増やし活力の向上を図ること、
それらを介護職員や家族と一緒に担うことに寄与できた

© 2021 Lirymusica Inc.

実際にプログラム実施中の
動画をご紹介します

© 2021 Lirymusica Inc.

1. リリムジカについて

2. コロナ禍の課題

3. 実施内容

4. 結果

5. 考察

© 2021 Lirymusica Inc.

なぜ今回のような結果となったか？

もともと音楽プログラムが要介護者の役に立つことは対面での経験をもって実感していた。オンラインでどこまでその良さを感じられるか懸念していたが、その壁は乗り越えられたと考える。理由としては

①対面と近い形を実現することができた

・一方的な配信コンテンツではなく、Zoom双方向のコミュニケーションを前提としたリアルタイムでのプログラムとして行った

・職員や家族と協力しあい、一緒に参加型の場をつくることができた

②対面にない付加価値も見出せた

・オンライン面会の難しさが語られる中、個人プログラムに遠方のご家族が参加され、面会を兼ねる形が実現できた

・Zoomを使って行うことを「時代の最先端」と喜ばれる方がいた

© 2021 Lirymusica Inc.

今後の課題

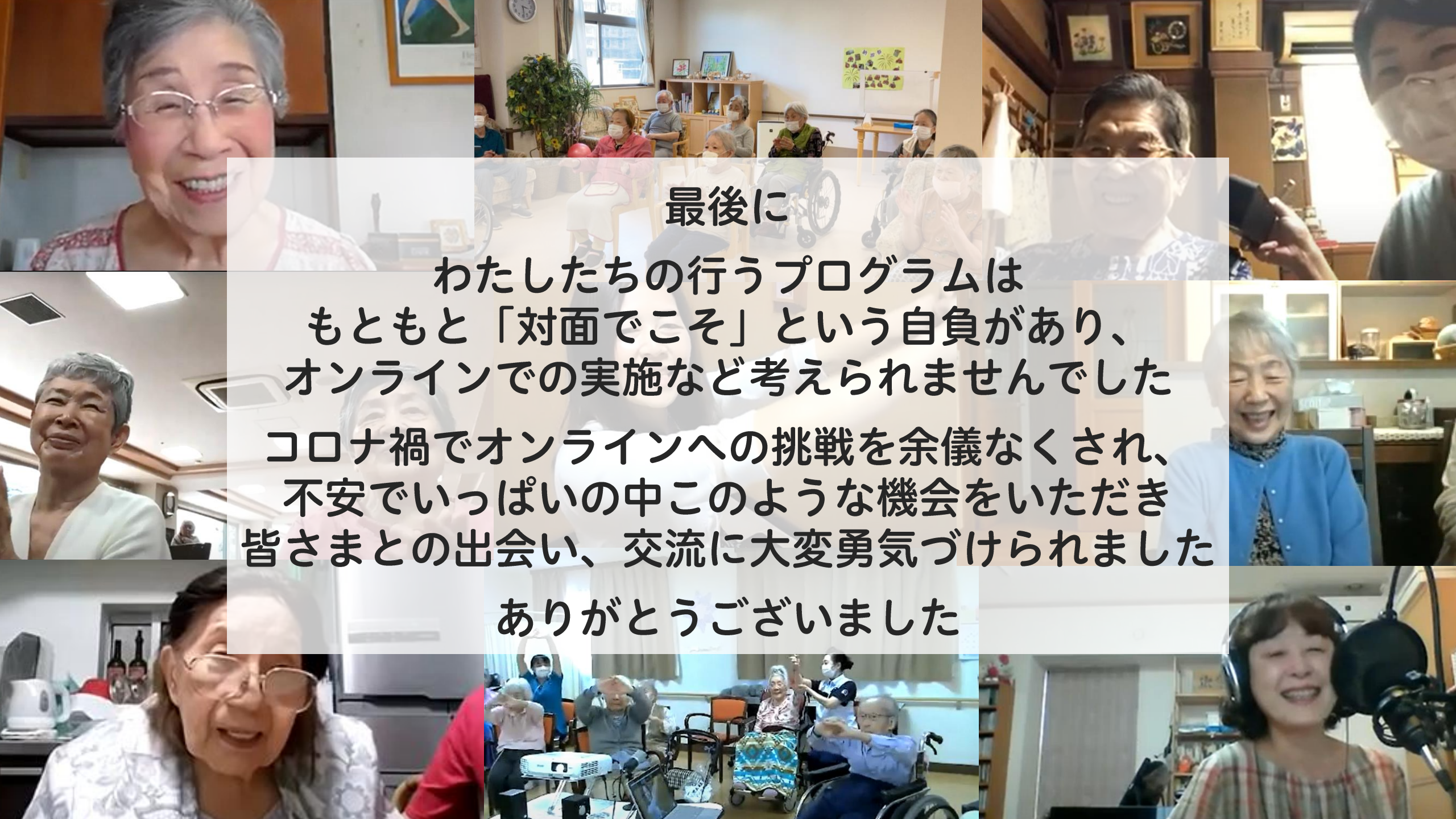
在宅の方に届きにくい

→ 訪問介護事業所やケアマネジャー、介護保険外サービス提供者等と連携して、サービス周知やZoomのセッティング補助の可能性を検討

効果測定が難しい（オンラインに限らず）

→ 認知症進行予防に関するエビデンスとしては、音楽やその他特定の行為が突出して効果的というものは存在せず、長年の知見と照らし合わせると音楽そのものよりコミュニケーションの方に大きな要素がある。これをどう可視化・体系化していくか

© 2021 Lirymusica Inc.



最後に

わたしたちの行うプログラムは
もともと「対面でこそ」という自負があり、
オンラインでの実施など考えられませんでした

コロナ禍でオンラインへの挑戦を余儀なくされ、
不安でいっぱいの中このような機会をいただき
皆さまとの出会い、交流に大変勇気づけられました

ありがとうございました