

「つながりを生む文化芸術」 ～認知症、パーキンソン病と演劇・ダンス～

芸術文化観光専門職大学 古賀弥生

【もくじ】

1. 講師自己紹介～高齢者と演劇・ダンスに関する活動の事例紹介
2. 兵庫県・但馬地域での展開
「豊岡でパーキンソン病と暮らす方の交流会」
3. 文化芸術活動の効果(研究成果)
4. 文化(芸術)的処方について

1. 講師自己紹介～高齢者と演劇・ダンスに関する活動の事例紹介

アートサポートふくおかの活動について

ミッション: 誰もが芸術文化を身近に楽しめる
環境づくり

性格 : 芸術文化のつくり手と受け手と支え手の
間をつなぐ中間支援組織



アートサポートふくおか

Art Support Fukuoka

アートサポートふくおかの目標

★アートで人とまちをしあわせに★

アートサポートふくおかは
アートをサポート
アートで人生をサポート
アートで社会をサポート
します

事業の例

- * 高齢者施設での芸術体験ワークショップの実施(演劇)
- * 高齢者施設での芸術体験ワークショップの実施(ダンス)
- * 認知症カフェでの芸術体験ワークショップの実践と成果検証

〈認知症カフェの現場で起こったこと〉

●このプログラムでは、一緒に行く簡単な手遊び(リラクゼーション)に始まり、スカーフの手触りで感覚的な刺激を提供し(ティマレーション)、徐々に想像力を働かせる活動へといざなっている。続いて行われたぬいぐるみを用いた活動では、ごっこ遊び(遊び)から擬人化したぬいぐるみ同士の関係性や交わされる会話を創作すること(創造的行為)へとつながっている。

●「春の訪れ」というキーワードから、これまでに経験した場面の記憶が掘り起こされ、それを語るとファシリテーターや周囲の人々が傾聴し、さらに自分が発した言葉を丁寧に組み込んだ「作品」が創作されることで、「かけがえのない存在」として肯定される感覚を得る(認める)ことができている。

事業の例

* パーキンソン病の方のダンス活動(PDダンス)のサポート と成果検証

〈PDダンスの現場で起こったこと〉

リハビリテーションという言葉は、失われた機能の回復や、それ以上機能が低下しないように行う運動療法だけでなく、リハビリを行う人が地域や社会、その人が生きる環境の中でその人らしく生きていくことを目指すものと理解できる。

(中略)このような位置づけのもとでダンス活動も実施されており、ダンスが他者との交流に喜びを感じ、生き生きと暮らす、人として当たり前前の姿を取り戻す場、つまりリハビリテーションの本来の意味を実現する場になっているといえるのではないか。

このことは、入居者Cさんの様子を見て、娘のHさんが語った言葉を想起させる。「(母が発する言葉は)いつもイタイとか、きつい、しか聞かないです。(ダンスの活動では)笑ってるのがすごい。昔と比べてしまって、あ、これできてたのになーと(思ってしまう)…。ここは昔の、できる母が見える」(中略)ダンスは参加者を「病気のためにできないことがある人」ではない、当たり前前の存在に戻している。

出典: 古賀弥生「パーキンソン病患者のダンス活動に関するエピソード記述による分析」
アートミーツケア学会オンラインジャーナル『アートミーツケア』第12号(2021)

2. 兵庫県・但馬地域での展開

「豊岡でパーキンソン病と暮らす方の交流会」

PDダンスin豊岡 & おどりんさるカフェ

ダンスで心と身体をほぐし、カフェでおしゃべり

豊岡でパーキンソン病と暮らす方の交流会

参加者募集!
無料

対象▶パーキンソン病の方
▶付き添いのご家族、介護者の方の参加OK

定員▶各回10組(20名)程度
▶おひとりでの参加も可能です。

おどりんさるカフェ

舞臺も演劇で楽しく身体をほぐしたら、お茶を飲みながら演劇のことや生活のことを話し合う、ゆるやかな交流会です。「ダンスはみんなのもの」をコンセプトに豊岡で幅広くダンスを振っている『ダンストーク(DanStoK)』のメンバーがおやつをご用意してお待ちしています。

日程 2024年7月25日(水)
2025年1月30日(水)

時間 14:00~15:30(受付開始13:45)

会場 兵庫県豊岡市立総合体育館3階多目的ホール(豊岡市豊岡7-31)

内容
からだほぐし(30分)
休憩(15分)
カフェタイム(45分)

ファシリテーター
千代子の子、南まき里、井上雄介

主催 一般社団法人ダンストーク
協力 豊岡文化観光専門学校・言語研究部、豊岡舞臺芸術事務所(保護者)、一般社団法人「わかダンス」協賛、公益財団法人神戸文芸交流基金

神戸文化支援基金 DANStoK

PDダンスin豊岡

11月15日は国際パーキンソン病の日です(国際パーキンソン病の日)。

日程 2024年9月20日(金)
2024年11月15日(土)
2025年3月号予定

時間 14:00~15:45(受付開始13:45)

会場 豊岡文化観光専門学校大学(豊岡市山崎7-52)

内容
PDダンスの体験(40分)
休憩(15分)
おしゃべりタイム(30分)

PDダンスファシリテーター
マニシア

PDダンス体験
難しい字や椅子に座ったままでもできるダンス。PDとはパーキンソン病のことです。アメリカで始まった「Dance for PD」の発展を中心として豊岡では豊岡からPDダンスが全国に広がっておりつづきます。五感や想像力を使うから身体を動かすことで心もほぐれる効果があります。豊岡のPDダンス体験がオンラインでもなると一層広がります。11月15日の日曜日は

おしゃべりタイム
パーキンソン病の方同士、病状との付き合い方などを話し合い、仲間をつくりましょう。ご家族や介護者の方のテーブルも設けます。

主催 一般社団法人「わかダンス」
協力 豊岡文化観光専門学校大学・言語研究部、豊岡舞臺芸術事務所(保護者)、一般社団法人ダンストーク

下記の情報をメールかお電話にてお知らせください。

- 1)参加を希望する日
- 2)参加者のお名前・年齢
- 3)電話番号(メールアドレスもご住所) ※お申し込みの際はご住所を記載してください。お申し込みが電話にてお問い合わせください。

【お申込み・お問合せ】
一般社団法人ダンストーク(窓口)千代・雄介
メール info@danstok.com
電話 085-5721-5520

主催 文化庁、一般社団法人わかダンス
令和6年度障害者等による文化芸術活動推進事業「PDダンス」の普及事業

わかダンス **文化庁**
Kansai Cultural Alliance, Department of Arts

3. 文化芸術活動の効果（研究成果）

文化芸術の価値に関する研究の紹介

Geoffrey Crossick & Patrycja Kaszynska 著
中村美亜 訳『芸術文化の価値とは何か
— 個人や社会にもたらす変化とその評価』
（水曜社、2022年）



英国の芸術・人文学研究会議〈文化的価値プロジェクト〉（2012～2016年）が72の研究課題、ワークショップ等をもとに、芸術文化活動への関与が個人や社会にもたらす価値、そのエビデンスを提供する評価方法についてまとめた成果報告書。

『芸術文化の価値とは何か—個人や社会にもたらす変化とその評価』

* 病気そのものの治療に直結しなくても周辺症状の緩和など**QOL向上**につながる。

* ただし、研究方法、評価方法はまだ発展の途上であり、今後の展開が待たれる。

事例:

イングリッシュ・ナショナル・バレエの「パーキンソン病のためのダンスプログラム」では、対照群との比較研究で姿勢が安定する可能性を除けば有意な改善効果は見られなかった。しかし、踊った本人も彼らを見ていた人も正規の測定では示されない流暢さ、バランス、足取りなどについて改善効果があったと認識していた。

「パーキンソン病患者がダンスをすることで得られる主な効果は、**精神活動と感情的・社会的な健康、幸福感**にある。認知機能、心理的健康、人間関係、参加者どうしの交流など、運動以外の活動を調査した尺度やフォーカスグループからは、ダンス・プログラムが参加者を非常に強かにサポートしていることが示された」

『芸術文化の価値とは何か—個人や社会にもたらす変化とその評価』

—文化芸術と認知症—

・ベアリング財団の参加型アートプロジェクトが高齢者に与えるインパクトに関する体系的レビューとメタ分析で取り上げられた研究では、音楽と歌が約半分、ダンスと並んで一般的な活動であった。その効果は心の健康や幸福感、からだの健康、家族内外の人への関わり、さらには社会での高齢化に対する態度などにも改善が見られたとしている。

・参加型アートプロジェクトは、認知症の人の人生にさまざまな方法でポジティブな貢献をすることができる。例えばコミュニケーションの支援、残っている創造力への働きかけ、新しい学習の促進、認知機能の向上、自信・自尊心・社会参加の促進、自由の感覚の獲得などの効果だ。

文化芸術と認知症

★演劇情動療法(仙台富沢病院)

(出典:NPO法人日本演劇情動療法協会HP)



健常者の知能は認知機能(IQ)と情動機能(EQ)に分けられる。認知機能は仕事を円滑に進めるための知識であり生活の道具である。情動機能は人の痛みがわかるなど社会生活を円滑に進めるための知能である。

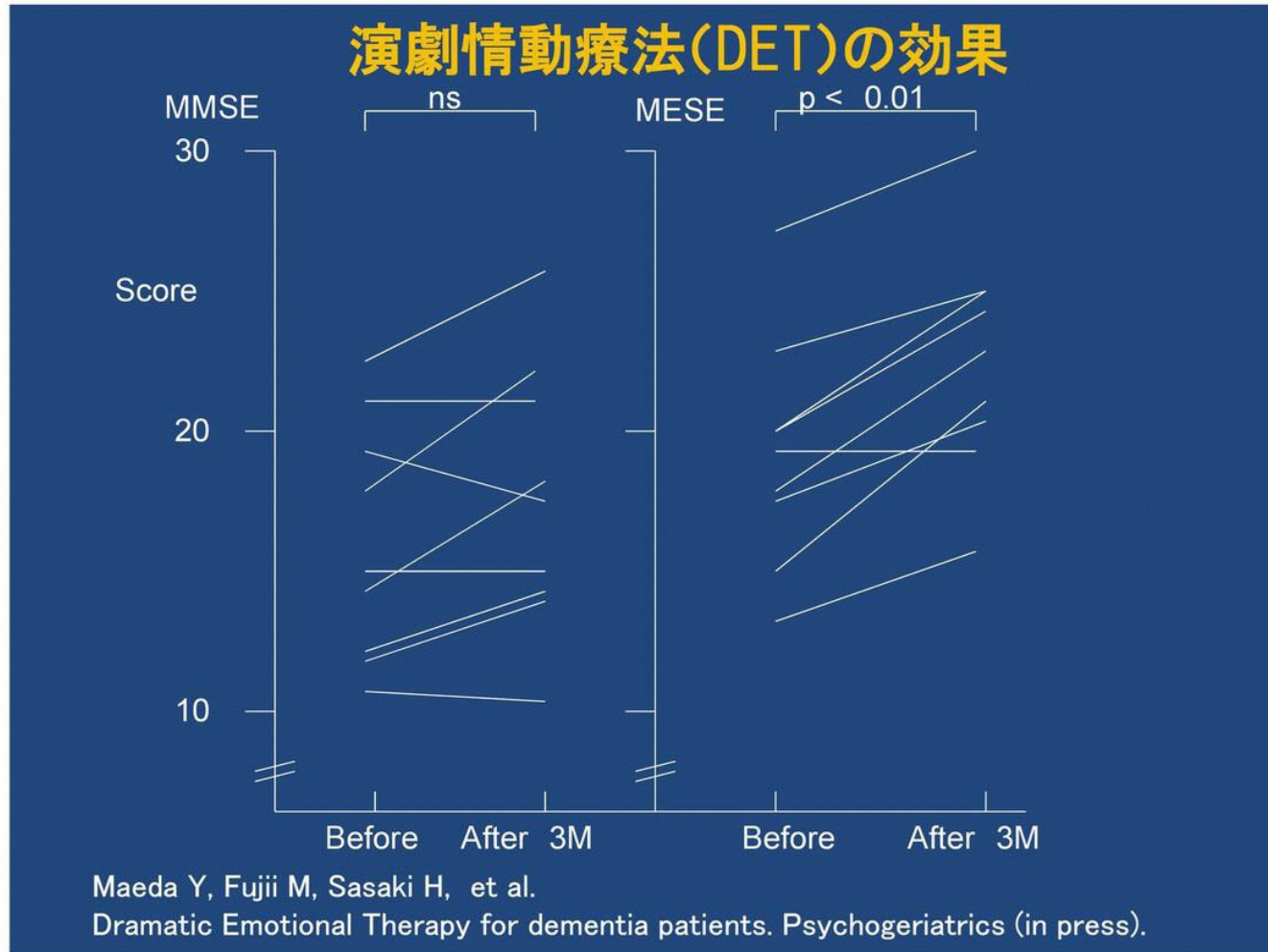
認知症では認知機能が低下しているが、怒り泣く、喜ぶなどの情動機能は比較的保たれている。認知症患者さんはこれから難しい仕事をするこもないので認知機能より情動機能が保たれていることが社会生活を円滑に進めるために必要と考えられる。

演劇情動療法は保たれている情動機能に良い刺激を繰り返すことにより、情動機能の低下を予防し社会生活をできるだけ長く送っていただくようにする方法である。認知症演劇療法により認知症患者さんが感動し泣いたりすることで、ストレスが癒されやる気が出てくる。場合によっては認知機能の改善もみられる。

単に喜ぶより感動して泣くという情動を最大限に刺激する方法が認知症演劇療法である。

文化芸術と認知症

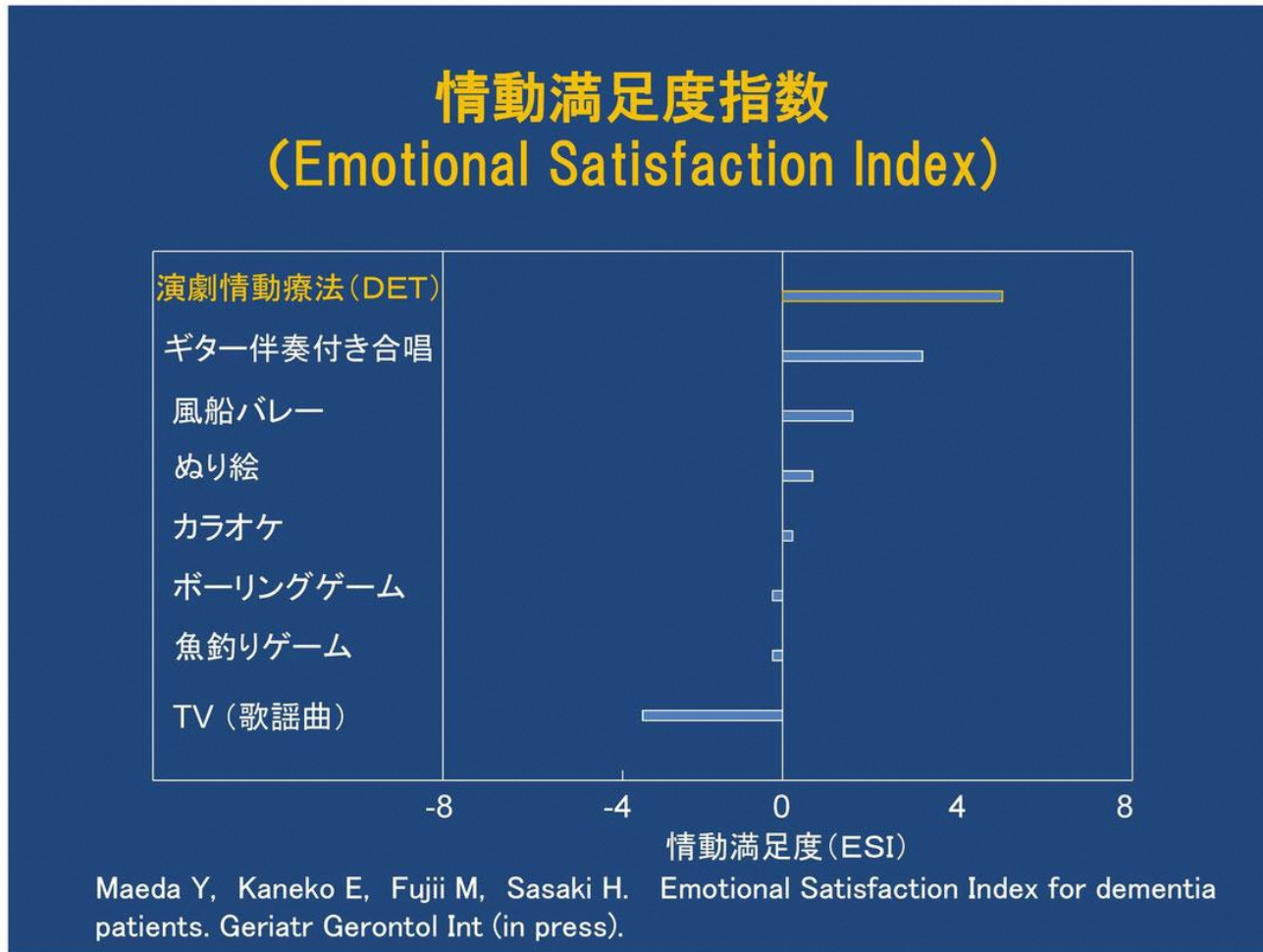
★演劇情動療法(仙台富沢病院)(出典:NPO法人日本演劇情動療法協会 公式HP)



演劇情動療法を3ヶ月間受けた認知症患者の変化。演劇情動療法により認知機能(MMSE)は不変であったが情動機能(MESE)は改善した。

文化芸術と認知症

★演劇情動療法(仙台富沢病院)(出典:NPO法人日本演劇情動療法協会 公式HP)



情動満足度指数 (ESI) はプログラムによりばらつきがある。最もESI値が高いのが演劇情動療法である。

4. 文化(芸術)的処方について

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟(英国)/
日本語版監修: 国立アトリサーチセンター(NCAR)

「クリエイティブ・ヘルス: 健康とウェルビーイングに寄与する
芸術活動(要約版)」日本語版(2023)

- ・ **芸術的処方**: 社会的処方の一環として、心身の苦痛を抱える人々が、地域社会の芸術活動(美術館、博物館、図書館を含む)に関わるよう促す、もしくは、自らの意志で参加する取り組みのこと。
- ・ 芸術的処方により、個人のGP(かかりつけ医)の受診回数が37%減り、入院数が27%減少した。これにより、患者ひとりあたり216ポンド(約4万5千円)の節約となる。
- ・ 芸術的処方への投資額1ポンドあたり、4~11ポンドの社会的効果が算出される。

(1ポンド=約206円として換算)



文化(芸術)的処方例

博物館浴

- ・多くの作品が設置されている博物館の空間を周回することによって、入浴や森林浴に似た癒しやストレス解消の効果を得られることを指す考え方。
- ・九州産業大学美術館(福岡)や美濃加茂市民ミュージアム(岐阜)など、いくつかの博物館で、展示鑑賞の前後に血圧や心拍数などの生理測定と、心理テストによる心理測定を行うことによって、博物館浴の効果を立証するデータの採取を進めており、怒り、抑うつ、緊張など、ネガティブな状況を示す数値が下がる一方で、ポジティブな「活気」の数値が上昇するなどの効果が確認されている。

文化(芸術)的処方例

認知症患者とその介護者を対象に、美術館での作品鑑賞やワークショップなどの社会参加の機会を提供する取り組み。

- ・東京都美術館＋東京藝術大学「Creative Aging ずっとび」
- ・一般社団法人アーツアライヴ「アートリップ～対話型アート鑑賞～」

文化芸術でつながりを生む活動を養父市でも
展開できないか、一緒に考えてまいりましょう！

ご清聴ありがとうございました！