

## II-5

### 老健施設における運動・音楽・アロマ療法の認知機能低下の予防効果

○田所 明美<sup>2)3)</sup>, 松 良子<sup>2)3)</sup>, 森木田 義弘<sup>1)2)3)</sup>, 山口 真理子<sup>1)2)3)</sup>, 川田 涼子<sup>2)3)</sup>, 杉 正人<sup>1)2)3)</sup>, 吉岡 恵理<sup>4)</sup>, 増田 由佳<sup>4)</sup>, 高角 好子<sup>4)</sup>, 岸 清<sup>4)</sup>, 渡部 昌二郎<sup>5)</sup>, 大高 洋輔<sup>5)</sup>, 秋山 恵里奈<sup>5)</sup>, 古屋 裕梨<sup>5)</sup>, 佐藤 秀哉<sup>1)5)</sup>, 辰巳 直樹<sup>1)</sup>, 宇住 晃治<sup>1)2)3)</sup>

- 1) 公益社団法人 虹の会, 2) 株式会社ライフサイエンス研究所, 3) NPO 法人 KYG 協会  
4) 介護老人保健施設ハートケア市川, 5) 株式会社エクシング

#### 【目的】

補完代替医療法の組み合わせが認知機能低下の予防効果の有無を実証することを目的とした。具体的には老健施設などで実際に行える運動・音楽・アロマ療法などの補完代替医療の組み合わせで Mini Mental State Examination (MMSE と略す) 等の指標とし対照群と比較することで認知機能低下への予防効果を確かめるため。

#### 【方法】

老健施設 (ハートケア市川) の入居者で健常者から認知症の疑いのある方も含めた 31 名を対象に (参加群 21 名, 対照群 10 名) 週 2 回のパフォーマンスを 3 ヶ月行った。

1 日のパフォーマンス実施内容 (約 1 時間)

- 1) 能動的音楽療法と軽度運動療法 (健康王国「JOY SOUND FESTA」株式会社エクシング社製)  
パフォーマンスは懐かしい皆が知っている歌 3 曲位, クイズ, ラジオ体操など
- 2) アロマ療法 柑橘系ハーブ (レモン) 使用, 交感神経刺激

測定項目 MMSE, 指タッピング計測 / 測定実施日 5 月 17 日, 6 月 17 日, 8 月 23 日 計 3 日

#### 【結果】

パフォーマンス前 31 名を対象に MMSE を実施し, 途中辞退者 3 名を除き 28 名の方が本試験の被験者として参加した。パフォーマンス全 26 回の内, 半数 (13 回以上) 参加した参加群 18 名 (平均年齢 87 歳) の MMSE を平均点で見ると試験開始から試験最終では参加群 19.44 点から 19.72 点で 0.28 ポイント強上昇した。一時参加群 4 名 (12 回以下~3 回・平均年齢 85 歳) も同様に平均点が 0.25 ポイント上昇した。しかし対照群 6 名 (平均年齢 82 歳) は 20.83 点から 20.16 点で 0.67 ポイント低下した。また指タッピング計測でも参加群は対照群と比べると総移動距離の低下やリズムのばらつきが少なかった。

#### 【結論】

今回の実験, 運動・音楽・アロマ療法を老健施設の入居者で週 2 回 3 ヶ月 (計 26 回) 実施し MMSE の点数では参加群 18 名のうち健常者 4 名を除く 14 名中 8 名で 1-6 点の改善がみられた。それに対して対照群 6 名中 3 名は▲6 から▲1 の低下がみられた。更に指タッピング計測でも参加群と対照群とで 2 つの指標で差が見られた。今回の臨床試験では運動・音楽・アロマ療法など補完代替医療法の組み合わせで参加群を対照群とで比較すると認知機能への改善傾向が見られた。