

7月24・25日に実施された第20回音楽健康福祉士 オンライン研修を受講された皆様の講義に対するアンケートが、 まとまりましたのでご報告いたします。



Q1. 研修の「役立ち度」・「わかりやすさ」評価

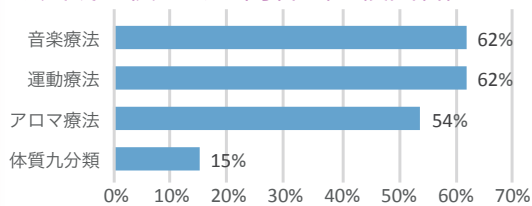
すべての研修で全員が「役立った」、8割を超える方が「わかりやすかった」と評価しています。

	「役立ち度」	「わかりやすさ」	感想・意見(抜粋)
運動療法	<p>非常に (8%) やや役立った (8%)</p>	<p>非常に (8%) ややわかりやすい (15%) 非記入 (8%)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 体操の難易度を変えることで高齢者が、自分にあったものを選んでやってもらえそう。 ● ストレッチなどの幅(内容)が、とても広がった。 ● 車椅子の方でもできるのが多くあったので実践したい。 ● 私たちも体を動かしながら講義だったので楽しかったし、体でやり方を覚えられた。
アロマ療法	<p>非常に (38%) やや役立った (38%)</p>	<p>非常に (8%) ややわかりやすい (31%) 非記入 (8%)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 進行が速く感じたが盛り沢山の内容を教えて頂けて良かった。 ● 香り1つで気分が、ガラッと変わるのもすごいと思う。なんで心地良くなるのか、講義で納得できた部分が、沢山あった。 ● 細かい説明や使用注意など分かりやすかった。 ● アロマオイルの扱い方、マッサージなど説明も具体的でわかりやすかった。 ● 精油を用いたマッサージを学べてとても楽しかった。
演習	<p>非常に (15%) やや役立つ (15%)</p>	<p>非常に (8%) ややわかりやすい (15%) ややわかりづらい (8%) 非記入 (8%)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 実際に現場で試してみたいことが増えた。 ● 間のとり方や流れのつなげ方が、とても勉強になった。 ● 人のプログラムを聞くことで、自分と異なる視点 ● プログラムの組み立て方など大変役立っている ● 現場での実践方法について分かりやすかった。 ● 3パターンのグループ分けしたプログラミングは、実際の現場でとても参考になった。

Q2. 研修で学んだ内容の実践状況

- 受講者の8割強の方が、音楽療法やアロマ療法、運動療法などを実践しています。
- 実践した対象者は、施設のご利用者様の他に自身やご家族の方が中心。施設のご利用者様が喜んで参加してくれた、参加意欲が高まった、自信をもって指導できた、またご自身やご家族の方の睡眠促進やイライラ解消に役立っています。

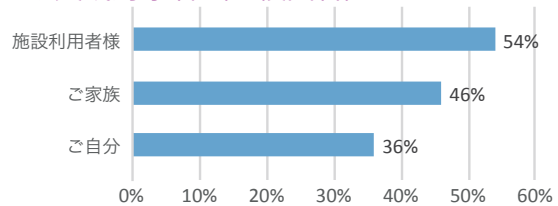
● 実践・役立てた内容 (重複回答)



(具体的内容/抜粋)

- (音楽療法)**
- 曲を歌った後に「誰が、歌っていたか」・「時代は」などクイズ形式にした。
 - パーソナルミュージックを早速実践した。
 - パタカラの発声をテンポを変えて繰り返ししてから1番は歌詞で、2番はパタカラで歌い楽しむ。
 - レクリエーションで行う音楽に合わせた体操、アロマ療法、セルフマッサージ。
- (アロマ療法)**
- ディフューザーを使用、日によって香りを変える。
 - アロマをブレンドしてリラックスしたり活性を良くしたりを実践。
 - マスクにアロマをつけてみた。
 - お風呂にアロマを入れてみた。
 - 睡眠時アロマをつけたティッシュを枕元に置いた。
- (運動療法)**
- 歌いながら体を動かす。(脳の活性化を目的に)
 - ラジオ体操+月ごとに体操を変える。
 - ウォーキングの仕方を自分のかかとから歩くように取り組む。

● 実践対象者 (重複回答)



(対象者の反応/抜粋)

- (音楽療法)**
- (施設利用者様が) 満足そうにされていた。
 - (施設利用者様が) 楽しかった、またやりたいなど次へ続く感じ
 - とても楽しかったと喜んでくださる方が、多かったです。
 - 回想法や昔の歌謡曲では忘れていたことが思い出せて嬉しいという声もあった。
 - パーソナルミュージックは、他の曲を使用した時よりも反応が大きく感じられた。(喜びの声など)
- (アロマ療法)**
- フロアスタッフさんが、「いい香り～」とうれしそうだった。
 - 子供が眠る時に「いい匂い」と言い、私もいつもより早く眠りにつけた。
 - アロマは、リラックスするのに非常に効果的でイライラが軽減し、元気を出すのにも効果的だった。
- (運動療法)**
- 受講後は、実施する体操の内容や説明が、自信をもって行う事ができ、施設のご利用者様の参加意欲が、変わったと思う。
 - 良い姿勢で歩けるようになった。