

平成14年度特別研究活動報告書

【特別研究者代表名】 竹本 吉夫

【学会等主催者】

日本赤十字秋田短期大学、秋田県音楽療法研究会

【主催学会等名】

公開フォーラム「音楽で癒される、こころとからだ」

【開催日】

平成14年9月22日（土）

【開催目的】

近年、増加傾向にある心を病む人に対し、極めて優れた癒しの技法である音楽療法を広く県民に普及することを目的として、一般市民を対象とした公開フォーラムを開催した。

【開催内容】

(1) 講演・実演（13：00～15：00）

「だれでも、どこでも、いつでも楽しめる音楽療法」と題して日本ミュージック・ケア協会会長の宮本啓子女史から講演と実演が行なわれた。

始めに宮本先生が知的障害児入所施設での重度児との出会いにおいて、いつも動き回っていてどのような手段を講じてもじっとしていない子が、ある音楽を聴いたときじっと聞き入っていたことから音楽の持つ力の大きさを知って音楽療法を取り入れることとなった体験について話された。

次にあと3日の命といわれた末期ガンの老人に手に鈴をにぎらせ、歌をうたってあげたとき、すずが少しずつ鳴り出して、それからは自ら声も出るようにまでなり、その結果3ヶ月も生きられた例をもとに自ら生きようとする気持ちが大きな力となって現れたこと、その気持ちを引き出したのが音楽であったことが話され、これらの例を通して、なくなられた方が天国で笑顔で歌っていると思うとセラピストも癒され、またクライアントと互いに援助しあう関係ができることが強調された。

また、宮本先生が自ら設立された「ミュージック・ケア」について、その理念として音楽の特性を利用し、その人がその人らしく生きるための援助や子供には子供の持っている力を発揮させるよう発達の援助を行なうことや、目的として音楽の特性を活かして対象者の心身に快い刺激を与え、対人的な関係の質を向上させ、情緒の回復や安定を図ることが話された。

次に実演に入り、宮本先生が療法に取り入れているリトミック（音と身体の運動をリズムによって結びつける音楽教育の方法）による実践を参加者と体験した。曲に合わせて自分の体をたたくことにより、他の人との参加意識を生み、痛さがわかることにより相手の気持ちもわかることが確認された。

学長（看護学科教授）

本研究活動報は平成14年度特別研究費の助成を受けて行った公開フォーラム「音楽で癒される、こころとからだ」の報告である。

さらに、新聞紙を楽器に見立て曲（ハンガリー舞曲第5番）に合わせて切ることにより、楽しさ、ストレスの発散に効果があること、曲（ボギー大佐、双頭の鷺の下に）に合わせて鳴子を使ってリハビリ訓練ができることを体験した。

さらに、スワニー河を流しながらシャボン玉を飛ばし、いままで一番楽しかったことを思い出す回想法を実践した。

最後にケアの特徴として自然界の音（風、川、海、小鳥等）を聞かせることにより情緒が回復する（1/f ゆらぎ効果）ことが話され、終了した。

(2) 特別演奏 (15:15~16:15)

世界を代表する揚琴奏者金重軍氏による揚琴コンサートが行なわれた。

曲目は、「揚琴伝来の旅」、「東北小調」、「何日君再来」、「櫻花変奏曲」、「宵待草」等が演奏された。

揚琴独特の甘美な音色に、参加者はつかの間の神秘的な世界に浸っていた。

【アンケート結果】

本フォーラム終了後参加者からアンケートに協力いただいた。

参加者約200名のうち、79名から回答いただき、そのうち約80%にあたる62名から全体的に「よかった」との評価をいただいた。

印象に残ったものとしては、「揚琴の音色のすばらしさ」、「実演（新聞紙を楽器にしたこと）」、「壇上で楽器をもった人の笑顔」、などが挙げられた。

また、今後のフォーラムに希望するものとしては、「参加型の楽しい企画」、「音楽療法士になるための勉強会」、「年1回開催してほしい」、「身体を動かせるようなプログラム」等が挙げられた。

<公開フォーラムパンフレット……別添1 省略>

<アンケート調査及び結果……別添2 >

(文責 富野弘之)

別添2

アンケートへのご協力

本日は、ご多忙の中ご来場いただき誠にありがとうございました。
秋田県音楽療法研究会は今後も公開フォーラムを続けて参りたいと考えております。今後のフォーラムを実行するにあたりまして、皆様のご意見を参考とさせていただきますので、ご面倒でも是非アンケートへのご記入方ご協力をお願い申し上げます。

(該当箇所を○で囲んで下さい)

- 公開フォーラム全体の企画についてはいかがでしたか
 - ・良かった
 - ・まあまあだった
 - ・あまりよくなかった
- 講演「心身に障害のある子どもの音楽療法の基礎」についてはいかがでしたか
 - ・良かった
 - ・まあまあだった
 - ・あまりよくなかった
- 演奏「音楽と命」についてはいかがでしたか
 - ・良かった
 - ・まあまあだった
 - ・あまりよくなかった
- 印象に残ったものは何でしたか ()
- 期待していたものは得られましたか
 - ・得られた
 - ・まあまあ得られた
 - ・あまり得られなかった
- フォーラム全体の時間についてはどうでしたか
 - ・長すぎた
 - ・ちょうど良かった
 - ・短かすぎた
- 「長すぎた」または「短かすぎた」とお答えの方はどのくらいの時間が良いと思われますか (時間、 時～ 時)
- 今後のフォーラムに希望するものがありましたら是非ご記入願います。
- 本フォーラムの開催については、どこからお知りになりましたか。
 - ・新聞
 - ・テレビ
 - ・ラジオ
 - ・知人からの紹介
 - ・その他 ()
- 本日はどちらからいらっしゃいましたか
 - ・秋田市
 - ・ 市
 - ・ 郡
 - ・県外 (県)

ご協力ありがとうございました。

公開フォーラム「音楽で癒される、こころとからだ」
アンケート結果について

日時 平成14年9月22日(日) 13:00～16:30
場所 秋田県児童会館

調査対象人員239名 回答者79名(回答率33%)

- 公開フォーラムの企画について
 - よかった62名(78.5%) まあまあだった15名(20.0%) 無回答2名(2.5%)
- 講演と実演について
 - (1) 講演について
 - よかった68名(86.0%) まあまあだった9名(11.4%) あまりよくなかった1名(1.3%) 無回答1名(1.3%)
 - (2) 特別演奏について
 - よかった72名(91.2%) まあまあだった2名(2.5%) 無回答5名(6.3%)
 - (3) 印象に残ったもの
 - ・揚琴演奏 27名 (・音色のすばらしさ)
 - ・実演 32名 (・新聞紙を楽器にしたこと・全員で合奏したこと)
 - ・壇上で楽器をもった人の笑顔
 - ・きどらないで楽しみながら行うことの大切さ
 - ・難聴でも言葉が話せなくても音楽を通じてコミュニケーションがとれることへの感動
 - ・アンコールの曲(コンドルは飛んでいく)
 - ・講演のことは(・人は一人では生きていけない・目に見えるものだけでなく体にも伝わるものが大事であり、音楽を通して知ることができる・心をつなぐ)
- 期待していたものは得られたか
 - 得られた55名(69.6%) まあまあ得られた21名(26.6%)
 - あまり得られなかった2名(2.5%) 無回答1名(1.3%)
- フォーラム全体の時間について
 - 長すぎた4名(5.0%) ちょうどよかった73名(92.4%) 短すぎた1名(1.3%) 無回答1名(1.3%)
 - 長すぎたと回答の希望時間(2時間 13:00～15:00)
 - 短かすぎたと回答の希望時間(未記入)

- 今後のフォーラムに希望するもの
 - ・参加型の楽しい企画
 - ・午前中のこどもの指導から参加したい
 - ・講演の時間をもう少しとってほしい
 - ・年1回開催してほしい
 - ・音楽療法士になるための勉強会
 - ・身体を動かせるようなプログラム
 - ・話より音楽を聞いた方がよい(話が長かった)
- 本フォーラムの開催はどこで知ったか
 - ・学校、ホームページ 43名
 - ・知人からの紹介 18名
 - ・新聞 11名
 - ・テレビ 3名
- 参加者の自宅
 - 秋田市62名 横手市2名 本荘市2名 能代市1名 鹿角市1名
 - 湯沢市1名 北秋田郡5名 仙北郡3名 河辺郡1名 由利郡1名