

音楽健康指導士 西井さん



まほろばで働く、看護師の西井さん！

「音楽健康指導士」の資格をもっており、それを活かしたレクリエーションを行っていただきました。今回はそんな西井さんにインタビューさせていただきました🌟

「音楽健康指導士」とはどんなことをして、何を目的としますか？

歌や音楽の力をつかい、体を動かし、健康維持や介護予防を指導します。

この資格を目指したきっかけは？

小さい頃から歌うことや体を動かすことが好きだったんですが、介護施設で看護師として働いているうちに、好きな音楽を活かしてなにかできたらいいと思ったからです。

愛宕ケアセンターで行ったレクリエーションではどんなことしましたか？

音楽療法士である伊藤相談員がピアノを弾いてくれたので、その音楽に合わせて即興で歌い、利用者さんも一緒に体を動かしました。

利用者様の反応はいかがでしたか？

体を動かすことが好きな利用者さんが多く、ノリもすごくいいので、楽しそうに参加していただきました。自分も楽しませていただいたので、もしまた機会をいただけるのであれば、しっかり準備して全力でやります！

音楽をつかったレクリエーションならではの良さはありますか？

“歌う・体を動かす”2つの動作を同時に行うことで、口腔・認知機能の維持が見込めます。なので利用者さんにはできてもできなくても、ぜひ一緒に大きな声を出して体を動かしていただきたいです。



インタビュー中も、とにかく歌うことが好きなんだと感じるエピソードを伺うことができました。なんと学生時代は演劇部の部長さんだったそうです😊
これからも愛宕ケアセンターまほろばでは、音楽をつかったレクリエーションを行っていく予定ですので、ぜひお問い合わせください！お待ちしております♪