**株式会社 ゆらリズム**

宮城県仙台市泉区南光台南 1-1-3

TEL.022-251-2021　FAX.022-251-2031


**介護予防型デイサービス**

音楽リハビリデイサービス ゆらリズム 南光台店
宮城県仙台市泉区南光台南 1-1-3

TEL.022-251-2021　FAX.022-251-2031
事業所番号：0475502381

**放課後等デイサービス**

放課後等デイサービス ゆらリズム 南光台教室 1 号店
宮城県仙台市泉区南光台東 1-2-23

TEL.022-357-0592　FAX.022-253-2770
事業所番号：0455510495

放課後等デイサービス ゆらリズム 南光台 2 号店
仙台市泉区南光台 7-2-11　1 階

TEL.022-385-6281　FAX.022-385-6282
事業所番号：0455510537

放課後等デイサービス ゆらリズム 南光台 3 号店
仙台市泉区南光台 7-2-11　2 階

TEL.022-251-1008　FAX.022-352-1665
事業所番号：0455510594

# ゆらリズム

# ご挨拶

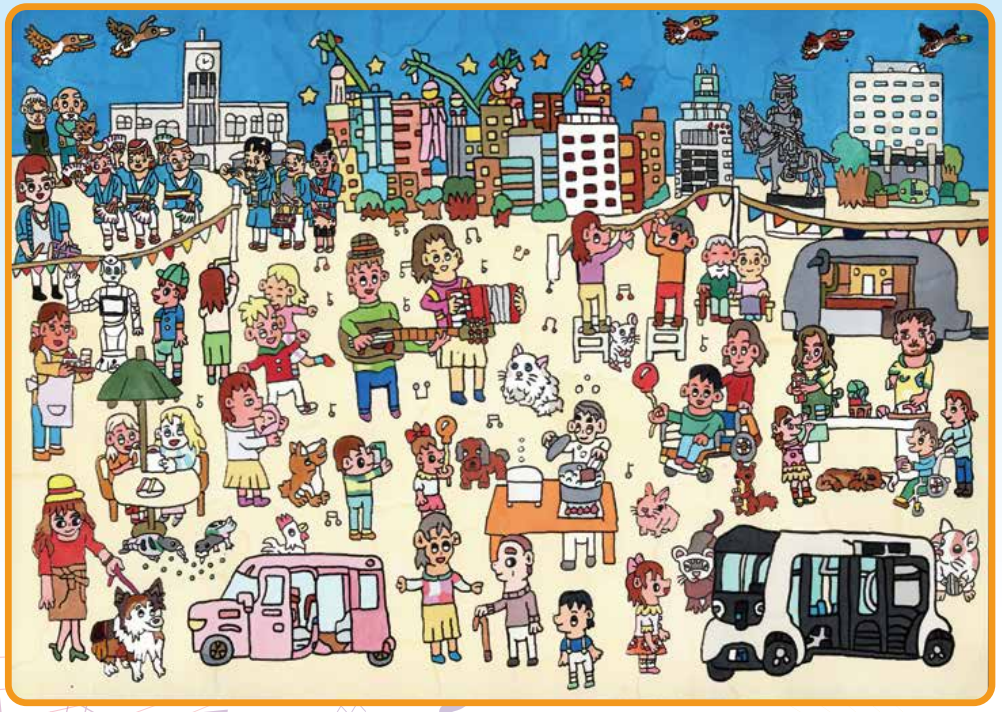
株式会社 ゆらリズム
代表取締役
**野崎 健介**

## 音楽で健康も生きがいも

こんにちは。ゆらリズム代表の野崎です。
私は人生において「健康」と「生きがい」はとても重要だと感じます。音楽はそれらをサポートするツールとして有効です。たとえば、リズム感のある音楽を聴くと自然に身体が動きませんか?また楽器演奏などの趣味があると仲間づくりに有効ですし、生きがいにもつながります。

## 創業から

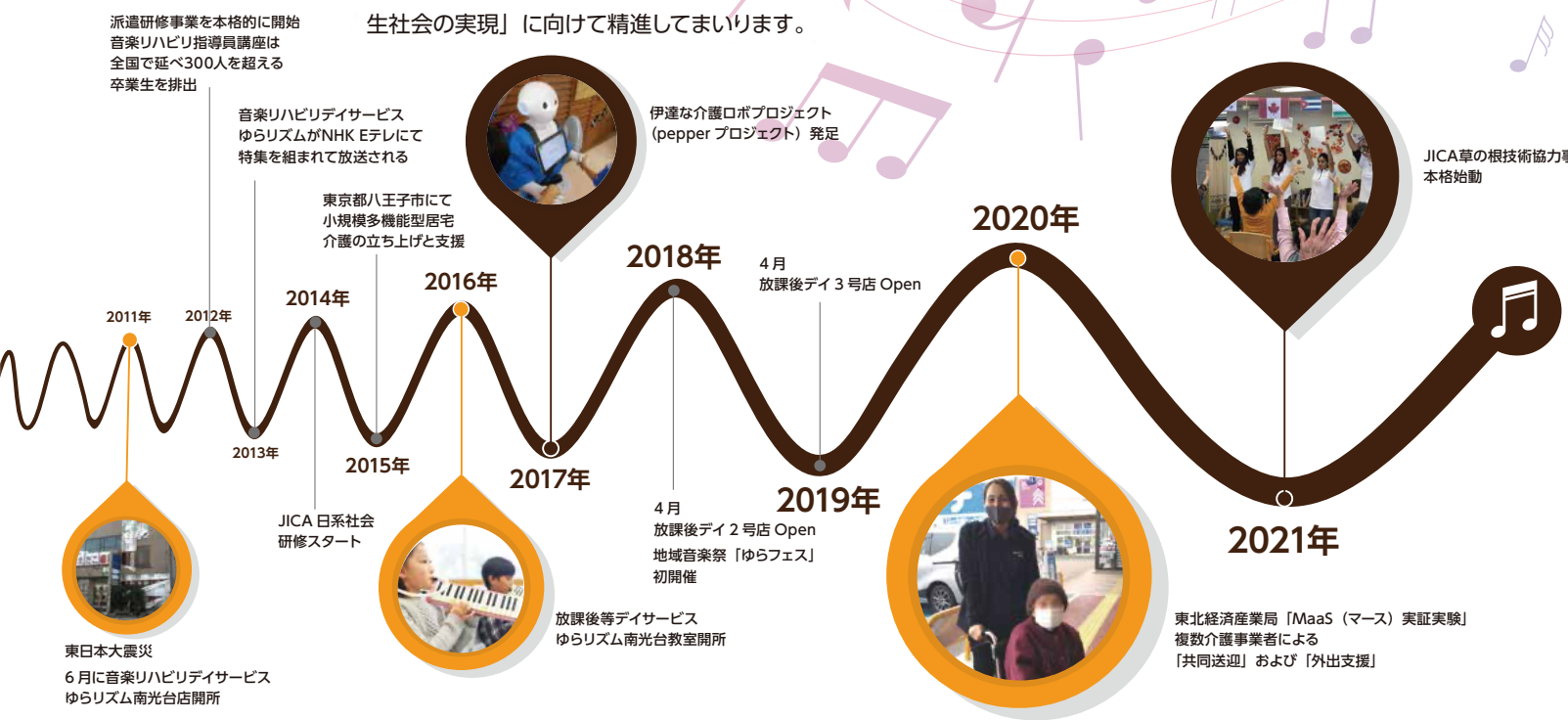
「音楽で健康も生きがいも」をスローガンに、2011年3月1日に仙台にて食事入浴なしの音楽リハビリデイサービスを創業しました。
しかし、その直後に東日本大震災に遭遇しました。デイサービス運営のみの経営は困難だったため「講師派遣事業」や「研修事業」を展開することで何とか凌いできました。ところが、講師派遣事業からは「放課後等デイサービス」が、また研修事業からは「JICA事業」が派生し、今に至るまで発展することが出来ました。今後も音楽を通じて年齢、性別、障害、国籍などの「バリア」を「フリー」にする「共生社会の実現」に向けて精進してまいります。



この「仙台の広場」イラストはゆらリズムの目指す共生社会をイメージして作成いただきました。

**「仙台の広場」**
**画：Studio COCOAの溝口さやか**

文部科学省の生涯学習 教育スペシャルサポート大使
オリパラ2020の障害者支援にロゴデザイン提供




## 音楽リハビリの介護予防

音楽やリズムに乗せて行う運動はとても楽しく行うことが出来ます。音楽活動は集中力を高めたり、脳活性に良いとされています。簡単に出来る演奏プログラムは趣味創出や生きがい作りの一助にもなっています。音楽リハビリは運動も音楽も高齢者にとって無理なく楽しく、継続的に行うことができます。

## ビジョン

仙台発の新しい地域共生モデル拠点として、多世代共生型音楽カフェ「ゆらリズムcafe」を立ち上げようと思っています。放課後デイサービスの卒業生を雇用し、JICA関連のブラジル「フェアトレードコーヒー」を提供します。 上記のイラスト「仙台の広場」はゆらリズムの目指す「共生社会」をイメージしたものです。

# 介護予防型デイサービス

## 演奏プログラム

誰でもすぐに演奏できるよう個人のレベルに合わせて支援します。音符を使わない「色符」や「数字符」を使用し、ハーモニカ、キーボード、大正琴など様々な楽器を使って合奏します。

## リズム運動

様々なジャンルの音楽に合わせて上肢・下肢を同時に複雑に動かす楽しい運動です。

## 機能訓練プログラム

音楽に合わせてゴムボールやゴムバンドなどを使った運動プログラムを提供してます。

## ボディーパーカッション（カラダ打楽器）

身体全身を楽器にした運動で、両手・両膝・足踏み・発声などを組み合わせて楽しくリズムを刻みます。

## 楽器エクササイズ

楽器を使って発声も組み合わせたストレス発散にも効果的な楽しいエクササイズです。

## コーラス

馴染み深い唱歌や歌謡曲を歌うので、当時を振り返る回想法で頭と心を活性化します。

## ボイストレーニング（発声訓練）

音楽に合わせて「滑舌・発声・表情」の3つのエクササイズを行うことで、楽しく口腔機能の向上をはかります。

## 音楽体操

馴染みのある曲に合わせて振り付け運動をします。

## リラクゼーションヨガ

癒しの音楽に合わせて全身をほぐします。

## オンラインプログラム

自宅にいながら、オンラインで参加できる取り組みも実施しています。

## スタッフによる楽器演奏

### 音楽と組み合わせる介護予防の6つのポイント

- **認知症予防**：脳トレ運動／楽器演奏／他者交流
- **運動器機能向上**：柔軟性向上／リズム感／指先運動／上肢・下肢筋力
- **うつ予防**：発声・歌唱／ストレス発散／リラクゼーション
- **閉じこもり予防**：他者交流／一体感／役割分担／継続目標設定
- **口腔機能向上**：パタカラ体操／発声訓練／呼吸器改善／歌唱
- **栄養改善**：唾液分泌／整腸作用／食欲増進

## 音楽リハビリとは

音楽リハビリは、厚生労働省が作成した「介護予防マニュアル」の中の6つのポイントを踏まえた、心と体に効果的な運動と音楽を組み合わせたプログラムです。音楽に合わせて「心身をほぐす」「体を動かす」「歌う」「演奏する」プログラムを通じて健康と生きがいづくりの支援をします。

# 放課後等デイサービス

学校と家庭をつなぐ「第3の居場所」として、音楽など様々な活動を通じて
子ども達の「可能性」を広げ「自己肯定感」を高めていきます。

## 楽器演奏

色々な楽器を自由に使って
演奏します

## パラバルーン

音楽に合わせて揺らしたり、回ったり、
持ち上げたりして使用します。

## ダンス

定期発表に向けてダンス練習。コスプレもします♪

## ドレミマット

音楽に合わせてドレミマットを踏み鳴らします。

さまざまな工作活
動を通じて創造性
を高めます。

## 農園活動

ゆら農園で野菜を
収穫してクッキング
活動や子ども食堂
の材料にします。

## 外出イベント

季節に合わせた外出イベントにより
子ども達の五感を刺激します。

## 職場体験プログラム

学校ではなかなか出来ない職場体験
をオンラインなども活用して実施。
就労の可能性を広げます。

コンサート受付

アニメのアフレコ

パソコン活動

介護デイ

車両整備

# 派遣研修事業

## TV・新聞・雑誌などの複数のメディアで取り上げられた音楽リハビリのノウハウをお伝えしています。

自治体向けの介護予防教室や介護施設、児童福祉施設等に講師派遣や研修を実施しています。
これまで北海道から九州まで累計1,900回、17,000名以上の参加実績があります。

介護予防教室にて発声 / コーラス

介護予防教室にてリラクゼーションヨガ

音楽リハビリ指導員養成講座

石巻仮設住宅にて大正琴講座

町内会にてPepperによる音楽プログラム

児童福祉施設向けオンライン音楽療法

親子参加型音楽ワークショップ

# 海外協力事業

ゆらリズムでは、JICA（ジャイカ国際協力機構）2014年から研修事業を実施しています。サンパウロ大学の教授や医療福祉従事者、音楽家などが毎年来日し、ゆらリズムの音楽リハビリを学びに来ています。これまで、ブラジル、ボリビア、メキシコ、キューバから33名の研修生を受け入れています。2021年には「サンパウロ大学」「JICA」「ゆらリズム」「宮城県」4者にて、「サンパウロ市における音楽リハビリを活用した介護予防モデル構築」という3ヵ年プロジェクトがスタートしました。

現地にフォロー研修に行った菊地取締役

## ブラジルに渡航し、サンパウロ大学にて音楽リハビリ講義を実施。

いまや世界共通の社会問題となりつつある「介護」。2050年には3人に1人が65歳以上という更なる高齢化の波に直面する日本。世界では人口の増加と同時に高齢化率も上昇し、世界の介護の事例から、互いが協力し合い、誰もが安心して暮らせる未来を考えます。

介護予防型デイサービス
放課後等デイサービス
派遣研修事業・海外協力事業
多世代地域交流
メディア掲載・受賞

# 多世代地域交流

ゆらリズムでは音楽イベント等を通じて地域の方々と定期的に交流しています。

佐渡裕＆
スーパーキッズ
オーケストラ

保育園との交流

小学生まち探検

中学生職場体験

夏祭り

ハロウィン

クリスマス会

子ども食堂

駄菓子屋レク

合同誕生会

勾当台公園ウェルフェア祭り

ゆらフェス

## メディア掲載

### TV

■ＮＨＫにて特集
- 音楽療法を使って楽しくリハビリ

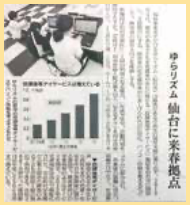
■ブラジルのTV番組放映
- JICAプロジェクト。サンパウロ大学老年学ローザ教授による音楽リハビリの説明

■ミヤテレ他
多数のTVにて放映
-「伊達な介護ロボプロジェクト」特集

### 新聞

■河北新報に掲載
- 石巻仮設住宅での音楽体操教室の取組

■石巻日日新聞掲載
- 石巻仮設住宅での音楽リハビリ教室開催




■日経新聞
-放課後デイの就労支援事業

■仙台経済界
-放課後デイでの不登校支援

### 書籍

■学研出版
- 歌える体操レクリエーション　監修

### 雑誌

■介護雑誌「月刊DAY」での特集記事掲載
－音楽を用いた運動器向上プログラムについて執筆

■介護雑誌「通所介護＆リハ」での連載執筆
－音楽リハビリプログラムについて１年間連載

■仙台情報誌「りらく」にてコラム連載
- 音楽療法コラム執筆

■仙台フィンランド健康福祉センター
「QOL向上を支える新しい福祉機器」
- 介護予防音楽プログラムの紹介（バリアフリーの楽譜と楽器の活用）

■健康・医療・福祉の総合情報誌　げんき倶楽部　杜人
- 音楽リハビリ指導員の取り組み取材

■シニアビジネスマーケット
- MaaSプロジェクト送迎車両を活用した外出支援

### 受賞歴

ビジネスグランプリ2018
優秀賞 受賞

七十七銀行
クロステックイノベーション
2018最終選考

2019年ソーシャル
アントレプレナー
大賞 受賞