

平成12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12名

【研究課題名】

音楽療法に関する臨床的研究

【研究目的】

心を病む人に対する極めて優れた癒しの技法としての音楽療法を、本学の特色（看護と介護の新しい技術体系の確立）として取り入れるため、平成10年9月より学内外の有志が集まって研究会を実施してきている。平成12年度における研究活動として次のとおり報告いたします。

【研究実施報告】

(1) 音楽療法普及のためのセミナー公開

東北6県で全日本音楽療法連盟の認定音楽療法士の数は全国に比較してかなり少ない。当研究会として秋田県はもとより東北地方への音楽療法の普及と啓蒙活動を図るため次のとおり公開セミナー、公開フォーラムを開催した。

①日本体力医学会東北地方会第10回記念大会

(平成12年6月17日(土) 秋田市文化会館小ホール)

日本体力医学会東北地方会は毎年1回東北6県持ち回りで開催されているが、第10回の記念大会を秋田県が担当することになったのを好機と捉え、音楽療法の普及と啓蒙を図った。

学会テーマ：「心のやすらぎを求めて～歌って、踊って、健康づくり～」

今大会は2部制とし、第1部は従来方式で行われ、第2部を音楽療法を中心とした企画で一般公開とした。

司会は、NHK秋田放送局アナウンサーの増子有人氏、解説は社会体育研究所副所長であり当研究会員の小林恵津子氏が担当した。

13時30分からの特別講演では、(株)エル・エイチ・ラボの社長である高島充氏が「心の癒しと趣向～東西両医学からみて～」と題し、東西両医学からみた予防医学に通じる養成法を解説、さらに脈状診を西洋医学的に解釈し

て開発された呼吸と脈拍の簡易測定器とそのデータが紹介された。

14時30分から16時30分までは、実演が中心となった。

まず「鑑賞の部」では、熊谷重子バレエスクールによる「ダンベルダンス」が発表された。つぎに「学習の部～健康への可能性～」では、秋田工業高校体操部が実演した。さらに普段から運動している人としていない人の脊髄から筋肉にアセチルコインの伝達される早さがどう違うかを日本赤十字秋田短期大学の学生による擬態風演技を交えて解説された。三番目の「体感の部」では、小林恵津子氏が中国を代表する医療気功である導引養生功を実演し、心の緊張を和らげ、身体の自然治癒力を高める健康効果を強調された。

フィナーレとして、当研究会員富野弘之氏が作詞作曲し、小林恵津子氏が振り付けを担当して完成した「日赤健康音頭」が初めて披露された。全スタッフ、それに本学学生らが揃いのTシャツを着てステージと客席通路で歌い踊ったが、会場を埋める400人ほどの一般参加者もいつのまにか手と体を動かし始め、終わったときには歓声も上がった。“歌って踊って”と和気藹々たるムードの中で幕を閉じたが、笑みを湛え明るく満足そうな参加者の顔が強く印象に残った。

これがレクリエーション的音楽療法の効果

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12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。

であり、参加者の方々も何かを体得されたに違いない。

このイベントは新聞やテレビにも大きく取り上げられて報道された。市民を交えての実践的な音楽活動によって“音楽療法とは何か”、それを当研究会も市民もいっしょになって考え、体験できた誠に貴重なイベントであった。かかる実践の場の積み重ねによってこそ、“心の癒しの技法”が創出され、またそれが普及につながっていくと当研究会は考えている。

資料—別添1 (省略)

②ノードフ・ロビンズ音楽療法セミナー

(平成12年8月2日、3日 たざわこ芸術村)

全国から308人が参加して開催された。講師はニューヨーク大学ノードフ・ロビンズ音楽療法センターのファウンディングディレクターであるクライブ・エドワード・ロビンズ博士、同音楽療法センターのコ・ディレクターであるアラン・タリー氏、スタッフのカオル・ロビンズ女史の御三方に、通訳は実吉典子、生野里花、岡崎香奈の三氏にお願いした。

第1部 精神障害のある成人のための音楽療法

- ・グループ音楽療法
- ・個人音楽療法

第2部 高齢者の音楽療法

- ・高齢者との音楽療法の役割

第3部 発達障害・重複障害の子どもたちとの音楽療法

- ・音楽療法にとって重要な心理学的理論
- ・自閉症者のための音楽療法

各講師は、それぞれの創造的音楽療法の理論と実践例をビデオやスライドを駆使しながら人間味溢れる表情・身振り・手振りを交えながら分かりやすく語りかけ、説きあかしてくれた。受講者は熱心に耳を傾け、ノートを取り、各セッションの終わりの質疑応答も活発で時間が不足した。丸2日間椅子に座りきりでも疲れを覚えなかったのは、3人の講師から極めてヒューマンなプラスのエネルギーを頂いたからであろう。最終日にはトーンチャイムなどを使った実技指導も行われたが、ロビンズ博士の締めくくりのことば「音楽の

中の宝物を是非見つけてください。」は深く胸に刻み込まれた。

世界的な音楽療法の権威であるニューヨーク大学ノードフ・ロビンズ音楽療法センターのクライブ・エドワード・ロビンズ博士らを招聘して、東北の僻地での全国的なセミナーの開催は、素人集団ともいえる当研究会にとって大変大きな音楽療法普及活動の第一歩となった。これも偏に研究会員の未知なるものへのチャレンジ精神とひたむきな情熱、そして各方面からの多大なる物心両面のご支援のお陰であった。

セミナー終了後、受講者308人に対しアンケートを行い、106人(34.4%)の方々から様々な意見、感想、要望があったので別紙1「ノードフ・ロビンズ音楽療法セミナーアンケート結果」のとおり紹介します。

(2) 集団を対象にした新しい健康歌唱の開発

当研究会員の富野弘之氏が中心となり健康づくりに視点を置いた集団療法の一環としての歌唱・舞踊の開発に取り組み、これまでに日本伝統の打楽器である和太鼓を用いた「日赤太鼓」ならびに東洋的音楽としての日本の音頭を取り入れた「日赤健康音頭」を創作してきた。

平成12年度は西洋的音楽としてラテン音楽「サンバ」を取り入れた「日赤健康サンバ」を創作した。

このことにより東洋と西洋の音楽を比較し、その特徴のちがいがら聴き手がどちらの曲に癒しを感じるかを狙いとした。

10月に開催された公開講座においてこの曲を披露した結果、受講者は曲に合わせてラテン楽器を使いながらステップを刻んでいた。特に高齢の方々も自然に前に出てきて踊り始めたのは想像していなかったが、サンバ独特のリズムが自然に聴き手の手足を動かし踊りださせたものとその効果が確信された。(別紙2)

(3) 結び

音楽が嫌いという人も、自分で意識しない部分で必ず癒される音楽というものがあるはず。当研究会はこのようにその人にあった音楽を発見し解明させることを目的とし、勉強会をおこなっている。人間がヒトである限り、加齢に伴

う体の衰えは避けられないが、心の健康はそのひとの生き様によって年と共に益々健やかにな

り、その輝きを増すものと確信している。「音楽療法」の有用性を強調したい。

調査対象人員 308人		回答者 106人 (回答率 34.4%)	
1. 開催時期 (8月上旬) についてはいかがでしたか			
よかった	100人	(94.3%)	
変えた方がよかった	5人	(4.7%)	
	・6月 2人	・10月 1人	
	・9月 2人		
無回答	1人	(1.0%)	
2. 開催日程 (2日間) についてはいかがでしたか			
よかった	99人	(93.4%)	
変えた方がよかった	7人	(6.6%)	
	・1日 1人	・3日 6人	
3. 開催時間 (10:00~16:00) についてはいかがでしたか			
よかった	95人	(89.6%)	
変えた方がよかった	10人	(9.4%)	
	・9時-17時 2人	・10時-15時 2人	
	・9時30分-15時30分 1人	・10時-15時30分 1人	
	・10時-12時 1人	・11時-16時 1人	
	・12時-18時 1人	・朝の時間短縮 1人	
無回答	1人	(1.0%)	
4. 会費についてはいかがでしたか			
普通	90人	(84.9%)	
高すぎる	14人	(13.2%)	
	・5,000円程度 3人	・10,000円程度 8人	
	・8,000円程度 1人	・無回答 2人	
無回答	2人	(1.9%)	
5. 開催場所等についてお聞きします			
・交通の便はいかがでしたか			
問題なかった	57人	53.8%	不便だった (46人43.4%)
無回答	3人	2.8%	
・会場についてはいかがでしたか			
よかった	81人	76.4%	
あまりよくなかった	23人	21.7%	
無回答	2人	1.9%	

理由	
<ul style="list-style-type: none"> ・椅子の状態が悪い。痛い。 ・トイレが良くない。 ・空調のきすぎ。 (調整、におい) ・建物が古い ・ほこりっぽい ・ビデオの際、会場が暗すぎコメントするロビンズ博士の表情が見えなかった。 ・食事の場所が少し遠い。 ・駅まで遠い。 ・肘掛け仕様の簡易機の整備 	
・食事について	
よかった	(72人 67.9%)
あまりよくなかった	(19人 17.9%)
普通	(6人 5.7%)
無回答	(9人 8.5%)
・接遇についてはいかがでしたか	
よかった	(66人 62.3%)
まあまあだった	(30人 28.3%)
あまりよくなかった	(4人 3.8%)
無回答	(6人 5.6%)
6. その他お気づきの点がありましたらなんなりとご記入ください。	
<ul style="list-style-type: none"> ・ホテルまで遠すぎる ・会場の受付、食事の案内など説明不足 ・精算、宿泊の手順の工夫必要 ・食事を持参した人への配慮必要 ・本などの割引販売してほしい ・セミナーの中で、自分たちが参加できる場があったらよかった。 ・新幹線など交通が不便なため、スムーズに帰途につけるようであるありがたい ・トイレの数が少ない ・ホテルの変更について詳しい案内がほしかった ・都内での開催が参加しやすい ・宿舍が申込していた所とは違っていた。早く申込していたのに残念だ。 ・ビデオフィルムの映像に乱れが多くとても見にくかった。 ・送迎バスの種類や時間に違いがあり乗り遅れてしまった。 ・通訳者生野という人だと思いが、壇上にあがっている間の態度が悪く見苦しかった。 ・食事に関して秋田の郷土色のあるものを用意してもよかったのでは。 ・会場が寒く、椅子が固く痛かった。 ・食事の際、大広間での座が1人で参加していたためか端のほうで他県からいらした方と話ができなくて残念だった。 ・飲料水が不足していた。別の所にも数多くお店があれば助かります。 ・休憩時間等の余裕をもっと欲しかった。 ・秋田市で開催してほしい。 ・質疑応答の時間をもっと増やしてほしい。 ・事務局の方の対応は大変親切で丁寧で安心して参加できた。 	

- ・名札が素敵でした。
- ・食事も待たされることなく、荷物もスムーズに預かってもらい、細かい所までよく気配りされていたと思う。
- ・バスでの送迎までありがとうございます。
- ・係りの方達が丁寧で明るい接し方すごくよかったです。2日間お世話になりました。
- ・観光も兼ね、ゆっくりとできる場所日程でした。
- ・わらび座の方達の熱演とても見所があり、すばらしかった。
- ・心血をそそがれて、エネルギーのパワーのかたまりを心から感謝しております。
- ・自然がすばらしく温泉もあり、素敵な時を過ごせました。
- ・わらび座の公演はシンセサイザーがノイズになってしまっているようにおりました。太鼓だけ又は声と太鼓だけにして伝統のものをもっと大切にしたいほうがよりパワフルなステージになるのではと思った。
- ・英語をゆっくり話して下さり、通訳の人のニュアンスでより伝わりよかったです。
- ・とてもゆっくり過ごせる場所、環境もよくいろいろなお話が聞けたのでとても充実した2日間でした。

7. 今回の受講につきまして、ご感想などを自由にお書きください。

- ・自分のやってみたい事今まで探していたものを見つけたような気がした。音楽を伝えるだけでなく、コミュニケーションとして誰かとわかち合いたいと思う気持ちが強くなりました。
- ・質の高い即興演奏が必要とされていることがわかりました。音楽療法士は真の音楽家でないといけないのではないのでしょうか？だとすると狭き門のような気がします。
- ・色々なセッションが見れて為になった。でも、一方的に聞いているだけの事が多く、もう少し体を動かすことがあっても良かったと思う。
- ・今回初めて参加させていただきました。以前から興味があり先生方に直接会えるというだけでも、今回来た価値があったように思います。それ以上に先生方のパワーを感じ取れ話を聞いて本当に良かったと思っています。
- ・ビデオ等で説明していただき具体的によく解りました。ビデオの際、会場が暗くなり先生方の表情、身振り、手振りが見にくいのが残念でした。
- ・ビデオ等でかなり詳細に渡って見せてくださって勉強になりましたがここまで個人を写して、見方によっては恥部とも言えるような場合もあったと思いますが、本当に本人又は家族の方は承知しておられるのでしょうか、少し心配な所もあります。
- ・アメリカらしい非常に音楽だけで他のことは他の人の仕事という徹底ぶりは日本では難しいと思います。日本では養護学校でも生活していけることを目標と聞きましたし、セッションを受けた子がセッションの中で成長していくことが実生活にも反映しているのでしょうか。多分日本では、その点を求められることが多いと思います。
- ・2日間にわたる代表的なケースを細かく学ぶことができても参考になりました。また、資料もよくできていて、今後の手引になると思います。
- ・分科会的な形をとり、実際に動きをいれてできたら良かったと思います。
- ・高齢者の音楽療法のほうはやはり実感として求めていたものがこれだと思いました。今回参加した目的だったのもう少し日本の実践の部分が多く欲しかったです。
- ・今回は成人・高齢者を中心とした内容でしたが、次回は青少年を対象としたセミナーを聞いていただきたい。
- ・理論が主かなと思っていましたが、ビデオで実際のケースを見ながらのセミナーでしたので理解しやすかった。

くみとれる相手の立場にたってみる、セラピストとしての全人的にかかわれる人間にならなくては改めて反省させられました。

- ・日本では集団、大勢のグループでのセッションが多くもう少し少人数でじっくり関わられるようになれば良いと思った。
- ・質問する際、どこかの学会・講習会でも自己紹介してから質問するのが常識だと思えます。自身を名乗らずして先生に質問をするというのはさけるべきですし、聴講者も「なぜあの人はどういった経緯をもって質問しているのか」と疑問に思われます。
- ・資料の封筒に、講習会、セミナーの一連の流れを示したものを同封していただければより円滑なセミナーへの前進となるかと思えます。
- ・日本で音楽療法を学ぶので事例は国民性などを考慮すると日本人の方が今後役に立つ、クライアントが話している言葉も的確に理解できると思う。
- ・第1部(精神障害)が長すぎたのではないかと、1/3ずつ均等に時間を使ってほしかった。
- ・英語を日本語に訳すとき本意がはっきり理解できないものが多かった。具体的に説明してほしかった。
- ・最後に講師の方へ歌をうたって感謝しようとして司会の方が言ったが、お金を払っているのはこっちなのにどうして恩をききせなくてはならないのか。おかしいと思う。
- ・講座に参加して、ただ単に音楽療法を学んだだけでなく、心の豊かささらえ方、人生まで本当に沢山のことを教えていただきました。
- ・養護学校に勤めていますが、セラピーが教育のカリキュラムのように指導者中心に企画する事とは違い、あくまでクライアント中心にということと、応用できずにいます。
- ・個別のプログラムで日本の現在の教育環境の中でも、ミュージックセラピーの要素が受け入れられるには、どうしたらよいか手がかりがつかめる研修を組んでいきたいと思っています。
- ・1日目高齢者の音楽療法は焦点が見えず、午前と午後のギャップに困惑した。
- ・2日目Music childの概念というものがまったく説明されずわからなかった。「ノードフ・ロビンズ音楽療法」というやりかた、基本理念についての理解が難しかった。
- ・保育園という場で色々な子供達と接しているが年々理解しがたくなってきている。また、障害をもつ子の入園も多く、多いときはクラスの半分という年もあり、その子供達の育て方にも色々な面から悩みながら保育している状態で子供達は急速に変化している。そ

の対応にセラピスト的な考えは大変重要であり参考になった。

- ・ノードフ・ロビンズ音楽療法センターでの活動やセンター内での様子など見せてもらいたかった。
- ・患者本人も音楽療法が適切だと思いますが、周りの家族こそ、心を癒される療法が必要だと思えました。
- ・藤本さんのケースは疑問が残った。せっかく音楽とクライアントがつながっているのにそれを邪魔するように見えるところがたくさんあった。日本ノードフ・ロビンズの代表のように受けとった人も沢山いる。藤本さんはノードフ・ロビンズの卒業生なんだろうか。
- ・交流会があったら情報交換もでき、より身近な会であったと思います。
- ・レジュメがよく整理されていて、英文も参考になりました。
- ・今後も各地で順々に行うようにしていけたら良いと思う。
- ・通訳の3人の先生方がそれぞれ親しみやすく、話もわかりやすくこの会をスムーズに行う大きな要因になったと思います。
- ・もつと、ピアノなどの楽器で演奏していただき良かった。
- ・アルツハイマーの高齢者へ行った音楽療法、効果がよく解り鳥肌がたつほど感動しました。音楽にはまだまだ沢山の可能性があることを実感しました。
- ・報道関係が来ていたが、照明が眩しく受講の妨げになった。マスコミで音楽療法について取り上げられ、社会的にも広く知られる事はとても喜ばしいが、受講の妨げになるような事はさけてほしい。
- ・セラピスト自身の人間性が問われるたいへんな分野であることを実感した。
- ・秋田のスタッフのみなさん、初めての企画なのに本当に大きな催しご苦労様でした。最後音楽でおわったことステキでした。
- ・各地区の音楽療法活動について今回のような大会で発表の場を設けてほしい。
- ・「音楽をもって内的な満足を与えるように」との言葉、身にしみました。
- ・後半の拍手のものや、トーンチャイムのものなど各講座の中の一つずつでも入れてくださったほうが良かったと思う。

今後セミナーを開催する際の要望

- ・関東、東京で開催すれば参加しやすい
- ・交通の便がよい方がいい（駅近く）
- ・対象者（高齢者、精神障害者、障害児）毎のセミナーを分科会的に少人数にしたらよい
- ・音楽療法の入門編のように簡単な研修があればよい
- ・参加者がそれぞれの考えを話し合える場があればよい
- ・交通の便を考えた設定をしてほしい
- ・受講生が何らかの形で参加できるようなセミナーを期待する
- ・毎年テーマをしばったセミナーを開催してほしい
- ・実技が入ったものがほしい（気分転換になる）
- ・毎年地方を巡回して開催してほしい（音楽療法を普及できる）
- ・認定音楽療法士になるための必須事項なのでスーパーバイズの一部始終を知りたい
- ・少人数制のセミナーディスカッション式にしてほしい
- ・セミナーに関する書籍の洋書を販売してほしい
- ・実際のセッションを見てみたい

（別紙2）

日赤健康サンバ

作詞 高野弘之
作曲 高野弘之

きぎのみどり さえずるとり
うららかなるのひに かなでるハーモニー
あなたといま みつめあって
おどりはじめ ようよ こころもかるく
つらいことがあっても いやなことがあっても
あなたとほら おどれば あいがいめばえる
さあ おどろろ サンバ ゆめ のなか サンバ
ストップふみだせば パラダイス
さあ おどろろ サンバ ゆめ のなか サンバ
あしたをばら いろに じんこうサンバ

日赤健康サンバ

一、木の緑 さえずる鳥
うららかなるの日に 奏でるハーモニー
あなたと今 見つめあって
辛いことがあっても 燃なことがあっても
あなたと ほら 踊れば 愛が手生える
さあ 踊ろろ サンバ 夢の中 サンバ
ストップ踏みだせば パラダイス
さあ 踊ろろ サンバ 夢の中 サンバ
明日をバラ色に 健康サンバ

二、青い空と きれいな海
まがしい夏の日に はじけるリズム
あなたと今 手をとりあい
生きていくぬくもり 伝わっている
淋しいことあっても 恐しいことあっても
あなたと ほら 踊れば 力みなぎる
さあ 踊ろろ サンバ 夢の中 サンバ
やさしくささやけば パラダイス
さあ 踊ろろ サンバ 夢の中 サンバ
明日を生きていこう 健康サンバ

三、紅く染まり そびえる山
たわな歌の日に 輝くメロデー
人はみんな 力あわせ
生きていく姿 美しい
清らかなる日を 送りたいのならば
みんなと ほら 踊れば 夢がかなうよ
さあ 踊ろろ サンバ 歌って サンバ
ほほえみをあげたら パラダイス
さあ 踊ろろ サンバ 歌って サンバ
明日へはばたこう 健康サンバ