

## Music Therapy 『ポコの部屋』 その②

音楽のすてきな“力”によって、

ひとりひとりのゆたかな感性や好奇心を 引き出すことができます。

さまざまな障がいのある方の 居心地のよい環境を探り出し、

コミュニケーションの方法を探し出すこともできます。

**何よりも 楽しくなれます！！！！**

そんな音楽を活用して みなさんと楽しい時間を過ごしたいと、

『ポコの部屋』では、このようなことを行っています。

♪♪♪

### 2021年より 高齢の方のための訪問音楽療法を始めました！

私たちは 高齢になっても、自分らしい豊かな暮らしを人生最後まで続けたいと思います。いつまでもお食事をおいしくいただくこと、人と楽しく話したり笑ったりコミュニケーションをとることができること、これらは私たちの顔や口にできる、とても大切な「口腔ケア」なのです。心身の機能の衰えに重大な影響をもたらす、口腔フレイル（口の衰え）を予防し、危険な誤嚥性肺炎の元となる誤嚥を防ぐため、また認知症の進行を抑えるためにも、たくさん声を出すこと、歌うことは有効です。落ち着けるご自宅で、ご家族とご一緒でも楽しくできます。好きな歌を歌ったり、聴くこともできます。手指の運動やことば（発声発語）の練習もできます。このようにお一人ずつに合った方法を探し出し、楽しくご自分の“こころ”や“からだ”とじっくり向き合ってください。失語症の方も可能です。まず体験を試してみることもできますので、お気軽にご相談ください。

※現在新型コロナウイルス感染症の拡大により、集まって声を出すことが困難な状況が起きています。Music Therapy ポコの部屋では、皆さまのご協力を得て、十分な対策をして安心安全な活動をしていきます。

**Music Therapy ポコの部屋** は、入間市を中心とした周辺地域の皆さまに支えられて、今年 2021年 4 月で設立 19 年目を迎えました。その間いくつかの高齢者施設で行ってきた音楽療法の経験から、現在のコロナ渦における音楽療法の必要性を感じ、今年から高齢の方のための個人訪問音楽療法を始めた訳です。 **Music Therapy ポコの部屋**

代表 望月雅枝

音楽療法士

認知症介助士

介護予防健康アドバイザー

<Tel/Fax 04-2936-3079 / 090-6033-8357>

