

# Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing

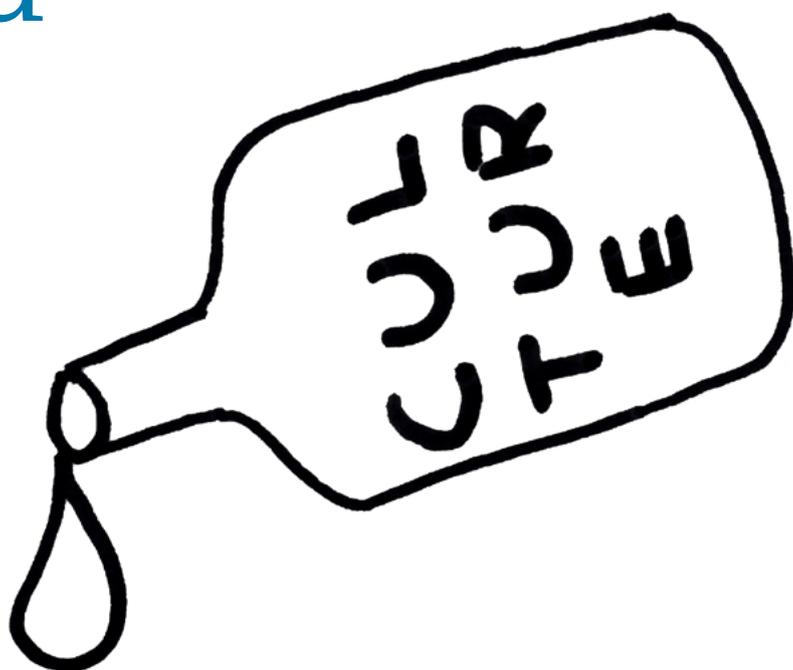
## The Short Report

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟(英国)  
調査報告書

クリエイティブ・ヘルス  
健康とウェルビーイングに寄与する芸術活動

【要約版】

July 2017



## 『クリエイティブ・ヘルス： 健康とウェルビーイングに寄与する芸術活動』要約版 日本語版発行に寄せて

この冊子は2017年に英国の芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟(All-Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing (以下APPGAHWと略す))が発行した調査報告書『クリエイティブ・ヘルス:健康とウェルビーイングに寄与する芸術活動』の要約版を、国立アトリサーチセンターが翻訳監修し、日本語版として編集・レイアウトを行ったものです。「国立アトリサーチセンター 共創フォーラム Vol.1 Arts, Health & Wellbeing ミュージアムで幸せになる。」(2023年10月8日)の開催に際して、英国の発行元の許諾を得て制作しました。元となっている英語の報告書の本編と要約版はどちらもウェブサイトで公開されています。

※ <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/> (2023.7.31閲覧)

APPGAHWは「芸術活動が健康とウェルビーイングに寄与する」という認識を高めることを目的に2014年に結成され、政策と実践の提言を行うことを目指して、医療や福祉における芸術の実践と研究について2年間の調査を行いました。この要約版には、本編の主要なメッセージ、提言、今後の展開などがまとめられています。要約版には英国のアーティスト、デイヴィッド・シュリグリーの魅力的なイラストが添えられ、この調査報告書を広く多くの人に届けることが目指されていることが感じられます。

この日本語版を発行し、ウェブサイトで公開することで、健康とウェルビーイングに寄与する芸術活動について関心のあるミュージアムの関係者の方々や、医療・福祉関係者、研究者、政策立案者などがこの分野により関心をもち、日本国内での議論や活動の発展につながることを願っています。

独立行政法人国立美術館 国立アトリサーチセンター

2023年10月8日



## 凡例

1. Museumに相当する日本語表現には、対象とする特定の分野によって博物館、美術館、科学博物館などがあるほか、博物館という名称を付さず、記念館、資料館、文学館、歴史館などの名称も含まれます。近年は、形態や分野を超えてMuseumの果たすべき社会的役割を論じるため、総括的な表現としてあえて「ミュージアム」の語を使用することが広がりつつあります。本冊子では、原則として、原文が個別具体的な施設名称に言及している場合は博物館、美術館、ギャラリーなどの訳を用いますが、概念として広義のMuseumを意味する場合には「ミュージアム」を用いています。
2. Wellbeingは人が幸福な状態にあることを意味し、個人の権利や自己実現が保障され、身体的、精神的、社会的に良好な状態にあることを意味する概念です。本冊子では、原文の幸福が広範にわたって満たされている状態を表すため、原則として「ウェルビーイング」を用いますが、一部文脈によって「幸福」「幸福感」などを用いている箇所があります。
3. Inclusionは「包括」「包含」「包摂」といった「包み込む」ことを意味する言葉ですが、その行為の主体が社会の構成集団におけるマジョリティの側におかれたうえでこの語が使われることにより、文脈によっては、マイノリティ集団の周縁化を含意してしまう場合があります。本冊子ではこのような含意を可能な限り避けるため、原則として「包摂」を用いています。
4. Creativeは「創造的な」「独創的な」といった意味の言葉であり、具体的な創作行為を行う状態だけでなく、精神的に創造性が豊かな状態にある場合も表します。本冊子では、個別具体的な名称として用いられている場合には「クリエイティブ」を用い、それ以外の場合は「創造的な」という表現を用いています。
5. 固有名詞については、正式な日本語訳がある場合や、日本国内において既に一般に流通している訳がある場合はその語を用いましたが、正式な日本語訳や流通している訳が確認できない場合はについては、国立アトリサーチセンターによる仮訳を使用しています。
6. 本冊子では、美術館や博物館名、地名、政策名、団体名、プログラム名などの名詞の表記は、便宜上カタカナを使用しています。ただし、意味としての日本語訳を参考として添える場合は、英語の名称を原文のまま用いた後、括弧書きで示します。  
例: Live Well Make Art (健康に生き、芸術を作る)
7. 英語の略称(アクリニムなど)は、初出の際に、括弧書きで英語の正式名称および日本語訳もしくは説明書きを添えています。  
例: NHS(National Health Service/日本の国民健康保険制度にあたる)
8. 原文で言及される文献とその著者名は、原則として原文のまま記載していますが、それ以外の人名は、便宜上カタカナ表記を用いています。氏名の英語綴りの確認が必要な場合は、原文をご参照ください。

## はじめに

健康やウェルビーイングを得るうえで、芸術は大きな力となります。今こそ、それを広く伝えねばなりません。芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟は、この充実した報告書「クリエイティブ・ヘルス」を作成し、芸術の優れた影響力を示す様々なエビデンスや数多くの実例を掲載しました。

本報告書が医療・社会福祉の専門家をはじめ、芸術家、文化に関わる様々な組織で働く人々のもとに届き、その考え方や行動に影響を与えられたらと願っています。そうした重要な公共サービスの未来について考えているあらゆる人々に向けて制作したのです。

私たちは、凝り固まった考え方が見直され、旧来の枠組みを越えた新たな協力関係が築かれていくことを望んでいます。現在の医療・社会福祉制度が直面している数多くの喫緊の社会課題への対処に、芸術は大きく貢献できるのです。私たちは、多くの人々が芸術の力を知り、このような考え方を受け入れてくれたらと思っています。本書で取り上げた事例は、健康を維持し、回復を早め、慢性疾患をケアし、生活の質を改善するうえで、芸術を使った手法がいかにも有効かを実証するものです。また、芸術を用いた介入が経費の節約やスタッフの業務の支援にもなることを証明しています。

文化的な変革は、政府の強制で実現するものではなく、私たちは、法律や組織の大規模

な改革や公的支出の増大を求めているわけでもありません。

とはいえ政府にはこうした変革を後押しする力があります。健康的な社会、健康を生み出す社会の実現を念頭に、複数の大臣やNHS(National Health Service/日本の国民健康保険制度にあたる)が実践してきた取り組みをさらに展開していくうえで、本報告書が寄与することを願っています。



ハウアース卿(ロード・ハウアース・オブ・ニューポート)  
[芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟 共同議長]

現在の医療・社会福祉制度が直面している  
数多くの喫緊の社会課題への対処に、  
芸術は大きく貢献できるのです。  
私たちは、多くの人々が芸術の力を知り、  
このような考え方を受け入れてくれたらと  
思っています。

この報告書の完全版には、2年にわたる研究・事例収集に加え、患者、医療・社会福祉の専門家、芸術家、アート・マネジメント関係者、学術有識者、地方自治体の関係者、大臣、その他の政策立案者、両院の国会議員といった人々との議論から見えてきた様々な発見が収録されています。本調査は、芸術・健康・ウェルビーイングに関する市民同盟、ロンドン大学キングス・カレッジ、王立公衆衛生協会、ガイズ&セント・トーマス・チャリティーと連携して行われました。ウェルカム・トラスト、ポール・ハムリン財団、および芸術・人文科学研究会議からの資金提供に深い謝意を表します。この調査に協力し、洞察や知識を共有していただいた300人以上の方々にも深く感謝申し上げます。芸術に関わることで健康とウェルビーイングが著しく改善したというたくさんの感動的な体験談をうかがうことができました。



SING YOUR SONG

本報告書は、イギリス議会の上院、あるいは下院の公式の出版物ではなく、また、議会や委員会による承認を受けているものではありません。

超党派議員連盟とは、特定の問題への関心を共有する両院議員からなる非公式の団体です。本報告書の内容はこの連盟の見解に基づくものです。

デザイン: ステアーズ・マクギラン・イブス



## 医療・介護現場における芸術

病院、GP(General Practitioner/かかりつけ医)、ホスピス、介護施設を含む。



サービス利用者が共同設計したウェルルズのメンタルヘルス回復施設により、NHSの費用が

年間 **30万**ポンド

削減されると見込まれる。



医療現場における視覚芸術や舞台芸術は、病气、不安、ストレスの軽減に寄与する。



子守歌の演奏により、新生児の心拍数が安定する。新生児集中治療の現場では、音楽の生演奏により、入院期間が大幅に短縮される。

## 参加型の芸術プログラム

健康とウェルビーイングの増進と維持を目的とした、医療・社会福祉の現場や地域社会における、個人もしくは団体での芸術活動のこと。

ロンドンの貧困地域における芸術活動への参加者のうち、

**79%** の食生活が改善し、

**77%** の運動量が増加し、 **82%** の幸福度が向上した。

早期ケアと教育への投資額1ポンドあたり、最大で13ポンドの将来的なコスト削減が算出される。子供向けの参加型芸術活動は、認知的・言語的・社会的・情緒的発達の向上を促し、学校生活への適応力を高める。



参加型の芸術活動は、仕事および私生活での不安、うつ、ストレスの軽減に寄与する。



## 芸術療法

一般的に、臨床現場で個人向けに提供される、演劇、音楽、視覚芸術のこと。3,600人が、医療・介護職業評議会の認定を受けて芸術活動を提供している。



## 芸術的処方

社会的処方の一環として、心身の苦痛を抱える人々が、地域社会の芸術活動(美術館、博物館、図書館を含む)に関わるよう促す、もしくは、自らの意志で参加する取り組みのこと。

芸術的処方により、個人のGPの受診回数が37%減り、入院数が27%減少した。

これにより、患者ひとりあたり

**216**ポンド

の節約となる。



芸術的処方への投資額1ポンドあたり、4~11ポンドの社会的効果が算出される。

平均寿命は、過去200年にわたって10年ごとに2年ずつ延びており、西洋人の半数は100歳まで生きると見込まれる。芸術活動は、健康的に年を重ねるために重要である。



音楽療法を受けた認知症患者の

**67%**

に、興奮症状の軽減と、投薬の必要性の減少が見られた。



芸術療法は、脳損傷の回復を促し、がん患者の心身の苦痛、および治療による副作用の軽減に寄与する。



芸術療法は不安、うつ、ストレスを和らげ、回復力やウェルビーイングを増大させる。

## 医療研修と医療人文学

医療・社会福祉の専門家の育成やスキルアップの場に、芸術を取り入れること。

NHS職員の病欠は年間1000万日で、その経済的損失は

**24億**ポンド

にのぼる。

芸術を取り入れることで、医療・介護職員が自分たちおよび患者の健康とウェルビーイングを上げることができる。



## 日常における創造性

スケッチ、絵画、陶芸、彫刻、音楽制作、映画制作、歌唱、手工芸を含む。

イングランドには、**49,000**以上のアマチュア芸術団体があり、

人口の **17%** にあたる

**940万人** が関わっている。



## 文化施設およびイベントへの参加

コンサートホール、ギャラリー、歴史的建造物、遺跡、図書館、博物館、美術館、劇場などに行くこと。



そうした体験の有無は、個々人の教育水準、豊かさ、民族性に左右される傾向がある。

こうした文化的な活動は、仕事上のストレスを軽減し、より長く幸福な人生をもたらす。

イギリスには

**2,500**

の博物館、美術館、ギャラリーがあり、そのうち

約 **600**

施設で、健康とウェルビーイングの増進を目的としたプログラムが実施されている。



## 建築環境と自然環境

粗悪な建築環境は、人々の健康とウェルビーイングに悪影響を与える。

イングランド国民の

**85%**

が、建築環境の質が心理状態を左右すると考えている。

公園の維持費への投資額1ポンドあたり、

**34**ポンド

の効果が地域社会にもたらされる。



## キーメッセージ

- 芸術は、私たちの健康維持・回復、長く充実した人生の実現に寄与する。
- 芸術は、高齢社会、慢性疾患、孤独、メンタルヘルスといった、医療・社会福祉が抱える重要課題への対処に活用できる。
- 芸術は、医療サービスや社会福祉における費用削減をもたらす。

私たちが芸術というとき、その範囲は広く、視覚芸術、舞台芸術、手工芸、ダンス、映画、文学、音楽、歌唱、料理、ガーデニングまで含まれます。文化施設には、コンサートホール、ギャラリー、歴史的建造物、遺跡、図書館、博物館、美術館、劇場などがあります。その他、医療・社会福祉の現場や地域社会でも、芸術が活用されることがあります。私たちは、建築、デザイン、都市計画、環境における健康とウェルビーイングを非常に重視しています。

近年、人々の健康とウェルビーイングに対して、芸術が大きく寄与するという主張を裏付ける研究や評価が進んでいます。学術研究や日常の実践を通して実証が蓄積されており、国家機関からの資金提供も行われ、専門誌や様々な媒体を通して社会に広まりつつあるのです。政府機関を含む専門団体からの注目も高まっており、新たな戦略的パートナーシップの構築が進んでいます。とはいえ、健康とウェルビーイングに寄与する芸術の大きな可能性を鑑みると、実現している例はまだわずかです。参加者の健康を目的とした芸術プログラムには単発的なものが多く、イギリス国内で実施件数の地域差があります。この状況を打破するには文化的な変革が必要です。健康、社会福祉、芸術の各組織を横断するリーダーシップや協力関係の構築が、そうした現状を変えるカギとなるでしょう。

“本報告書は、地域社会を健康的でウェルビーイングな状態に保ち続けるうえで、芸術と文化が非常に大きく寄与することを証明するものです。市民の健康を支え向上させるための、芸術文化を提供する機会を増やすことを目指す力強い議論の場であり、行動を促す呼びかけなのです。”

### イジー・セッコム

[ウォリックシャー州議会 議長、地方自治体協会地域社会ウェルビーイング委員会 会長]

## 健康とウェルビーイングに関わる、芸術と社会的要因

どのような環境で生まれ育ち、働き、生活し、そして老いるかは、私たち各自の健康やウェルビーイングに強い影響を与えます。この報告書では、芸術や文化と関わるのがそうした社会的要因に対してどのように上手く作用し、あらゆる年代の人々の健康やウェルビーイング、生活の質の向上に寄与することができるかが検証されています。なお、経済的・社会的に不利な環境におかれている場合、公的な資金が投入された芸術に触れる機会が比較的少ないこともわかっています。だからこそ、芸術に関わる手段や情報が不足している地域ではその改善が必要であり、それによって、より健康的な生活の実現やその維持がもたらされるでしょう。

“社会的な要因による健康への影響はまず私たちの精神的な面にでます。本報告書はそうした精神への影響に関するものです。芸術は創造的で文化的な活動を通して精神的な面に豊かさを与えてくれるものです。本書には、社会的に不利な環境がもたらすネガティブな影響を芸術がいかに軽減するかを示す、多くの実例が収められています。あらゆる関係者が「クリエイティブ・ヘルス」を読み、学ぶべきです。”

マイケル・マーモット卿/教授 [ロンドン大学健康公正研究所 理事]

## 健康的な社会、健康を生み出す社会

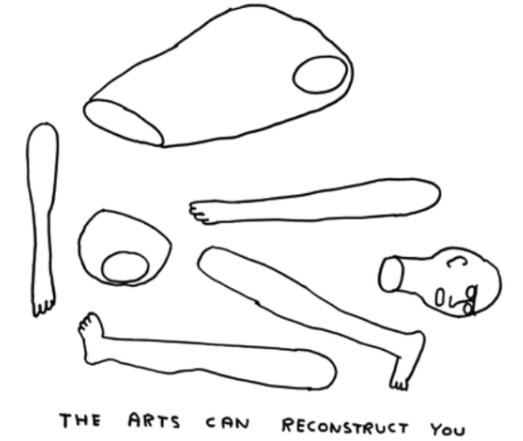
医療・社会福祉体制が直面している深刻な課題は、資金的な問題を除けば、高齢化社会と慢性疾患の増加に起因するものです。NHSイングランドの「5年先の展望 (Five Year Forward View)」(2014年)は新たに予防に焦点をあて、心身の健康やウェルビーイングに関する様々な需要に応える、地域社会に根ざした非医療的な方策の発展を呼びかけるものでした。そして「Next Steps on the Five Year Forward View (5年先の展望の次なるステップ)」(2017年)は、基礎的なメンタルヘルスケアを向上させ、健康的に年を重ねることを奨励する必要性にさらなる焦点をあてるものでした。

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟は、「医療・介護体制における、病院や病気を軸としたシステムから、人間中心で健康を軸としたシステムへの転換」<sup>1</sup>を推し進める、社会的な運動の一環として自らを位置づけています。本報告書は、人々が健康とウェルビーイングを手に入れ、生活の質を改善するうえで、芸術が大きな力を発揮することを実証しています。芸術を取り入れることで、人間らしさ、費用対効果、および医療・社会福祉体制の総合的な効果を向上させることができるのです。

## 場所、環境、コミュニティ

この報告書の完全版では、意思決定や予算の権限移譲によって、健康的な場所や暮らしにつながるより良い機会の創出や、個人および地域社会の強みの構築が可能になるということをひとつの章で論じています。

私たちは、薬の処方よりも地域社会活動への参加を促す社会的処方の普及について考察しており、芸術的処方の実施による健康増進や費用削減の効果を紹介しています。



## マンチェスター都市圏における権限移譲

マンチェスター都市圏では、地元で選出されたリーダーや医師が、市民280万人の需要に対して60億ポンド超の医療・社会福祉の予算を持っています。この地域の平均寿命はイングランド内の他の地域よりも低い水準にあります。公衆衛生計画では、組織ではなく人々と場所に焦点を当て、「マンチェスター都市圏全体における、持続可能で回復力のある地域社会の実現に向けた重要基盤のひとつとして、芸術と個人および地域社会の健康を結びつける

力強い相互関係を構築する」という意思が表明されています。<sup>2</sup> 芸術や文化は将来的な計画や準備における中心的な要素とみなされ、医療サービス運営者と芸術活動提供者の連携事業のなかに組み込まれています。芸術と健康に関する事業の運営者や芸術実践者は「Live Well Make Art (健康に生き、芸術を作る)」というスローガンのもと、社会運動としての芸術と健康に関する活発な議論を促しています。



カルチャー・ショット2015:  
NHS財団トラスト・セントラルマンチェスター大学病院と、  
マンチェスター大学ウィットワース美術館の連携事業

写真: アンディ・フォード

## アートリフトの芸術的処方プログラム



アートリフトは、グロスタシャー州およびウィルトシャー州で芸術的処方のプログラムを提供する慈善団体です。慢性痛、脳卒中、不安、うつなど様々な症状の患者が、医療専門家の判断のもと、プロの芸術家が行うプログラムに参加し、詩、陶芸、スケッチ、モザイク、絵画など、2時間のクラスを8週間にわたって行っています。2009年から2012年にかけてのアートリフトの費用対効果を分析したところ、芸術家のもとで6ヶ月間の創作活動をした人々は、GPの受診予約が37%減少し、入院の必要性が27%減少したことがわかりました。アートリフトの介入にかかわる費用とNHSのコスト削減を鑑みると、患者1人あたりの純節約額は216ポンドにのぼります。

脳卒中を経験し、アートリフトのプログラムに6ヶ月通ったある参加者は、次のように語っています。

「パートナーと別れ、住む場所もなく、子供たちに会うことも叶いませんでした。身体的な理由で働くこともできず、破産を経て、心境的にも経済的にも、もう一度ビジネスを立ち上げられるような状況でもありませんでした。アートリフトに通うようになってから、グロスター周辺で数回、自分の作品を展示しました。私の絵画表現は非常に表現主義的で、このスタイルで描くことが自分の心にはプラスに働くようです。今は薬を服用する必要がなくなり、まだ不調はあるものの、絵を描き続けていればなんとかやっていけると思います。うつ症状が完全になくなったわけではありませんが、以前のように強い抗うつ剤をもらいにGPに通い続ける必要はありません。少し気分が良くなるまで引きこもって絵を描いて過ごせばいいのです。現在はアートリフトに通ったことのある人々のメンターもしています。週に数回、私のアトリエに集まって、スケッチや絵画制作、おしゃべりしているのです。繰り返し開催するなかで参加者に良い影響があることを実感しています。」

“私たちのプログラムを通して芸術に関わることで才能を伸ばし、人生が以前よりも充実し、自分の健康とウェルビーイングをより上手くコントロールできるようになったという話をよく耳にし、温かい気持ちになります。グロスタシャー州の医療・介護体制を変革するうえで、芸術や文化は重要な役割を果たすと思います。”

メアリー・ハットン [HSグロスタシャー州臨床委託グループ 責任者、グロスタシャー州持続可能性・変革パートナーシップ 指導者]

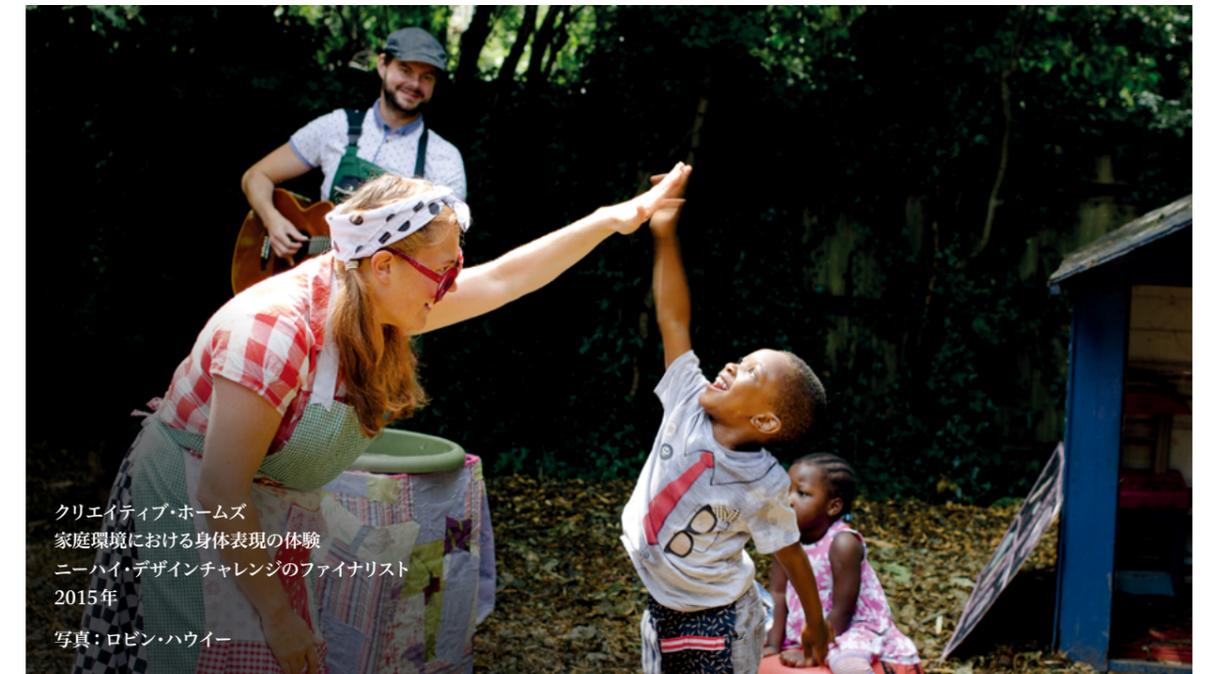
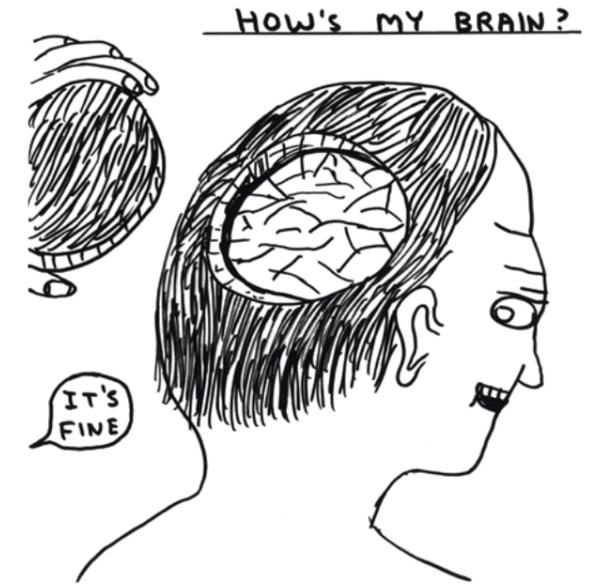


ラッセル、アートリフト  
グロスタシャー州  
写真: ジェームズ・ガロッド

## あらゆる年齢層における 芸術との関わり

この報告書の完全版では、誕生から死に至るまで、人生のすべてのステージを取り上げています。まず幼少期・思春期・若年期についての章では、母親になったばかりの女性のメンタルヘルスの改善や、子供の感情的発達や社会的発達、認知的発達の促進に、芸術がどれほど有効かを論じています。

イギリスでは、推定85万人の子供や若者がメンタルヘルスの問題や、それに付随する身体的な健康問題を抱えています。精神疾患や双極性障害といった最も深刻なメンタルヘルスの症状が発症するのはたいてい24歳未満であり、その半数は14歳以下です。この報告書では、早期介入の手法としてダンスを活用しているアルケミー・プロジェクトを紹介しています。精神疾患に対する革新的なアプローチの一例です。



クリエイティブ・ホームズ  
家庭環境における身体表現の体験  
ニーハイ・デザインチャレンジのファイナリスト  
2015年  
写真: ロビン・ハウイー

## クリエイティブ・ファミリー



クリエイティブ・ファミリーは、サザーク地区議会の親向けのメンタルヘルスチームとサウス・ロンドン・ギャラリーが共同で企画したプロジェクトです。ガイズ&セント・トーマス・チャリティの資金提供を受け、サウス・ロンドン・ギャラリーの芸術家たちと地元の児童センター3団体が主導しています。試験運用の段階では精神的不調を抱える母親46人と5歳未満の乳幼児61人が参加しました。10週

間にわたる芸術や工芸のプログラムを経て、参加した母親たちの不安感とうつ症状が77%減少し、ストレスが86%減少しました。また、母子の絆が強まり、子供たちの感情的発達、社会的発達、認知的発達が促進されました。こうした試験運用の成果を受けてメンタルヘルスチームから資金が提供され、プロジェクトは継続されることになりました。

いずれの年代において、心身の不調の主な原因は、不安、うつ、ストレスです。私たちが主催する複数のラウンドテーブルのうち、若者・メンタルヘルス・芸術に関する会議で、重度の不安とうつに20歳の頃から苦しむ若者が次のように語りました。

「一番つらかった頃、私は最後にひとつだけやってみようと心に決めました。それは、隠すのをやめる、ということでした。本当の自分を隠して幸せな自分を演じることはこれ以上できないと思ったのです。それで、まずは詩を作ってみました。詩にすることで口に出しやすくなるように感じました。その様子を撮影してソーシャルメディアに投稿しました。その時は不安で怖かったのですが、私にとっては間違いなく必要な行動だったと思います。というのも、その投稿を機に素晴らしいサポートが得られて、周囲のあらゆる物事に対する見方が変化していったのです。そのとき初めて、自分について話すことがそれほど怖くなくなりました。これは私にとってなによりも大きな前進でした。その後、書いた詩を歌詞にできることに思い至り、音楽を作りました。こうして音楽が私のうつ病との闘いにおける次なる武器になったのです。」

働く大人世代についての章では、職場のストレスや重い病気、慢性疾患のケアなど様々なケースで病気の予防や回復、生活の質の向上に芸術が寄与することを事例とともに紹介しています。

そのひとつは、刑事司法の領域で働く人々がその苦しい感情や経験について表現しようとする際に、芸術がいかに役立つかという内容です。また、心的外傷後ストレスを抱える人々がつらい記憶と向き合おうとする時に、芸術療法がいかに効果的な非言語的手段となるかということについても論じています。

また、医療や社会福祉の人材育成や研修における、芸術と人文学を活用した素晴らしい事例も紹介しています。とはいえ、こうした成果にも関わらず、芸術はまだ広く活用されてはならず、芸術家の専門的な学びの場においても健康やウェルビーイングへの効果についてはあまり言及されません。

芸術活動は健康的に年を重ねるうえで助けとなり、あらゆる

年齢層の孤独感の軽減に有効です。高齢者についての章では、高齢者の社会参加には禁煙と同程度の健康増進効果があること示すエビデンスを紹介しています。芸術を通じた楽しい社会参加の機会、合唱グループから手芸クラブまで多種多様です。Age UKが1万5,000人以上の高齢者を調査し2017年2月に発表した分析によれば、創造的で文化的な活動に参加することはウェルビーイングを感じるうえで最も有効な方法なのです。

イギリスでは、2040年までに120万人の高齢者が認知症の診断を受けると予測されています。本報告書の完全版では、この重大な社会課題への対策として芸術がいかに有効かを詳説しています。ダンスや絵画制作、楽器演奏によって脳機能が高まり、認知症の発症を遅らせる可能性があること、そして感情に訴えかける何らかのものに触れるといった芸術的な体験が、認知症患者の記憶を呼び起こすうえでいかに効果的かといった内容です。認知症介護の現場では、患者の記憶力よりも生活の質の向上を優先する動きが広がっています。本報告書の完全版では、そうした分野の実践や研究の実例を8つの芸術分野から紹介しています。

ここで見過ごしてはならないのは、芸術には介護者の生活の質をも向上させる力がある、ということです。夫が末期がんの診断を受けたある女性が、グランピアン病院アート・トラストの理事に次のように語りました。

「終末期に予後が告げられることは、患者にとっても家族にとっても非常にショックです。パートナーとともに年を重ね、子供たちの成長や成功を見守っていきたいという将来への展望が打ち砕かれるのです。主体性や自意識が崩れ落ち、人生の目的や自分の役割を見失います。そんな苦しみのなかでアートルームに出会いました。新しい目的をもたらしてくれた肯定感と充足感に満ちたオアシスであり、創造性と自己表現の場でした。ここにいると自己を再発見し、成長することができます。自分は価値ある存在だと感じられ、ここで何かをすることには意味があると感じられます。魂を癒やす薬であり、あらゆる点で投薬や化学療法と同じくらい重要です。私たち2人の生き方を好転させ人生に充実感をもたらしてくれました。」

## ストローケストラ



ストローケストラは、ロイヤル・フィルハーモニー管弦楽団とハンパー NHSトラスト所管のハル統合地域脳卒中事業が連携して行っている試験的な事業です。ハル公衆衛生局による4万8,000ポンドの助成金が運営資金に充てられました。ストローケストラのプログラムはパーカッションから指揮まで様々で、ハル市庁舎でのオーケストラの生演奏がその集大成となりました。実施結果は個人人の

経過に注目し、ストローク・インパクト・スケールの値や聞き取りを通して評価、分析が行われました。参加した患者の86%が症状の改善を実感し、睡眠の改善、不安感・めまい・てんかん発作の減少、集中力や記憶力の改善、自信・気力・自意識の向上などを挙げています。また、91%の患者が社会生活におけるコミュニケーションや人間関係の向上を経験しました。

## ステイング・ウェル



カルダーデール地域におけるステイング・ウェルというプロジェクトは、高齢者の孤立や孤独感を軽減し、医療や社会福祉の資源への負担の軽減を目指しています。ステイング・ウェルのスタッフは、地域内の4拠点で1回あたり5ポンド以下で参加できる芸術や工芸の様々なプログラムを提供しています。分析によれば、参加者779人の約半数に慢性疾患があり、また、その3分の1以上が2つ以上の慢性疾患を抱えていました。参加者の55%が貧困地域の住民であり、他の地域住民と比べると慢性疾患の発症率が高く、

生活の質が低く、孤立感や孤独感が強い傾向がみられました。4か所のうち3つの拠点ではプロジェクト初期に孤独感の減少が見られ、一部の参加者は健康面が改善したと報告しました。当初は12ヶ月間の試験的な実施予定でしたが、実際には3度にわたり期間が延長されました。カルダーデール地域臨床委託グループのケア・クローサー・トゥ・ホームのプログラムを通じて資金提供を受け、NHSヴァンガード・プログラムおよびカルダーデール大都市圏の地方議会からも同額の提供がありました。

“GPの診療予約のうち少なくとも3分の1は多少なりとも孤立に起因するものです。社会的処方や地域社会の回復力プログラムを通して創造的な芸術活動の機会を提供することで、地域社会における孤立の軽減やウェルビーイングの創出に大きな効果があるでしょう。”

ジェーン・ボヴェイ博士 [総合診療医、クリエイティブ・インスピレーション・シュロップシャー・コミュニティ・インタレスト・カンパニー 理事]

人生の終わりに死を身近に意識する人々にとって、参加型芸術や芸術療法は、身体的、社会的、心理的、精神的な支えとなります。人生の終盤についての章では、芸術がいかに死について語り合うことを促し、人々を死と喪失に対してより上手く対処できる

ようにしてくれるかを論じています。重病を患うある15歳の少年は、演劇のワークショップに参加して次のように語りました。「死とは部屋についている扉のようなものです。私たちはその存在に気づかずに過ごし、暗闇に目が慣れてからようやく気づくのです。」



イコール・アーツのプログラム  
ニューカッスル、クランリー  
写真：デイブ・チャールトン

## 提言

私たちは、健康的な社会、健康を生み出す社会を追い求めるうえで、芸術が大きく寄与することを本報告書「クリエイティブヘルス」で伝えられたらと思っています。現在、医療や社会福祉体制にかかる負担は非常に大きく、斬新なアイデアや費用対効果の高い手法が求められていますが、芸術はそうした現状に取り入れるべき潜在的なリソースなのです。政策面においても、創造的な活動が市民生活の中に組み込まれるように働きかけることが求められています。私たちは、芸術が健康に与え得る潜在的な力を現実を生かすため、人々の考え方や実践の変化につながるような10の具体的な提言を行います。

- 1) 芸術・医療・社会福祉の各領域のリーダーが、それぞれのサービス利用者や学者とともに国家レベルの戦略センターを立ちあげ、良質な活動や連携事業の促進、研究の調整や普及、政策や実施に関する情報発信などを支援すること。慈善事業への資金提供を行う団体に対してこの取り組みへの支援を呼びかけます。イングランド芸術評議会、NHSイングランド、イングランド公衆衛生サービス、地方自治体協会、その他代表団体からの、このセンターへの支援も期待します。
- 2) 文化・メディア・スポーツ、保健、教育、コミュニティ・地方自治の各担当大臣が、健康とウェルビーイングの増進につながる芸術文化活動の支援のため、政府機関を横断する戦略を展開・推進していくこと。
- 3) NHSイングランド、イングランド公衆衛生サービス、各臨床委託グループ、NHSトラスト、地方自治体、健康福祉委員会などの役員や上層部に、芸術・健康・ウェルビーイングに関する組織的な方針について責任を持つ専従の担当者を入れること。
- 4) 介護・持続可能性・変革パートナーシップに関わるNHS新モデルの責任者の管理下で、地域社会や地方レベルでの健康とウェルビーイングのための施策に、芸術文化団体を確実に組み入れること。

- 5) 各芸術文化団体が健康とウェルビーイングに関する成果を活動の軸とし、2020年から2030年にかけての10ヵ年戦略の優先事項に位置づけるよう、イングランド芸術評議会が促すこと。
- 6) 臨床委託グループ、NHSプロバイダー・トラスト、および地方自治体が、委託計画に芸術的処方を組み込み、必要に応じて介護の道筋を再設計するようNHSイングランドと社会的処方ネットワークが後押しすること。
- 7) ヘルスウォッチ、患者協会、その他の代表的な団体と、芸術文化の提供者が、芸術が健康とウェルビーイングに与える効果を、医療・社会福祉の専門家および広く人々に向けて、患者やサービス利用者と協調して提唱すること。
- 8) 臨床医、公衆衛生の専門家、その他の医療・介護の専門家の教育の場において、健康とウェルビーイングに寄与する芸術活動の実例や実践の研究を、正式な認定単位として取り入れること。また芸術教育機関が、芸術による健康とウェルビーイングへの効果を学ぶ大学や大学院、および専門家向けのコースを設けること。
- 9) 英国研究会議と各研究会議が、参加型芸術・健康・ウェルビーイングの領域において、学際的かつ評議会横断型の研究資金構想を検討すること、および、その他の研究資金提供機関が芸術・健康・ウェルビーイングに関する実証データの拡充に資源を提供する意思を表明すること。また、大規模で長期的な健康調査の責任者が、芸術との関わりが健康とウェルビーイングに与える効果についての問いをその質問事項に含めること。
- 10) 英国国立保健医療研究所が、芸術が健康に与える効果についての実例を定期的に検証し、正当な証拠として判断される場合には、医療における芸術の活用を研究所の指針に含めること。

“この報告書には、健康とウェルビーイングに寄与する創造的な芸術のさらなる活用に向けた、説得力のある議論が提示されています。メンタルヘルス、終末期医療、慢性疾患患者の支援における実証例がますます増えているのです。”

ダーズィ卿 [インペリアル・カレッジ・ロンドン 外科教授]

## 次なるステップ

## ART HELPS YOU SEE



芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟は、私たちの提言や私たちが望む文化的な変革が確実に社会に広まるよう、組織的な運動を展開します。芸術が健康と福祉にもたらす効果について、閣僚や議会のみならず、国内の医療・社会福祉の専門家やその他の関係者に対しても理解を広げるための機会を求めます。この調査報告書の作成過程で、特にサービス利用者、医療・社会福祉の専門家、芸術家、芸術に関わる管理者、資金提供者、学者、地方自治体の関係者、政策立案者、国会議員などが意見や経験を話し合うなかで、個々の行動力や責任感が高まりました。変革に向けた展望を私たちとともに構築し、その変革を実現するために加わりたいという有志からの協力を引き続き求めます。また、私たちの使命に共感するすべての方からの助言を歓迎します。医療・社会福祉の領域で芸術に携わり、すでに専門的に実践している人々は、この変革の力強い賛同者となるでしょう。芸術が健康やウェルビーイングにもたらす効果を実際に味わった人々による体験談には説得力があります。健康とウェルビーイングに及ぼす芸術の価値を信じるすべての方に声を上げてほしいと思っています。私たちは、健康とウェルビーイングの向上に向けて芸術が重要なきっかけをもたらすという信念に共感する、すべての方と力を合わせたいと考えているのです。

“この素晴らしい報告書は、芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟とその提携機関が、過去2年間にわたって情熱を注ぎ、広い視座から文化と健康に関する実例や実践を集めたものです。”

ダンカン・セルビー

[イングランド公衆衛生サービス 最高責任者]



ダンシング・イン・ザ・フットステップス  
ロンドン

写真: ティム・サットン、アート・エクスチェンジ

全ての事例研究と分析の詳細は、本報告書の完全版に記載しています。こちらからダウンロード可能です。

<https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/>

本調査の募集に応じて集まった実践例は、こちらから閲覧可能です。

<https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/who-we-are/inquiry-submissions>

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟は、公衆衛生局長協会、地方自治体協会、国立ボランティア組織協議会、社会福祉研究所、ウェルビーイングのためのワット・ワークス・センターとの連携のもとで、方針の概要を作成しました。イングランド芸術評議会とイングランド公衆衛生サービスから助言を受け、普及活動への協力の同意を得ました。

方針の概要はこちらからダウンロード可能です。

<https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/>

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟は、本報告書にご協力いただいた、多くのサービス利用者やエキスパート・バイシエント(長期的な疾患経験から、自身の状態の理解や管理に長けた患者)に御礼申し上げます。芸術家のデイ

ヴィッド・シュリグリーが参加したフォーカス・グループには多くの方が再び参加してくれました。またデイヴィッドには本報告書にもイラストを提供頂き、感謝申し上げます。

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟は、ロンドン大学キングス・カレッジ、王立公衆衛生協会、およびガイズ&セント・トーマス・チャリティと連携して、本調査報告書を作成しました。芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟の事務局は、芸術・健康・ウェルビーイングに関する市民同盟からの提供を受けて運営されています。本調査は、ポール・ハムリン財団とウェルカム・トラストからの資金提供、および芸術・人文科学研究会からの支援を受けています。プロジェクト・マネージャーのアレックス・コールターと、研究者のレベッカ・ゴードン・ネスビット博士に深い謝意を表します。

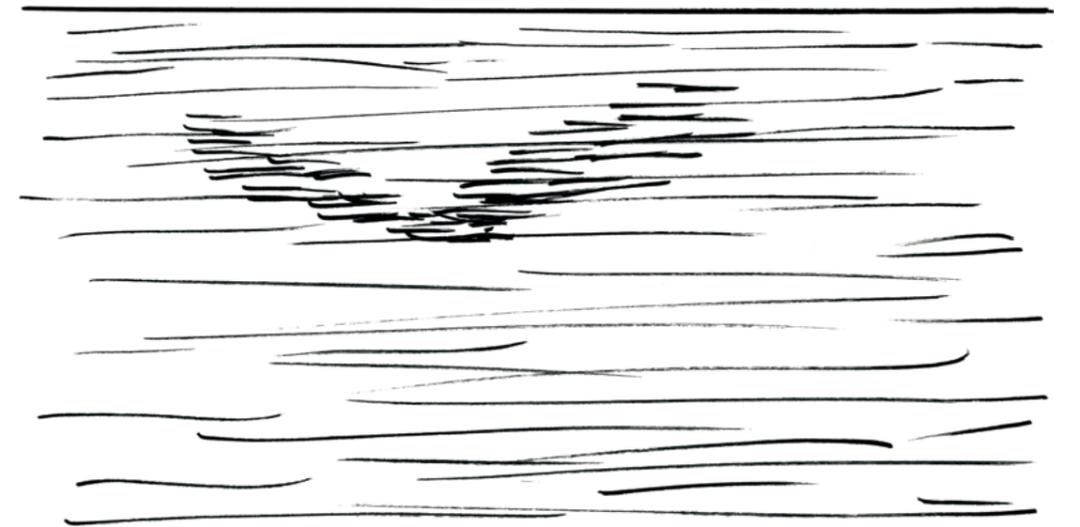
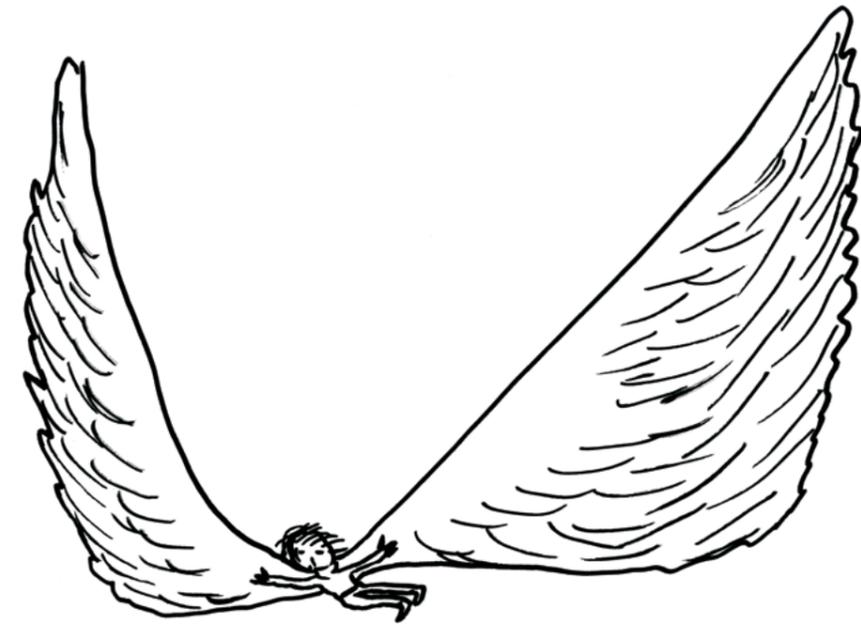
芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟へのお問い合わせは、アレクサンドラ・コールターまでメールでお送りください。

[coultera@parliament.uk](mailto:coultera@parliament.uk)

私たちの活動に関する詳細な情報はこちらからご覧いただけます。

<https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/who-we-are/appg>

## THE ARTS



“芸術には、私たち人間が内面に抱えるいくつかの要素にアクセスし、それを表現することを助ける力があります。これは他の方法による人間同士の交流ではほぼ不可能なことです。レーダーが探知できない低空飛行で私たちの魂に栄養を与え、無意識下の物語を呼び起こすのです。芸術のない世界は非人間的です。作品を生み出したり享受したりすることは、精神の高揚や心の健康につながります。芸術は、科学や宗教と同じく人生に意味を見いだす助けとなり、よりよい気分をもたらしてくれるのです。”

グレイソン・ペリー [芸術家]

### 参考文献

1. Nigel Crisp, David Stuckler, Richard Horton, Victor Adebowale, Sue Bailey, et al. (7 October 2016). *Manifesto for a Healthy and Health-creating Society*. The Lancet, p. 1. (Nigel Crisp, David Stuckler, Richard Horton, Victor Adebowale, Sue Bailey ほか著 (2016年10月7日)『健康的な社会、健康を生み出す社会に向けた宣言』The Lancet誌 p.1)
2. Greater Manchester Combined Authority. (2016). *The Greater Manchester Population Health Plan 2017-2021*. Manchester: Greater Manchester Combined Authority, p.26. (マンチェスター都市圏合同行政機構 (2016年)『マンチェスター都市圏 人口健康計画 2017-2021年』マンチェスター: マンチェスター都市圏合同行政機構 p.26)

芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟(英国) 調査報告書  
『クリエイティブ・ヘルス: 健康とウェルビーイングに寄与する芸術活動(要約版)』  
日本語版

発行日: 2023年10月8日

著者: 芸術・健康・ウェルビーイングに関する超党派議員連盟(英国)

日本語版監修: 国立アトリサーチセンター(NCAR)

企画・編集: 稲庭彩和子(NCAR)、金井学(東京藝術大学)、邱君妮(東京藝術大学)

発行: 独立行政法人国立美術館 国立アトリサーチセンター

〒102-0073 東京都千代田区九段北1-13-12 北の丸スクエア2階

TEL: 03-6910-0244(代表)

FAX: 03-6910-0756

URL: <https://ncar.artmuseums.go.jp/>

印刷・製本: 日本印刷株式会社

※この日本語版の発行は[JST共創の場形成支援プログラム『共生社会』をつくるアートコミュニケーション共創拠点](JPMJPF2105)]の支援を受けています。

<https://kyoso.geidai.ac.jp/>

---

All-Party Parliamentary Group on Arts, Health and Wellbeing Inquiry  
Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing  
The Short Report  
July 2017

Originally published by All-Party Parliamentary Group on Arts,  
Health and Wellbeing  
URL: <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/>

本冊子の発行にあたっては、クリエイティブ・コモンズ BY-NC-ND4.0国際ライセンスの下で公開されているオリジナル版 (All-Party Parliamentary Group, 2017, Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing The Short Report July 2017, <https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/>) に基づき、著作権者の許可を得て翻訳、および必要な編集を行いました。

オリジナル版の著作権管理方針を尊重し、日本語版もクリエイティブ・コモンズ BY-NC-ND4.0国際ライセンスの下で公開します。



THE ARTS ARE LIKE GLUE

