

平成14年度共同研究活動報告書

【共同研究者名】

竹本 吉夫¹⁾ 富野 弘之²⁾ 他9名

【研究課題名】

音楽療法に関する臨床的研究

【研究目的】

音楽による「癒し」を究明するため、定期的に研究会を開催するほか、音楽療法の実践を行ない普及活動を推進する。また、創作曲の普及活動を通してその有効性を検討する。

【研究実施報告】

1. 定期的研究会の開催

- (1) 日 時：平成14年4月20日（土）13：30～15：30
場 所：日本赤十字秋田短期大学 合同講義室
議 題：①平成14年度音楽療法フォーラム及び日本音楽療法学会東北支部
第2回学術大会開催について
②会員の音楽療法活動について
③平成13年度決算及び平成14年度予算について
④セッション 「花」
- (2) 日 時：平成14年7月6日（土）13：30～15：30
場 所：日本赤十字秋田短期大学 合同講義室
議 題：①平成14年度音楽療法フォーラム内容について
②会員の音楽療法活動について
④セッション 「ワシントン広場の夜は更けて」
- (3) 日 時：平成14年9月7日（土）13：30～15：30
場 所：日本赤十字秋田短期大学 合同講義室
議 題：①平成14年度音楽療法フォーラム予算等について
②セッション 「ワシントン広場の夜は更けて」
- (4) 日 時：平成15年1月18日（土）15：00～18：00
場 所：カフェブルージュ
議 題：①今後の活動方針について
②セッション

<主な研究会会議録 別添1省略>

2. 各種研修会での実践

平成14年度において、自治体、福祉団体から研修会等への派遣依頼により下記のとおり音楽療法

1) 学長（看護学科教授） 2) 事務部総務課長

本研究活動報告は平成14年度共同研究費の助成を受けて行った「音楽療法に関する臨床的研究」報告である。

の実践を行なった。

- (1) 全国障害者問題研究会第19回東北ブロック集会・秋田大会
主 催：全国障害者問題研究会
日 時：平成14年6月8日（土）10：00～12：00
場 所：県社会福祉会館
参加者：約80名
出席者：坂本 昌 富野弘之
- (2) 第2回心いきいき芸術文化祭
主 催：秋田県身体障害者福祉・秋田県障害者社会参加推進センター
日 時：平成14年9月27日（金）15：00～16：00
場 所：アトリオン地下イベント広場
参加者：約50名
出席者：坂本 昌 富野弘之 鈴木のぞみ
- (3) 第31回秋田県県民健康推進大会
主 催：秋田県健康対策課
日 時：平成14年11月15日（金）14：15～15：45
場 所：秋田市文化会館小ホール
参加者：約150名
出席者：坂本 昌 富野弘之
- (4) 東北ブロック小規模作業所研修会
主 催：社団法人秋田県手をつなぐ育成会
日 時：平成14年11月29日（金）16：45～18：00
場 所：秋田キャッスルホテル
参加者：約100名
出席者：坂本 昌 富野弘之
- (5) 手をつなぐ親の会
主 催：手をつなぐ親の会
日 時：平成15年1月18日（土）10：00～12：00
場 所：御所野シルバーエリア
参加者：障害者親子50名
出席者：坂本 昌 富野弘之
- (6) 県心身障害者小規模作業所協議会中央地区研修会
主 催：県心身障害者小規模作業所協議会
日 時：平成15年2月26日（水）
場 所：県ゆとり生活創造センター「遊学舎」
参加者：約70名
出席者：坂本 昌
- (7) 祖父と遊ぶ音楽活動
主 催：協和町教育委員会生涯学習課
日 時：平成15年2月27日（木）
場 所：船岡保育園
参加者：約100名
出席者：坂本 昌
- (8) 音楽療法の実演
日 時：平成15年2月28日（金）

場 所：養護老人ホームやまもと

参加者：約80名

出席者：坂本 昌

(9) 地域保健関係職員（保健師等）研修会

主 催：県心身障害者小規模作業所協議会

日 時：平成15年3月3日（月）15：00～16：30

場 所：秋田市保健所

参加者：約80名

出席者：坂本 昌 富野弘之

実施内容は、いずれも音楽を用いて講師と参加者、参加者同士のコミュニケーションを図ることを目的として、参加者全員に楽器を持たせ、楽器を鳴らしての会話、一斉に楽器を鳴らし一斉に止めることの繰り返し等を行い、参加者の一体感を養うことを実践してきた。

具体的な実施結果として、平成14年9月27日（金）アトリオン地下イベント広場で行なった知的障害児を対象とした「第2回心いきいき芸術文化祭」での音楽療法を報告します。

- ・参加者 30名
- ・講師 坂本 昌（助手）富野弘之 鈴木のぞみ（学生）
- ・使用楽器 タンバリン、スズ、マラカス、ギロ、カスターネット、クラベス、カウベル、ボンゴ、コンガ、キーボード
- ・実施内容

<無言でのあいさつ>

坂本講師がレモ・キッズジェンベ（肩からかける太鼓）を用いて参加者一人一人を回り太鼓を叩かせながらコミュニケーションを図っていった。

結果は、積極的に叩く人、どうするのか迷っている人、恥ずかしがってそっと触る人さまざまであった。

<呼吸を合わせる療法>

参加者全員が好きな楽器を持って、曲（歩こう歩こう）に合わせて好きなように楽器を鳴らさせ、フレーズの替わるところで、一斉に休むことを繰り返し行なった。

結果は、最後まで2人ほど合わない人がいたが、最初から見るとかなり合わせられるようになった。

<全員での楽しい合奏>

参加者全員が楽器を持って、曲（おもちゃのチャチャチャ）に合わせて合奏した。

意識的に「チャチャチャ」の部分強調させるように強く鳴らさせた。（途中から「おもちゃのチャチャチャ」を「日本チャチャチャ」と置き換えた）

このころになると音楽を楽しむことができたかのように全員がリズムに乗せて合奏できるようになった。

特に「チャチャチャ」のところは声のでるようになった。

<療法終了後の気持ちの整理>

療法の終了の時間になると、高揚した気持ちを和らげ、通常の状態に戻すことを目的に坂本講

師がキーボードで「七つの子」を静かに優しく演奏した。

その結果、参加者はそれぞれ静かに持っていた楽器を楽器入れに戻して自分の席に戻った。

【感想】 最後の「七つの子」の演奏で見せた参加者の穏やかな表情、何も言わなくても今まではしゃいでいた様子から静かに楽器を戻すしぐさ、席に戻るしぐさを見て、音楽の持つ力(Spirit)を実感した。

3. 創作曲の普及活動

身体と精神の健康づくりに視点をいた集団療法の一環として平成11年に創作した「日赤健康音頭」を普及させることを目的にビデオ制作した。

「日赤健康音頭」は、踊りは誰もが簡単に覚えられわかりやすく、しかも医療気功(導引養生功)を取り入れ、「脚強化」、「かかと刺激」、「日常の手脚へのストレス解消」、「内臓刺激とヤル気の出るノルアドレナリン作用」という健康を促進させる要素をとりいれている。

曲は音頭のリズムで楽しく踊れ、歌詞は一日一日を楽しく、明るく、心豊かに過ごし、さらに歌うこと踊ることによって希望を持って生きていけるというイメージで創作されている。

本年度は、制作ビデオを各福祉団体等に配付して普及活動を行なっている。

4. 音楽療法学会への参加

平成15年3月7日(金)～9(日)に開催された「第2回日本音楽療法学会学術大会」に参加し、特に印象に残った結果を報告します。

大会は兵庫県西宮市にある「武庫川女子大学」で開催された。

初日は、始めに会場を暗くしておもむろに尺八の演奏(10分程度)から開始された。曲は「鳥のさえずり」「鳥原の子守歌」の2曲であった。必然的に創造の中での鑑賞となったが尺八の持つ重厚な音色に魅了された。この演出は参加者それぞれの感性を呼び起こす狙いがあったものと思われた。

次に「日本の文化土壌と音楽療法」と題したシンポジウムが行なわれた。

シンポジストは神戸大学教授岩井正浩氏、武庫川女子大学教授益子務氏、名古屋音楽大学教授粟林文雄氏の3名、コーディネーターは武庫川女子大学教授高田康孝氏であった。

各シンポジストの発言要旨は次のとおり。

<岩井正浩氏>

- ・尺八の演奏について、微妙なピッチ、ハスキーな音色は心の中に日本人としての音楽感性が宿っていてそれが揺り動かされる。遺伝子が引き継がれているものである。
- ・日本人の音楽は民族的情緒のベースの音楽。クライアントが望むものである。
- ・歌詞と旋律が一体である。(1拍間の積み重ねー音符1文字)
- ・問題は地方の文化(祭り、芸能)をどのように考えていくか。
- ・外国音楽が入り込んできて日本人は知恵で消化して新しい文化を築いてきた。今後も続いていくと思われるが、日本語を話している以上日本語のリズム感があり、日本の土壌(文化)は何であるかを考えていく。

<益子務氏>

- ・日本人は寛容であり、他文化(宗教、音楽)をどんどん輸入し、その結果邦楽が無視された。第二次世界大戦時にはあらゆる音楽をどんどん受け入れた。
- ・しかしながら伝統的な音楽(遊び、童謡、叙情歌)は無視していることではない。家族的な結びつきで重要視しようとしている。

- ・標準語の普及で核となる日本語（言語、方言）が消滅している。
- ・日本は農耕民族であり、音楽はユニゾンとしての音楽（リーダーに逆らった動きがない。）農耕民族はすり足（能）、狩猟民族はたて乗り（ロック）

<栗林文雄氏>

- ・尺八演奏は純粹の日本の音楽（情緒豊か）
- ・音楽療法士の観点からみて、音楽療法に理論があるとすればそれは実践である。
- ・どういう実践か。それは①「あなた一人ではない。少なくとも私は今ここにいる。」という気持ち（共有できる）、②クライアントをよく知る、③わき出す泉を作り上げていく（心と体のマッサージ）
- ・音楽療法士は声を磨いてほしい（失敗の連続——なぜ失敗なのか）
- ・音楽療法は、個別性（個別に行なう医療）と世界性（世界的に感動させる音楽）を繋ぐ媒介を目的とし、その目的を担うための音楽療法士が必要でなければならない。

次に臨床心理学者である河合隼雄氏による「音と心」と題しての記念講演が行なわれた。
要旨は次のとおり。

- ・ふつう苦しんでいる人のケアを考えた場合、すぐ親切にしたり喜ばれることをしようとするが、その善意はかえって苦しめる結果となる。例えば不登校している子供に何で学校に行かないのかと聞くと、これに答えられるのであればとくに学校に行っている。素人は早く原因をつかんで結論を出したがる。簡単に解決できる人であれば相談に来ない。
- ・原因の前に生きるとはどういうことかを考えるべき。
- ・心理学は人間の心を研究するのではなく、人間の行動を研究する。
- ・人間が相手へ表現する伝達手段の特徴として言語がある。言語により簡単に相手の意思が理解できる。しかし、その言語が何らかの原因により失われた場合、理解することが困難となる。
- ・そのような人の気持ちを理解するために、箱庭を作ってもらおう。箱庭の作成状況で淋しさの度合いがわかる。
- ・言語があるためにうまくいかないこともでてくる。言語以外のもので表現した方がわかる場合がある。
- ・言語を超えた深いところでやっていく音楽療法は大きな意味を持っている。療法の仕方によっては危険性を含んでいる。（アクティングアウト—急に感情が爆発、自殺）
- ・即興曲と既製曲、どういう人を相手にするときどちらを用いるのがよいか研究する必要がある。間違えると危険（アクティングアウト）
- ・シェークスピアのペルクリーズからの例
主人公の奥さんが死んである音楽を聴かせると生き返った。その音楽はだれにも聞こえない天上の音楽。これも音楽療法の一つ。
クライアントに対しての天上の音楽は何か。クライアントに最も天上の音楽に近づけようとする人がセラピストである。

<学会次第等 別添2 省略>