

音楽療法のご案内

音楽療法とは

音楽は、人の心や身体健康、人との関係づくり、また物事への気づきに働きかける作用があります。

音楽療法は、その音楽の人との関わりから生まれる作用を用いた療法で、音楽療法を受ける方を多面的に支援します。また言葉を使った治療が難しい方にも有効な療法となります。

※音楽療法は、専門の養成機関で学び、資格を取得した音楽療法士によって実施されます。

【音楽療法の目的】

- 痛みの緩和
- 認知症の症状の緩和
- 生活の質の向上、心のケア
- 健康維持、介護予防
- 病気や事故後のリハビリテーション

(日本音楽療法学会ホームページより抜粋)



実施曜日：平日（月～金）

実施時間帯：応相談

ご質問やセッションのご依頼など
お気軽にお問合せ下さい

MUSICAID合同会社

MUSICAID.FOR.ALL@GMAIL.COM

代表音楽療法士のご紹介



さんどう ひかり

三道ひかり

認定音楽療法士

音楽療法修士・保健学博士

MusicAid合同会社代表社員

3歳よりピアノ、16歳より声楽を学ぶ。
洗足学園音楽大学、米国ニューヨーク大学
大学院で音楽療法を学ぶ。大学院在学中に
現地ニューヨークのMJHSホスピスにて1年
間緩和ケア音楽療法の研修/実践を積む。
帰国後、済生会神奈川県病院緩和ケア病棟
にて約6年間臨床を行い累計700件以上の経
験を積む。
東京大学医学系研究科国際保健学博士課程
修了後、国内の音楽療法の実践普及を目的
にMusicAid(同)を設立し現在。

第22回日本クラシック音楽コンクール声楽
部門入選、ニューヨーク大学合唱団元ソリ
スト



個別音楽療法でできること

活動量が少ない状態でも 豊かな時間を過ごす

音楽療法は、身体的な活動が難しい方でも
豊かな時間を過ごす手助けをします。
音楽が持つ多様な感情刺激や季節感を通じ
て、外出が難しくても、音の世界から充実
した時間を味わうことができます。

演奏を聴きながら思い出を回想する

音楽は長期記憶を呼び覚まし、懐かしい記
憶を思い出すきっかけとなります。
ご本人が馴染みのある楽曲を歌い、聴くこ
とで、自己らしさを感じ、自分自身の歴史
に触れる大切な時間を作ります。

日常生活にメリハリをつくる

施設での生活は単調になりがちですが、音
楽療法によって気分を切り替え、時間の流
れを感じることができます。
音楽の持つ即時的な影響により、気分転換
や時間的感覚の再発見をサポートします。



音楽療法プログラム例

弾き語りによる音楽コンサート

音楽療法士がベッドサイドでご本人の馴
染みのある曲を弾き語りします。たとえ
ご本人が傾眠状態であっても、聴覚は最
後まで働く感覚です。療法士はご本人の
呼吸に合わせて演奏を行い、安らかな時
間を提供します。

感情発散を目的とした歌唱

声を出して歌うことは、気持ちの切り替
えや抑うつ状態の緩和に役立ちます。
日常的に表現しにくい感情も、音楽の力
を通じて自然に発散し、心のバランスを
整えることができます。

ご家族との音楽療法

家族と一緒に音楽を楽しむことで、絆
を深める時間をご提案します。ご家族
にとって馴染みのある曲を通じて、普
段伝えられなかった想いを音楽で表現
し、家族間のコミュニケーションを促
進します。