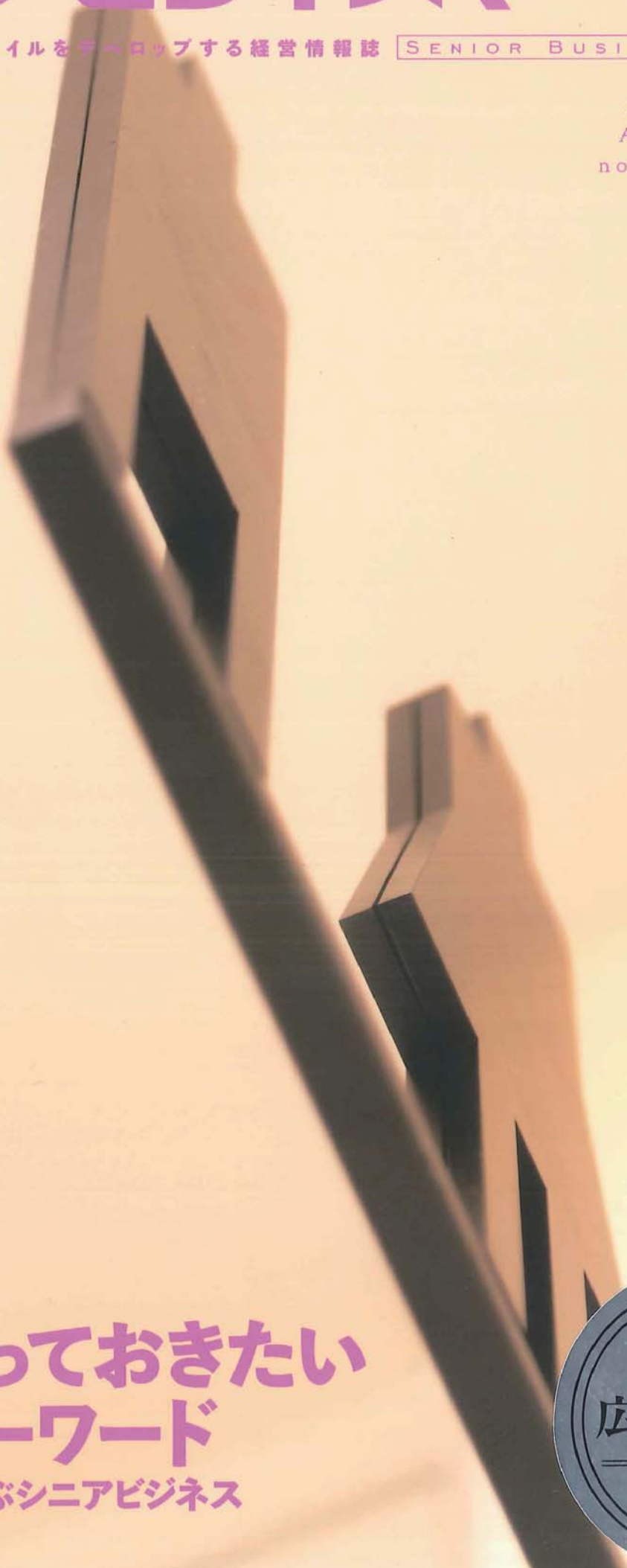
月刊シニアビジネスマーケット

超高齢社会のライフスタイルをデベロップする経営情報誌

SENIOR BUSINESS MARKET

2015
April
no.129
04



［特集］

いま、知っておきたい30のキーワード

——基礎から学ぶシニアビジネス

貴社
広告掲載誌
綜合ユニコム

［対談］

高齢者の暮らしに「音」の果たす役割と可能性
最新音響技術「ソニフィー」の導入でサ高住はどう変わるか

今日、医療・介護の現場においては、音楽を使った療法の可能性が示唆され、さまざまな研究、実践が進んでいる。その先駆者であるサウンド・スペース・コンポーザーの井出祐昭氏と、同氏の開発した最新音響システムを自らのサ高住に導入した㈱シルバーウッド下河原忠道氏に、高齢者住宅における「音」の重要性と可能性について語っていただく。

井出 音 研究所 所長
井出 祐昭氏
Ide Hiroaki

㈱シルバーウッド 代表取締役
下河原 忠道氏
Shimogawara tadamichi

音楽療法との出合いから、「ソニフィー」誕生まで

井出●私と音楽療法との出会いはいまから約30年前、日本における音楽療法の先駆者で第一人者であった故赤星建彦先生が主宰する研修に参加したのがきっかけです。東京郊外の特別養護老人ホームの入居者20人ほどがバンドを組み、ピアニカや太鼓などを演奏しながら歌う場面に立ち会ったのです。まず、曲の演奏の前に、全員でドレミの音階を演奏しながら歌ったのですが、あまりにも純粋でそれを聴くだけで感極まって涙を流してしまいました。そして、そのみなさんが一番輝いていたころの曲を演奏されたのですが、その生き生きとした表情に心打たれました。

対照的に、これに参加していない入居者はみな無表情で、その落差に強烈なインパクトを受けました。当時私はヤマハで音のデザインの仕事を手掛けていましたが、この体験が「いつか音と医療や健康をつなぐ仕事をしたい」と強く思うきっかけとなったのです。

その後独立し、JR・新宿駅ホームのサイン音づくりなどの仕事をするなかで、独自の「立体音響システム」を開発しました。あるとき、米国の電話会社最大手AT&Tの協力などを得て、米国内でこのシステムの効果を検証する機会に恵まれました。そのなかで製薬メーカー・ロシュ社に勤めていた音響スタッフの父親から「このシステムをがん治療に役立ててみないか」という話をいただき、米国でも最先端医療を行なう「MDアンダーソンがんセンター」（MDA、テキサス州）で化学療法室と放射線治療室に導入し3年間にわたる臨床研究を行ないました。その結果、がん治療に伴う患者の苦痛軽減効果が立証されたのです。

音を聴くことで、苦痛がなぜ軽減するのか。その答えは、「イマジネーション」（想像）にありました。ある音空間が自分の最も輝いていた過去の記憶を呼び起こしたり、まだ見ぬ美しい景色などを想像させたり、つまりイマジネーションを喚起させることで、苦痛が軽減することがわかったのです。

研究に参加したMDAの医師たちか

医療・福祉における心身のケアの促進を目指して開発された「ソニフィー」。iPodでアイコンをタップして希望のプログラムを選ぶ

らはサウンドシャワーによるイマジネーション効果に加え、疼痛対策につながる「ディストラクション（気そらし）効果」もあるとの評価をいただき、米国ａｂｃやＮＢＣなど巨大ネットワークのニュース番組にも取り上げられました。

ただ日本国内ではなかなか門戸が開かれませんでした。しかし２０１２年に、免疫細胞療法の第一人者・阿部博幸医師が関心を示し、「アベ・腫瘍内科・クリニック」（東京都千代田区）に国内第1号が導入され、次いで「佐賀県医療センター好生館」（佐賀市）にも導入されるに至りました。

また、ちょうど同時期、理化学研究所（理研）との共同研究により、体内の分子の音楽化にも取り組みました。「アポトーシス」という細胞の死と生に関わる分子の動きを理研が計算し、そのデータを音階に変換した曲を音楽家に演奏してもらったものを病院内で流したところ、不安感や恐怖感を軽減し、気分をすっきりさせる（浄化）効果があると好評をいただいています。

こうして培った実績をもとに開発したのが、医療・福祉分野における心身のケアの促進を目的とする統合型音楽ソフト「ソニフィー（soniphy®）」です。ソニフィーのなかには１５９曲のプログラムが組み込まれています。「イマジネーションシアター」（イメージの旅）と名づけられたプログラムは、30分の音のストーリーにゆったり浸るうちに、個々の記憶のストーリーが自然に展開され、深いリラックス効果や感動が得られるというものです。これはその場に居ながらにしてさまざまな場所、世界や記憶にイメージの旅ができる、時空間移動型のコンテンツです。

たとえばプログラムの1つ、「ベイビーバスミュージック」には、入浴時にイマジネーションを喚起し、露天風呂に入っているような気分にしてくれる「露天風呂・森」「露天風呂・海」といったシーンごとのプログラムもあります。また、リラックス環境をつくるだけでなくアクティブにも使えるものとして、第一線で活躍する振付師・香瑠鼓プロデュースによる「フィンガーアート」では、音楽とともに手指の運動により脳を刺激したり、音楽リズムトレーニング「ウラノリ」では、リズムに乗って高齢者でも簡単に体操ができます。

井出裕昭（いで・ひろあき）
ヤマハ㈱チーフプロデューサーを経て、2010年に井出 音 研究所を設立。音に関する最先端技術を駆使し、音楽制作、音響デザイン、音場創生を総合的にプロデュースすることで多様なエネルギー空間を創り出す『サウンド・スペース・コンポーズ』の新分野を確立。立体音響や発音方式等で特許を取得。主な音響作品に、新宿・渋谷駅の発車ベル、愛知万博、上海万博、表参道ヒルズ、東京銀座資生堂ビル、立川シネマシティ、MEGASTAR プラネタリウム、など。また、音楽療法の分野として、アメリカ最大のがんセンター M.D. Anderson Cancer Center にて臨床実験を実施。テレビ出演として、『世の中面白研究所』（NHK）、『クリエーターズ・File』（NHK）、『幸福音』（WOWOW）他。著書に『見えないデザイン～サウンド・スペース・コンポーザーの仕事』（ヤマハミュージックメディア）他。

音のある空間の実現によって入居者もスタッフも癒される

下河原●私は4年前に、異業種から現在の高齢者住宅業界に入りました。参入に際しては、さまざまな医療施設や高齢者施設を見てまわりましたが、その入居者の方は、無機質な空間のなか、机の前でただテレビを見て時間を過ごしている、そんなシーンを多く目にし、残念だなと思いました。そこで「高齢者住宅にはもっと豊かな『音』がほしい」と考えました。テレビの音は「音」ではなく、私にとっては耳障りな雑音なのです。

ちょうどそのころ、東北大学加齢医学研究所と当社で音楽療法を兼ねた認知症予防プログラムの開発をはじめており、その担当者にそんな話をしたのがきっかけで、音の専門家である井出さんと出会うことになったのです。

井出●そうでしたね。一昨年、私の母が静岡のとあるサービス付き高齢者向け住宅（サ高住）に入居したのですが、そのとき感じたことが2つありました。1つは施設全体を包む雰囲気感をなんとかしたいと。こうした施設には心地よさとか和やかな雰囲気が必要だろうと思いました。もう1つは、エンターテインメント感。親は入浴をとても楽しみにしていたので、小さいスピーカーを買ってきて、音で露天風呂感を出したらとても喜んでいました。そんな話を下河原さんにしたのです。

下河原●そのお話を聞いて、「これ

だ！」と。実際にお風呂でその音を試してみると、めっちゃ気持ちいい（笑）。

そもそも私は高齢者住宅の役割とは、入居の方の「自己決定の支援」ではないかと思うのです。みなさん、遠慮のかたまりになってしまって萎縮されている、自己決定してはいけないのだという気持ちにさせてしまっているのはわれわれなのです。もっと楽しんでいただきたいのですが。そこで音を使って自由にイマジネーションしてもらうことが、自発的に物事を考えるトレーニングになるのではないか、それが入居者の方にとって、心の開放につながるのではないか――そのような経緯から、弊社の「銀木犀〈薬園台〉」（注1）にソニフィーを導入させていただくことになったわけです。

井出●下河原さんの手掛けるスチールパネル工法（注2）は、そのモノコック構造による遮音特性などから、音との相性は非常によいと思います。

下河原●ありがとうございます。薬園台では現在、建物内外15カ所にソニフィーを設置しており、つねに音が流れています。食堂ではアポトーシスの軽快な音楽を流したり、こたつの間では人情味のある音楽を流したり。井出さんは「空気をつくる」という表現をされるのですが、それぞれの空間で音楽を変えることで、異なる空気感を味わってもらえていると思います。

下河原忠道（しもがわら・ただみち）
1971年東京都生まれ。92年より父親が経営する鉄鋼会社に勤務、薄鋼板による建築工法開発のため、98年に単身渡米。「スチールフレーミング工法」をロサンゼルスのOrange Coast Collegeで学び、帰国後2000年に㈱シルバーウッドを設立。「スチールパネル工法」を開発し特許を取得、国土交通省より大臣認定を受け、耐震性に優れた住宅・店舗等の設計・施工を行なう。05年に初めて高齢者向け住宅工事を受注後、11年7月にサ高住「銀木犀＜鎌ヶ谷＞」を開設。介護予防を中心に看取り援助まで行なう終の住処づくりを目指し、「生活の場」としてのサ高住開発を追求する。主な著書に『点滴はもういらない』（共著／ヒポ・サイエンス出版）がある。一般財団法人サービス付き高齢者向け住宅協会理事。

入居者さんだけでなく、ここで働く職員からも「すごく心地いい」「気分がいい」「働いていて楽しい」という感想が聞こえてきます。施設ではなく家らしさに配慮した建築による効果とともに、音の効果も見逃せないと思います。

井出●医療・介護現場の医療従事者や介護職の方々の働きぶりを見ていると、入居者の方々を癒すのはもちろんですが、癒す人を癒すことの大切さも痛感しますね。たとえばヘルパーさんが勤務を終えたあと、自宅に帰る前に、ソニフィーを使って10分間、精神的にリフレッシュしていただくとか、仮眠室でソニフィーを使用していただくのもいいと思います。

下河原●そうですね。私どもの施設では、入居者の方とご家族とで「自分史ノート」をつくっているのですが、「どこで生まれたの？」「初恋の人は？」などと質問する際にソニフィーによる音があると、スムーズに話が引き出せるという効果も実感しています。

井出●体内の分子の音、おしゃれな音などのほか、「人情味」のある音のプログラムも用意していますが、自分史ノートづくりにはこれが合うようですね。

ソニフィーとプラネタリウムの投影機が設置された建物内の共用スペース

サービス付き高齢者向け住宅「銀木犀＜薬園台＞」（千葉県船橋市）

下河原●そのとおりで、まるでおばあちゃんの自分史映画を見ているみたいです。こういうところにも音の効果ってあるのですね。

井出●はい。このようにソニフィーをさまざまな場面でより活用していただくために、現在ネットから音源をストリーミングできる体制も整えました。iPodと小さなスピーカー、LAN環境さえ整えれば、あらゆる施設で享受できるようになります。医師と共同開発したプログラムの配信なども計画中で、これをネットで流せば、どこでもだれでも手軽にプログラムを体験できます。

下河原●なるほど。銀木犀でもヨガプログラムを大画面に映し出して、それを入居者が見よう見まねで行なうなんてこともやっていますが、施設でいま一番問題なのが人件費なのです。こうしたストリーミングを使えれば、人的コストを抑えながら、さまざまなプログラムを享受できるようになりますね。

終末期や看取りにも音楽を 新たな付加価値で入居促進も

井出●私がソニフィーを採り入れたいシーンの1つに、「看取り」があります。看取りに関しては「クオリティ・オブ・デス」（QOD）という言葉があるように、救急車で病院に搬送されるよりも、最期は自分の慣れ親しんだ場で、近しい人たちに見守られながら逝きたいと望む入居者の方は多いと思います。遺される家族にとっても同じです。本来、音楽の起源の1つには宗教性がある。そうした場面でこそソニフィーの効果が発揮できるのではと思います。

銀木犀では看取りまで実践していると聞き、感動しました。こうした場面で音楽の役割を感じることはありますか。

下河原●私どもでは、お別れ会をするときには必ず音楽を流しています。あるお別れ会の席で、オペラ歌手の娘さんが、亡くなられたお母様の希望により、生の歌を入居者さんにもお聴かせいただいたというエピソードもあります。やはり人の終末期や看取りと音、音楽は相性がよいと感じています。

また、遠くに出かけることのできなくなった高齢者のお部屋にソニフィーを持ち込み、プロジェクターで部屋一面に映像を映し出しながらバーチャルに「旅」を体感してもらうという趣向も考えてみたいです。

音は色彩とも密接に関係していますよね。銀木犀では、イマジネーションシアターを使って音を楽しむと同時に、壁の色や照明などにも配慮した専用の共用部を設けていきたいと思います。「ちょっとそこへ行って旅してきます」みたいな感覚で楽しめるような。

井出●いいですね。いま医療の現場では、薬のみでは治しにくい課題としてせん妄と疼痛があります。これに対しては、身体に優しく触れることが安心感を生み、軽減効果につながるそうです。でも、親子でも親の身体にいきなり触れるというのはためらわれるようなとき、指と指を触れ合う手指運動「フィンガーアート」なら自然にできますよね。また、原因不明の疼痛などにイマジネーションシアターを試みてはどうかという声が医療側からもあがっています。

下河原●なるほど、いろいろな使い方の可能性が秘められているわけですね。銀木犀でも入居者の方々がお互いにコミュニケーションして楽しめることとは何なのか、その答えをソニフィーが導き出してくれるような気がします。

音のある空間がそこに暮らす人を癒す、また癒す人も癒される――そうした新たな付加価値が生まれることで、他ホームとの差別化や入居促進、さらには人材の確保にまでつながっていくものと確信して、今後もソニフィーを活用していきたいと考えています。

注1：千葉県船橋市に昨年9月開設されたサービス付き高齢者向け住宅。地上3階建て・全52戸。デザイン・施工とともに運営も手掛ける㈱シルバーウッドにとって、3棟めのサ高住。

注2：薄板軽量形鋼造。板厚1・0～2・2㎜の形鋼材を角型やC型に成形、それらを外壁、床、屋根などの主要構造材としてパネル化し、強靭なビスやボルト、ジョイント金物で一体化させた大型パネル構造のこと。構造体全体で荷重を受け止める「モノコック構造」のため、外力を建物全体にバランスよく分散し、優れた耐震性を発揮。また鉄筋コンクリート造に比べてローコスト建築を実現するのも特徴。