

音楽療法に関する文献の検討

福田博美¹⁾、七條めぐみ²⁾、神谷舞³⁾、小川真由子⁴⁾
高木久美子⁵⁾、松橋俊太⁶⁾、武本京子⁷⁾

【要約】音楽療法に関する文献検討は多く出されているが、国内の論文について経年的に数量を含めて検討された論文は見受けられない。本研究では、音楽療法についてどのような内容が経年的に語られているかCiNiiの文献タイトルから数量的に検討し、日本においては1955年に紹介された文献がCiNii上で確認され、かなり早くに医療・福祉領域で着目されていた。さらに、2000年以降論文数は100件を超えほぼ維持してきていた。そして近年の傾向を2000年以降の論文から質的に確認し、EBMに基づく音楽療法に向けての量的研究と「演繹的・機能的」研究との相互補完となる研究の必要性が指摘されていた。今後は音楽の生態への影響を含め、さらなる研究の発展が期待された。

キーワード：音楽療法、文献、経年変化、医療福祉、音楽療法士

I はじめに

日本音楽療法学会において音楽療法の定義は「音楽のもつ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」としている。¹⁾音楽療法に関する文献検討は多く出されているが、国内の論文について経年的に数量を含めて検討された論文は見受けられない。本研究では、音楽療法についてどのような内容が経年的に語られているか数量的に検討し、近年の傾向を論文から質的に確認する。

II 方法

1) 研究1 音楽療法のタイトルの数量的分析

CiNii-Articles（以降、CiNiiとする。）にて「音

療法」のキーワードで検索した1955年から2019年までのタイトル2,565本が検出された。ただし、重複したタイトルは整理し1つとし、発表年がわからなかった14本はインターネット上で検索して発表年を確認できた年を付記して2,563本を分析対象とした。検索日は2019年11月15日である。

また、音楽療法の効果を確認するため、The Cochrane Collaborationが発行するCochrane Database of Systematic Reviewsの抄録の日本語訳サイトへアクセスした。このレビューは、特定のclinical trial（疾患またはヘルスケア上の問題）に対する治療行為を取り上げ、ランダム化比較試験から得られた結果を要約することにより、その有効性を判断した物である。検索時には、「音楽」を検索ワードとした。検索日は2019年9月25日である。

2) 研究2 音楽療法の現状について文献の質的検討

2000年を境に、音楽療法の文献が頻出していることが研究1より解明したため、2000年以降の研究で音楽療法についてまとめられた論文を個別に分析した。分析の過程において、(1)「根拠に基づく医療Evidence-Based Medicine」に対する音楽療法分野でのリアクション、(2)音楽の生体への影響が研究の重要な関心事として見られた。したがって、それぞれの観点について学術誌上の特集として取り上げているもの3点に着目し、そこ

令和元年11月29日受理

¹⁾ 愛知教育大学養護教育講座

²⁾ 日本学術振興会特別研究員PD

³⁾ 名古屋音楽大学附属音楽アカデミー

⁴⁾ 鈴鹿大学

⁵⁾ 愛知教育大学養護教育専攻学生

⁶⁾ 愛知教育大学非常勤

⁷⁾ 愛知教育大学音楽講座

に含まれる論文4点を主な検討の対象とした。さらに、音楽療法の一つの手法として注目されているGIM (Guided Imagery and Music) に関する研究と、音楽と生体の関わりについて「共感覚」を主軸に論じている研究の中から、比較的発表が新しいもの3点を選出して紹介した。

3) 分析の信頼性および妥当性の確保について

研究1の分析は、分析ソフト「KH Coder. 3AS」を用いた。KH Coderは、多変量解析を用いてテキストデータを要約し、コーディング規制を作成、探索的に分析を行うソフトウェアである。²⁾これは、同じデータに対して同じ言語リソースを適用するため、誰が分析しても同じ結果が得られるが、質的な分析には限界がある。質的な分析にあたっては協働研究者とともに検討を繰り返すことで妥当性を確保した。

4) 倫理的配慮

本研究は人を対象としていないため、対象に害を及ぼす可能性はない。すべての著者は、研究の構想およびデザイン、データ収集・分析および解釈に寄与し、論文の作成に関与し、最終原稿を確認した。本研究内容に関する利益相反事項は存在しない。

Ⅲ 結果

1) 研究1 音楽療法のタイトルの数量的分析

(1) 1955年から2019年の音楽療法のタイトルの分析

2,563本のタイトル中の語数は、総抽出語は43,464語であり使用語は22,409語、異なり語は4,072語であり使用語は3,494語であった。

「音楽療法」のCiNiiでのタイトルの初出は、

1955年に雑誌「精神分析」にて「音楽療法の長所と短所」であった。以降、1986年までの総本数は32本であり、毎年数本程度があったりなかったりしていた。しかし、1987年以降10本以上の論文が毎年確認されていた。1987年から2019年までの論文数を年毎に図1に示した。ただし、2019年は年度途中のため58本と少ない結果となっていた。2000年から2018年はほぼ100本のタイトルであった。最も多かったのは、2002年の149本であった。

頻出語の100語を表に示し、また単語の関係性について共起ネットワークを作成し確認した(表1、図2)。共起ネットワークは、11に分類された。「音楽療法」が多いのは当然であるが、「音楽(2位)」・「研究(3位)」・「効果(4位)」と音楽療法のエビデンスを求める単語が続き、共起ネットワークでも「聴取」・「及ぼす」・「影響」が共起しており、「海外(97位)」の情報も頻繁に報告されていた。音楽療法の対象は「障害(5位)」、「認知(8位)」、「精神(19位)」、「痴呆(37位)」、「パーキンソン(70位)」、「自閉症(70位)」などであり、共起ネットワークでもつながりが確認された。表1の100位以内には入っていないが、「ストレス(114位)」も30本あった。さらに対象者は、「高齢(6位)」、「患者(7位)」、「老人(52位)」、「子ども(61位)」などが100位以内に出現していた。文献全体では、「児」と「子ども」を含む幼児・児童・障害児などの子供に関するタイトルは305本にのぼった。

文献タイトルに挙がっていた実施者は、音楽療法士のみでなく、医師、看護師(「看護(42位)」)、作業療法士、介護福祉士など多岐にわたり、個人への対応のみでなく「集団(26位)」への実施も検討されていた。音楽の内容も既にある唱歌などなじみ深い曲やクラシックのみでなく「即興(44位)」の効果も着目されていた。

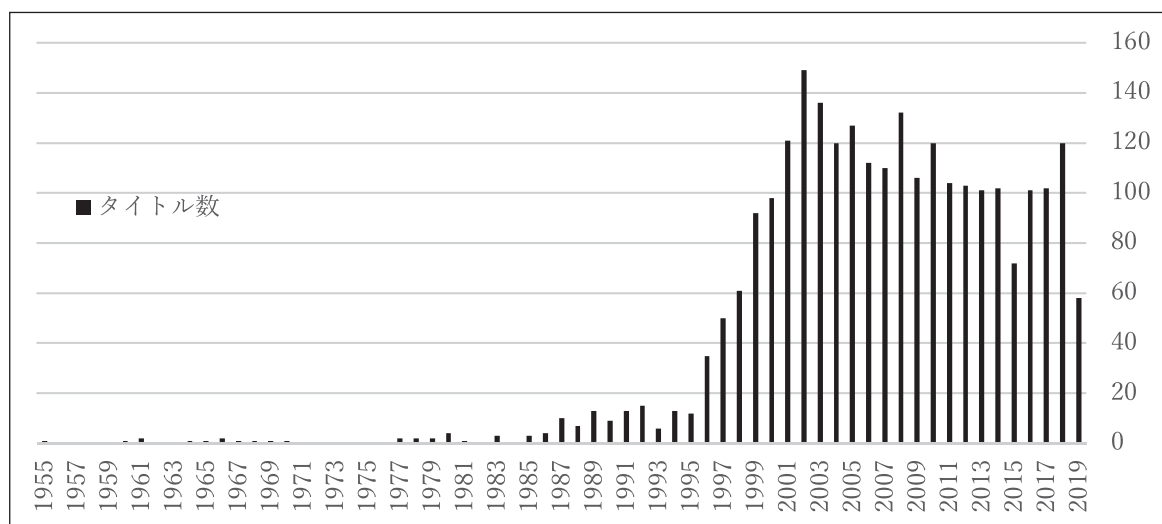


図1 音楽療法タイトル数

表1 文献検索結果の頻出100語

順位	抽出語	出現回数	順位	抽出語	出現回数
1	音楽療法	2225	51	調査	60
2	音楽	623	52	老人	59
3	研究	326	53	行動	58
4	効果	305	53	神経	58
5	障害	254	55	福祉	57
6	高齢	219	55	変化	57
7	患者	200	57	分析	56
8	認知	189	58	心身	55
9	療法	180	58	文献	55
10	特集	176	60	講演	54
11	教育	157	61	子ども	53
12	実践	151	62	コミュニケーション	52
13	活動	149	62	癒す	52
14	考察	142	64	改善	51
15	回	141	64	病	51
16	士	119	66	介護	50
17	日本	117	66	及ぼす	50
18	事例	113	68	聴取	49
19	精神	111	69	意義	47
20	検討	109	70	パーキンソン	46
21	医療	108	70	課題	46
21	評価	108	70	自閉症	46
23	ケア	107	73	関連	45
24	心理	106	73	心	45
25	報告	102	75	即興	44
26	試み	96	75	脳	44
26	集団	96	75	役割	44
28	臨床	92	78	リハビリテーション	43
29	治療	89	78	演奏	43
29	用いる	89	78	知的	43
31	支援	86	78	有効	43
31	施設	86	78	養成	43
33	影響	85	83	シンポジウム	42
34	機能	84	83	活用	42
35	可能	80	83	統合	42
35	視点	80	86	緩和	41
37	痴呆	79	86	地域	41
38	考える	74	86	導入	41
38	大会	74	86	病院	41
40	発達	73	90	関係	40
41	音	70	90	生活	40
42	学会	69	90	表現	40
42	看護	69	90	領域	40
44	現状	67	94	予防	39
45	学術	65	95	健康	38
45	対象	65	95	紹介	38
47	中心	64	97	医学	37
48	アプローチ	63	97	海外	37
48	社会	63	97	現場	37
48	特別	63	97	言語	37

発表年と頻出語の対応分析を行った。対応分析では、大きく3つに分かれた(図3)。原点の左上に「自閉症」「精神」「発達」「子ども」「行動」など音楽療法の対象を模索する語が1965年から1999年までの塊であった。下部には、2004年を中心に「課題」「現状」など現在の状態を分析して「効果」や「変化」を確認していた。右上には、「士」を中心に国家資格としての「音楽療法士」の設立に向けた内容が、2019年を筆頭に近年行われていた。

2) 研究2 音楽療法の現状について文献の質的検討 (1) 「根拠に基づく医療Evidence-Based Medicine」 に対する音楽療法分野でのリアクション

「根拠に基づく医療Evidence-Based Medicine」(以後、EBM)とは、最善の科学的根拠をもとに、

臨床家の知見と患者の希望を尊重しながらより良い医療を目指す姿勢のことをいう。EBMは1991年にカナダで提唱されて以降、日本では1999年に厚生省(当時)がガイドラインを作成するなど、医療分野での推進が図られた。それにとまなう反論も含め、EBMは医学・医療分野において一定の認知度を獲得している。このような動きにより、音楽療法の分野でも2000年代以降、EBMを意識した研究が複数見られる。

2012年7月に佐藤³⁾が行った分析によれば、EBMの最も信頼できる情報インフラである「コクラン・ライブラリー Cochrane Library」に掲載された音楽療法に関する報告24編のうち、有効性が示唆または期待されるものは11編にとどまり、「効果不明」とされるものが11編にのぼった。「効果不明」が多い理由として、佐藤⁴⁾は研究の包含基準inclusion criteriaが不明確であること、研究としての質が低いことに言及している。このように、音楽療法は明確なエビデンスをもつ医療行為としては認められておらず、音楽療法が医療現場に浸透するためには、音楽療法士と医師の協力によって良質な研究結果を積み重ねていくことが必要と指摘される。

一方で、アルテンミューラーらの研究に見られるように、失語症患者の歌唱による発語の改善、脳卒中患者のピアノ演奏による運動機能の回復など能動的音楽療法の症例⁵⁾といった、臨床やアンケート、インタビューを通じた質的・症例研究を重んじる動きも高まっている。

さらに生野によると、国外の研究では、音楽療法研究を「量的／質的」に二分するのではなく、新たに「客観主義的／解釈主義的」あるいは「演繹的／帰納的」に分類する傾向も見られる⁶⁾。これらは、両者を対立するものではなく、データに対する多様な見方の現れであり、相互補完的であるとすると特徴がある。このような流れを受け、国内では生野によって、「対象者の治療」を目的としてきた従来型の音楽療法から発展し、「療法士と対象者の関係」や「療法士と対象者を含めた全体的な場の関係」に注目する必要性が指摘されている。生野は、コミュニティ音楽療法や生態学的視点をもつ欧米の研究に言及しつつ、「共生」の文化をもつ日本においてこそ、「関係」の視点が重要であるという。⁶⁾

この他にも音楽療法の一つとして、20年前にアメリカで開発されたGIM (Guided Imagery and Music) は、クラシック音楽を聴くことが、心身のリラックス状態と結合した結果、患者の潜在意識や自己実現の目的のためのイメージを呼び起こす技法についても紹介されていた。^{7,8)}

音楽療法に関する文献の検討

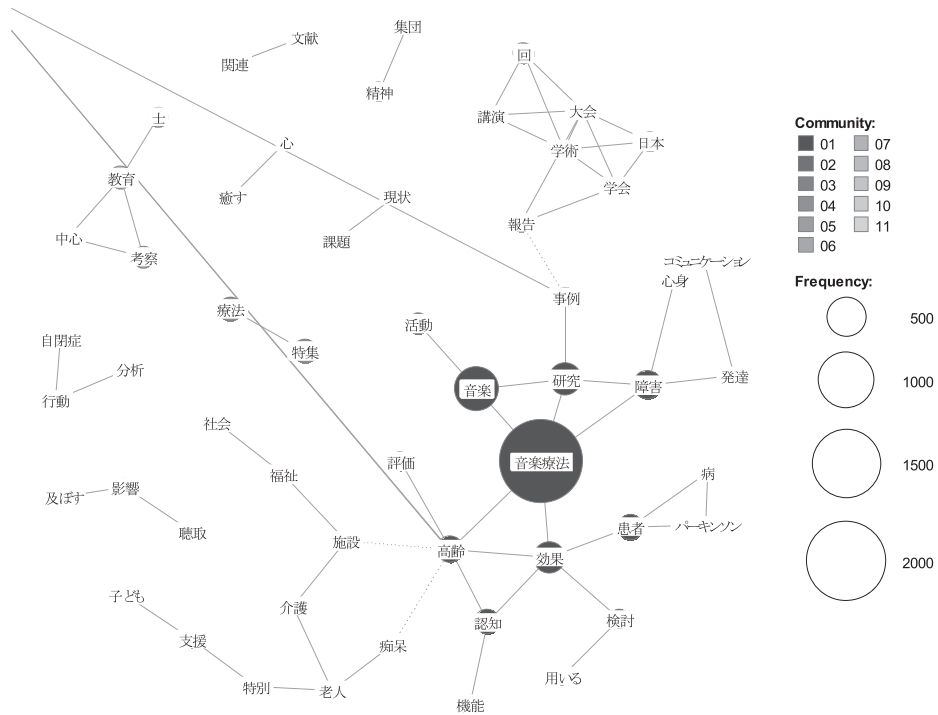


図2 音楽療法タイトルの頻出語の共起ネットワーク

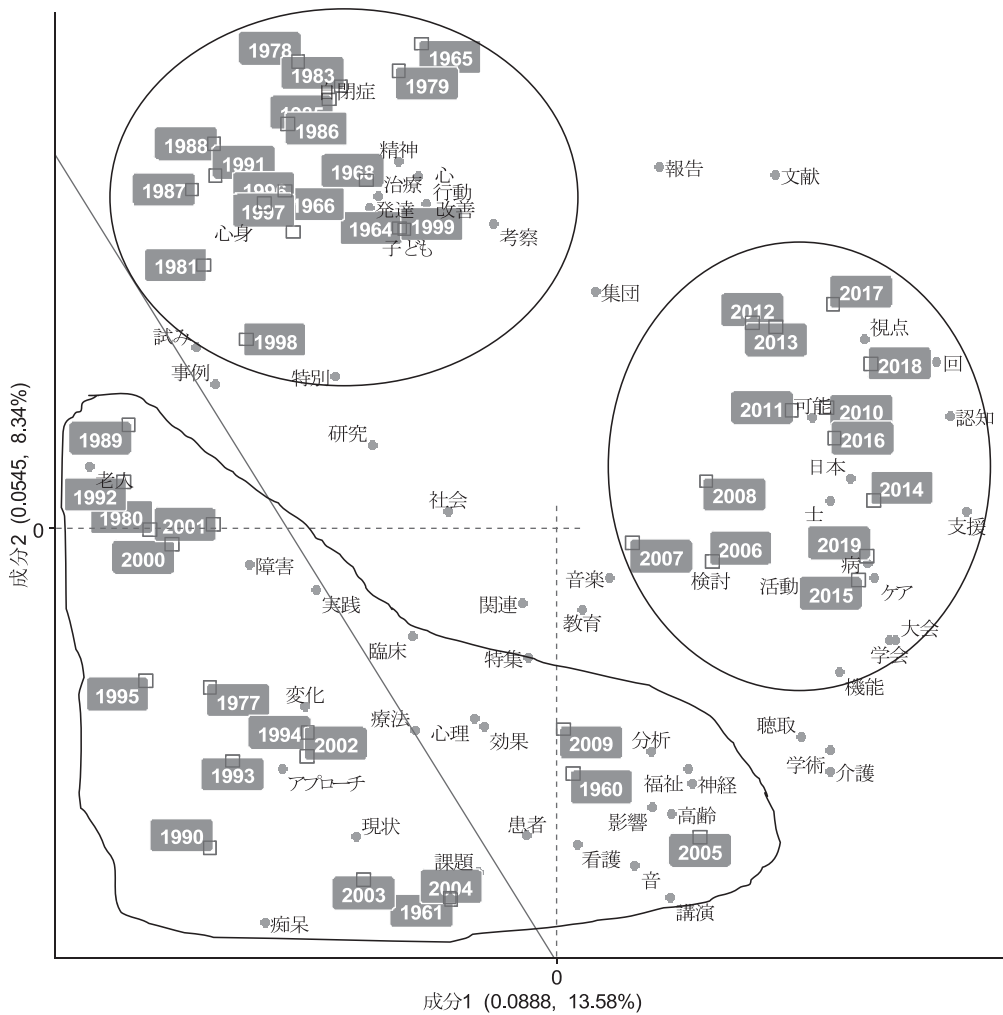


図3 音楽療法タイトルの頻出語と発表年代の対応分析

しかし、資格認定が厳しく国内では2017年の時点ではGIM実践家（フェロー）は2名しか認定者がいなかった。⁸⁾

(2) 音楽の生体への影響

音楽療法とEBMとの関係とは別に、音楽によりどのようなことが生体に起こっているのかの検証もなされ、音楽と感情の研究もあった。2000年以降に発表された音楽と感情に関する文献を対象とするレビューでは①音楽により喚起される主観的な感情について、②感情に伴って変化する生理的反応について、③音楽構造・音響的特徴と感情の関係についての3点から、文献の検討が時系列的に進められた。⁹⁾

また、音と共感覚の研究もある。共感覚のタイプの中に、文字や数字に色を感じる「色字共感覚」、音を聴くと色が見える「色聴共感覚」colored-hearing-synesthesia、音楽から形やテクスチャが見えるものもある。共感覚体験の多くは色と関わりがある。¹⁰⁾

Ⅳ 考察

米国では1940年代から大学で音楽療法士養成が始まり、世界に広がった。日本においては、1986年に日本バイオミュージック研究会が発足している。¹¹⁾ 本研究では、1955年から国内でも音楽療法に関する記事が発表されており、学会発足より前から精神領域において音楽療法が着目されていたといえよう。研究会が発足した1987年以降、論文は一定数で出現しており2000年以降は100本を超えた。この理由として、1997年から日本での音楽療法士資格認定制度が開始され、2001年には日本音楽療法学会が設立され、学会誌が発行されるとともに、音楽療法士の大学での養成に伴い紀要への投稿が影響していると考えられる。

日本における音楽療法士は国家資格ではなく、いくつかの団体や自治体、学校等によって独自の資格認定が行われている。日本音楽療法学会では2017年度までに3,156名の認定音楽療法士を出している。¹²⁾ このような認定を受けている音楽療法士のみでなく、音楽療法として看護師や作業療法士など様々な人が、様々な病態の個人や集団へ、音楽を通じて関わっていることが、タイトルの分析から示された。音楽療法の質を保証するのであれば、実施者の基準が必要となる。音楽療法士が国家資格となると学習背景は統一されるが、演奏力等の国家試験では質を保証出来ない内容がある。GIM実践家のように統制が厳しいと、音楽療法が供給されない問題を孕むことが推測される。

さらに、「コクラン・ライブラリー Cochrane Library」の分析から、音楽療法はエビデンスとしての質が低いことが指摘され、研究デザインや対象者の数を増やすことが今後の研究に期待されている。しかし、音楽療法の方法は、クライアント自身が歌ったり楽器を鳴らしたりするセッション、即興演奏を用いたコミュニケーション、音楽鑑賞等がある。音楽の特性が臨床現場でクライアントにどのような影響を与えるか、音楽が療法として用いられる場面において何が起こっているか（治療構造の解明）、療法士の力量やクライアントの個人差（経験や嗜好）についても探求が必要とされる。そのため、音楽療法の効果を確認する場合、量的研究で行われる刺激の統制が難しく、再現性に乏しいという問題をどうしてもはらみ、「演繹的・機能的」研究との相互補完となる研究の必要性も示されていた。音楽の生体への影響も、従来から指摘されている感情や生理的反応のみでなく、色調共感覚など新たな緩急がなされており、音楽の多面性、多様性を考えると、さらなる治療技法の可能性も期待される。

Ⅴ まとめ

本研究では、音楽療法についてどのような内容が経年的に語られているかCiNiiの文献タイトルから数量的に検討し、近年、何が解明され問題は何かを論文を紐解き質的に確認した。

数量的研究では、1940年代に米国から始まった音楽療法は、日本においても1955年には紹介された文献がCiNii上で確認され、かなり早くに医療・福祉領域の中でも精神領域で着目されていたことがわかった。さらに、学会設立などに伴い、2000年以降論文数は100件を超え、ほぼ維持してきていた。音楽療法は、様々な年齢の様々な障害等に対して使用されていた。

論文の質的分析において、音楽療法の論文は、EBMに基づく音楽療法に向けて研究がなされようとしていたが、音楽療法の持つ複雑な構造ゆえに量的検討のみでは難しく、「演繹的・機能的」研究との相互補完となる研究の必要性も指摘されていた。音楽の生体への影響を含め、今後もさらなる研究の発展が期待された。

文献

- 1) 音楽療法学会ホームページ. 概要 音楽療法の定義. <https://www.jmta.jp/about/outline.html> (2019. 11.28閲覧)
- 2) 樋口耕一. 社会調査のための計量テキスト分析 —内容分析の継承と発展を目指して—, 第1刷. 京都: ナカニシヤ出版, 2014.
- 3) 佐藤正之. 音楽療法の客観的治療効果——現状と課題. 日本音響学会誌. 2013; 69: 24-27.
- 4) これは、2017年にアップデートされた「コクラン・ライブラリー Cochrane Library」の「うつ病に対する音楽療法」でも継続して指摘されている。
Cochrane Database of Systematic Reviews 「うつ病に対する音楽療法」
<https://www.cochranelibrary.com/cdsr/doi/10.1002/14651858.CD004517.pub3/full/ja>
Cochrane Systematic Review - Intervention
Version published: 16 November 2017 see what's new
<https://doi.org/10.1002/14651858.CD004517.pub3> (2019. 9.25閲覧)
- 5) E.アルテンミュラー, G.シュラウグ, 植田和夫 (訳). 神経学的音楽療法——神経リハビリテーションにおける音楽演奏の好ましい効果. 日本音響学会誌. 2013; 69: 28-37.
- 6) 生野里花. 特集 音楽療法の今日的課題 臨床実践を基盤とする研究をすすめるために. 日本芸術療法学会誌. 2018; 49: 27-35.
- 7) 菅野道雄. 受動的音楽療法の効果に関する一考察 GIMケースステディを通して. 東海学院大学紀要. 2015; 9: 197-201.
- 8) 猪狩裕史. 日本人GIMレベル I トレーニング 受講者の前提、反応、姿勢: アンケート調査. 名古屋音楽大学紀要. 2017; 36: 1-13.
- 9) 岩永誠. 音楽療法における量的研究とは何か (特集 量的研究を考える). 日本音楽療法学会誌. 2014; 14: 14-21.
- 10) 長田典子. 音を聴くと色が見える: 共感覚のクロスモダリティ. 日本色彩学会誌. 2010; 34: 348-353.
- 11) 山村和美. 音楽療法の歴史. Aromatopia. 2019; 152: 10-13.
- 12) 田原ゆみ. 日本における音楽医療法が抱える職業的課題 音楽療法士の語りの分析から. 日本芸術療法学会誌. 2018; 49: 9-15.