

令和 2 年 6 月 15 日現在

機関番号：42708

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2017～2019

課題番号：17K02402

研究課題名(和文) パーキンソン病患者に対するバレエレッスンとその応用に関する調査研究

研究課題名(英文) Research on ballet lessons for people with Parkinson's disease and its implementation

研究代表者

小山 久美 (Oyama, Kumi)

昭和音楽大学短期大学部・その他部局等・教授

研究者番号：70525104

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,500,000円

研究成果の概要(和文)：海外バレエ団が行うパーキンソン病患者に対するバレエレッスンの実施方法を調査するとともに、国際的な組織Dance for PDによる指導者向けガイドラインの研究と分析を行い、日本社会に適した具体的な指導内容を構築した。

本研究によって明らかになった指導方法と体制は、すでに芸術団体、地方自治体、医療施設の協働を促し、全国パーキンソン病友の会の協力により実践を重ねているところであり、我が国へのDance for PD導入が実現した。

研究成果の学術的意義や社会的意義

ニューヨークで設立されたDance for PDは、世界の主要なバレエ団も参画する国際的な組織であり、世界保健機構(WHO)もその有用性を明言しているところであるが、日本にはまだ導入されていなかった。本研究により我が国でのプログラム実施が始動したことは大きな意義があると考えられる。また、本研究の成果は高齢者向けプログラムとして発展する可能性を含んでおり、高齢社会の進展に伴い、クオリティオブライフの向上に貢献することが期待される。

研究成果の概要(英文)：We have created specific instruction content tailored to the Japanese society after conducting research on how ballet companies in the overseas give ballet lessons to people with Parkinson's disease and analyzing Dance for PD training programs that are internationally acclaimed dance programs for people with Parkinson's.

We have already urged arts organizations, local governments and medical facilities to work together on implementations of the program we have created, with the help of Japan Parkinson's Disease Association (JPDA). We have successfully introduced Dance for PD in Japan.

研究分野：舞踊

キーワード：パーキンソン バレエ ダンス

様式 C - 19、F - 19 - 1、Z - 19 (共通)

1. 研究開始当初の背景

パーキンソン病(以下PD)患者に対するダンス活用の取組は、2001年より米国ニューヨークにあるダンスカンパニーMark Morris Dance Groupで始まり、Dance For PD®という組織が設立された。現在世界16カ国100を超える地域社会でPD患者に対するダンスレッスンが実施されているが、日本はもとよりアジアでは実施されていない。

国内におけるPDの有病率は、高齢社会の進展に伴って増加の一途をたどっており、厚生労働省によると2014年度の総患者数は163,000人に上ると報告されている。PDの治療法がまだ確立されていないなか、世界的に実施されているPD患者に対するダンス指導を求める声は国内でも聞かれ始めている。さらに高齢者全般に向けたプログラムの開発についても、今後需要が増えることが想定され検討の必要性が高まっている。

2. 研究の目的

本研究では、海外バレエ団が行っているPD患者に対するバレエレッスンの実践方法とその効果に関する調査研究を行う。国際的な組織によって運営されているPD患者に対するバレエレッスンの具体的な手法を解明し、多角的に考察しながら分析と検証を進める。現在障害者に対するバレエワークショップを執り行っている研究者の視点から研究することによって、国内における同様の取組実施を提案するだけでなく、障害者に向けたワークショップの充実及び高齢者を対象とする新たなプログラム開発を目指し、実践的に探究することが目的である。

3. 研究の方法

(1) PD患者のためのダンスに関する文献研究を行い、国内で直接関与する人々の意見を収集し知識を深めた。

(2) Dance For PD®の代表機関であるニューヨークのMark Morris Dance Groupを訪問し、現地見聞並びに指導者向けワークショップに参加、さらにプログラム開発者インタビューによる調査を行い、その方法論と効果を分析した。

(3) English National Balletを訪問し、Dance For PD®の活動に加えて、痴呆症の高齢者に向けたプログラムに参加し、担当者にインタビューを行った。

(4) 世界パーキンソン病学会に参加し見聞を広めるとともに、各国から参加したDance For PD®指導者たちと意見交換を行い、各現場の状況や指導法について情報を共有した。

(5) Dance For PD®と協力関係にあるイタリア、バッサーノデルグラッパにあるDance Wellを訪問し、PD患者のほか、癌患者、視力障害者のためのプログラムに参加し、担当者にインタビューを行った。

(6) 以上の文献及び調査結果を統合し、PD患者のためのダンス指導における手法について理論的な構築を図り、実際にPD患者に向けた実践形式で活用し成果の検証を図った。

4. 研究成果

Dance For PD®を中心に海外バレエ団が行っているPD患者に対するダンスレッスンの手法とその体制等を探求した結果、基本方針や指導方法、実施環境等が明らかになった。さらに日本の公立文化施設、医療関係機関、PD患者の会と意見交換を図りながら、我が国で初めてDance For PD®と提携したレッスンを具体的に構築し、研究成果を実践の場で具現化することによって社会に還元する道程を示すことができた。

(1) 基本方針

Dance For PD®は、特にパーキンソン病患者に有益になるよう科学的な研究を通して発見された原理、アプローチ、概念を基盤にしているものであるが、セラピーとは異なり、あくまでも芸術的な目標を優先したダンスクラスであり、踊ること自体を目的としたものである。経験のあるダンサーやアーティストが指導することによって、彼らの持つテクニック習得力からストレングス、柔軟性、コーディネーションのスキルを高め、即興を含む芸術的解釈からは創造性及び想像力を喚起させることができる。また、高い音楽性は身体的・感情的表現を引き出すものであり、同時に社会的交流を促し、つながりやコミュニティ形成をもたらすものである。プログラムの基本原則と基本的価値を明確に共有して取り組むことが求められる。

(2) 指導に向けた準備

PDは体系化が難しい病気である。様々な症状が人によって様々な形で異なる段階で現れるため、患者と対面するにあたり想定できることには限りがある。とはいえ、参加する患者の限界を把握し、安全・快適で参加しやすい環境を整えることが必要である。

ダンスに集中するためにも、指導者はPD患者の症状や傾向を知っておくことが求められる。たとえば、ぎこちなく遅い動きやこわばり、揺らす動作や平衡感覚の障害、体の固まり(フリー

ズ)や振戦(ふるえ)、表情の変化が乏しくなることなどである。加えて、薬の服用に備えて実施会場には水を用意しておく、あるいは参加者を円に並べることによって誰もが同じように歓迎されていて不可欠なメンバーであることを印象付けるような「場」の形成など、細やかな配慮が重要である。

また、安全性について最も懸念されることは転倒である。健康な高齢者と比べ PD 患者の転倒のリスクははるかに高く常に起こり得るため、怪我を避ける、または怪我の程度を最小限に留めるための安全な環境を確保する必要も当然生じてくる。

(3) 構成と内容、指導法

レッスンの基本的な構成は以下の通りになる。まずは椅子に座ったエクササイズから開始し、座位姿勢を安定させ、十分なストレッチによりコーディネーションの感覚を養い、立位に移行するための準備をする。座位姿勢でバランスに対する心配を取り除くことは、様々な動きを試し可動域を広げようとする心の余裕を与えるとともに自信にもつながる。また参加者たちを円形に配置して始めることにより、コミュニティやグループの一体感を作り、一緒に楽しむ空気が生まれる。その後椅子の後ろに立ってバー代わりに椅子を使用しながら、座位から立位への移行を安定させ、フロア全体を使って動くエクササイズは、身体が温まりバランスや重心移動、コーディネーションの感覚がつかめてきた段階で行う。

構成内容は、「指導アプローチ」「理論的根拠」「構成/形態」「芸術的要素」を用いて、身体的、感情的、認知的、社会的意識を刺激するようにデザインしていく。身体の覚醒や呼吸から始まり、上半身のウォームアップ、下半身のウォームアップに続き、徐々にダイナミックシークエンスやアップテンポを取り入れながら立位への準備を整え、補助のある立位から移動のある動きに発展させ、クールダウンで終える。参加者に満足感を与えるものであると同時に、認知力を刺激し難しいことに挑戦する意識を持たせるのに十分でありながら、取り組みやすく記憶可能な長さにおさめる必要がある。さらにリズムやタイミング、それぞれの動きの長さが明瞭であり、音楽が参加者の身体的・感情的表現を引き出すことが可能となるような高い音楽性も欠かせない。

指導者は、セラピストではなく芸術家として参加者とコミュニケーションをとることが重要であり、まずは自分が表情豊かに 100%のエネルギーで動いて振付を見せる。可能な限り生演奏が推奨されるが、常に最適な旋律とリズムを選択したうえで、描写やイメージを活用し芸術的美しさに関する目標を理解してもらえよう、発声に工夫しながら参加者を促す能力が求められる。

(4) 実施に向けた考察

海外における事例調査から、地域社会や患者のコミュニティとの連携が不可欠であることがわかった。本研究においても最終年度において、全国パーキンソン友の会、地方自治体、医療関係機関と協力関係を築くことができた。特に医療関係者や患者の会においては、すでにこのような活動を求める要望が存在していたことから、即座に本研究の成果を実際に患者に対して提供することにつながった。実施後の反響は大きく、今後に向けて自治体等との連携構築を視野に入れた安定的な継続と発展を願う声が高まっている。

世界保健機構(WHO)が2019年に発表したりポートでは、芸術が心身の健康増進において果たしている役割に関するエビデンスは多岐にわたる研究のなかに見られることから、各国の政策策定においても芸術を積極的に活用するべきだと提言しており、Dance For PD®も具体例の一つとして挙げている。Dance For PD®は PD 患者のために開発されたものではあるが、実際には誰もが参加できるプログラムである。我が国においても、本研究によって導入がなされたことにより、今後 PD 患者のみならず高齢者の健康を支えるプログラムの開発が活発になることが期待される。芸術と健康を横断的に連携させ、芸術を社会に還元する新たな体制づくりや文化政策に反映される可能性を示唆していると考えられ、本研究がその一端を担うことを願っている。

<引用文献>

厚生労働省大臣官房統計情報部 平成 26 年患者調査(傷病分類編)

World Health Organization “Health Evidence Network synthesis report 67, What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?”

<https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/sites/default/files/9789289054553-eng.pdf> (2020 年 6 月 13 日参照)

5. 主な発表論文等

〔雑誌論文〕 計0件

〔学会発表〕 計0件

〔図書〕 計0件

〔産業財産権〕

〔その他〕

Dance For PD体験クラス / 彩の国さいたま芸術劇場(2019年6月9日) パーキンソン病患者さん向けダンス・ワークショップ / 彩の国さいたま芸術劇場(2019年10月31日) パーキンソン病患者さんのためのダンス教室 / 順天堂大学医学部附属順天堂越谷病院(2019年11月18日) パーキンソン病患者さん向けダンス・ワークショップ / 彩の国さいたま芸術劇場(2019年11月25日) パーキンソン病患者さんのためのダンス教室 / 順天堂大学医学部附属順天堂越谷病院(2019年12月13日) パーキンソン病患者さんのためのダンス教室 / 順天堂大学医学部附属順天堂越谷病院(2020年1月27日) パーキンソン病患者さん向けダンス・ワークショップ / 彩の国さいたま芸術劇場(2020年1月29日) PD患者向けダンス・クラス / 茅ヶ崎市民文化会館(2020年2月8日) パーキンソン病患者さん向けダンス・ワークショップ / 彩の国さいたま芸術劇場(2020年2月12日) パーキンソン病患者さんのためのダンス教室 / 順天堂大学医学部附属順天堂越谷病院(2020年2月17日) 「ダンス・フォー・PD トライアルクラス」DVD制作(非売品)

6. 研究組織

	氏名 (ローマ字氏名) (研究者番号)	所属研究機関・部局・職 (機関番号)	備考
研究協力者	小山 恵美 (Oyama Emi)		
研究協力者	平野 綾那 (Hirano Ayana)		