音の輪・音の和

一般社団法人
兵庫県音楽療法士会

2016年3月発行 No.6

「学びの場を考えていくことの大切さ」

一般社団法人兵庫県音楽療法士会 理事長　松 﨑 聡 子

当会は、平成14年に発会してからほぼ毎月講師を招いて研修会を開催しています。24年度に法人化をしてからは「音楽療法の実施者の技術向上及び育成に資する事業」として研修会のさらなる充実に取り組んできました。

音楽療法現場はともすれば、独りよがりになりがちです。自分自身のアプローチがある程度確立してくるとそれでよしとしてしまう甘えがおきます。
しかし「風通しの良い音楽療法」を考える上では、外からの情報を取り込み、内からの情報も発信していくことが必要ではないかと思います。その意味でも研修会というのは大切な学びの場です。

また、音楽療法というのは「音楽」と「療法」のまわりにある多くの学問分野の混合種で、学際的性質を持っており、学ぶ範囲は多岐に渡ります。したがって、研修会の講師の選出も幅広くなり、音楽療法士以外に心理士、理学療法士、医師、看護師、音楽家、経営者など、福祉、教育、医療という分野で活躍されている方にお願いしております。

今年度は、海外からも講師をお招きしました。11月に招聘したアラン・タリー先生は、ニューヨーク大学ノードフ・ロビンズ音楽療法センター長であり、第一線で活躍されている音楽療法士です。当会の顧問である岡崎香奈先生のお力添えでアラン先生の招聘が実現しました。「創造的音楽療法～事例から学ぶ臨床的音楽の使い方～」というテーマで、NYセンターの実践をビデオで観ながら、どのような音、音楽が使われているか、セラピストがどのような関わりをしているかを学び、そして実際にロールプレイをしました。参加者からは「とても勉強になった」「このような学びが必要である」との声が聞かれました。

「What（何を）」「How（どう）」奏でるか！音楽療法は、料理に例えられることがありますが、まずは素材（音・音楽）の鮮度の良さが大切です。そしてその素材をどのように“調理”するかは療法士の腕次第!!幅広い知識と技術を備え日々の臨床に活かせるように、これからも学び続け、そして学びの場である研修会を充実させていきたいと思います。

もくじ

- 学びの場を考えていくことの大切さ …… 1
- 東日本大震災復興支援事業
  - 第4回 音・きずなコンサート …… 2
  - 各支援団体主催の取り組みへの参画 …… 2
  - 現地派遣報告 …… 3
- 音楽療法定着促進事業 …… 4
- 医師から見た音楽療法 …… 4
- あなたの町のセラピスト …… 5
- 平成27年度 研修会・事例研究会事業 …… 6
- 山口陽雄記念賞授与式 …… 7
- ソーシャルワーカーデー2015inひょうご …… 7
- 親と子の音楽祭 …… 7
- 楽器紹介＆音楽の豆知識 …… 8
- 補助金の使用用途報告 …… 8

東日本大震災復興支援事業

第４回 音・きずなコンサート

五月晴れの5月２４日「第4回 音・きずなコンサート」が楠寺のラピスホールで開催されました。薬師瑠璃光如来様がご本尊で、ご住職様から「ちょうど音楽療法にぴったりの場所ですね」とお言葉をいただいたことで、東洋的・神秘的なコンサートを企画しました。

まず竹の素朴な音色のアンクルンで奏でる『花は咲く』で幕が開き、『やさしさに包まれたなら』の演奏で、柔らかい布(スパークハーフ)を使い優しい雰囲気に包まれました。

次は『あまちゃん』のピアノ連弾に合わせて、思いっきり身体を動かしました。思わず舞台に駆け上がるお子さんがいらっしゃって微笑ましく、盛り上がりました。

続いては今回の会場に合わせて選曲した『オリエンタルテンプル』です。この曲では銅鑼や木魚などの楽器を、会場から希望者を募って舞台で演奏していただきました。途中、会場の皆さまに歌を歌っていただき、会場全体がひとつになりました。

次にアイリッシュハープで『星に願いを』を演奏して、最後は全員で『小さな世界』を手話をつけて歌いました。参加者の感想として「泣いていた子が手話を一緒にするなど、音楽療法士の優しい対応が有難かった」「普段の児童と違う様子が見られた」「たった1時間でみんなの表情の変化が見られたのはスゴイと思った」「思いがけないハープの音色に癒された」などの声が聞かれました。

ご来場下さいました多くの皆さま、このコンサートに関わって下さいました、たくさんの皆さまに感謝申し上げます。

各支援団体主催の取り組みへの参画

神戸まつり べこっこＭａＭａとパレードに参加

「あしたの集い」のクリスマス会

現地派遣報告

今年度も兵庫県から東日本大震災復興支援事業の補助金を受け、8月に1回、10月に2回の9名の会員が、宮城県石巻市、福島県南相馬市で音楽療法を行いました。

●8月5日～7日　　清水真理子

第1班の3名は「30年前のキャンディーズ」という名で石巻市を訪問しました。地震から4年半。心に傷を負った皆様に受け入れていただけるか、という不安。しかし、仮設住宅では盆踊りの練習、子供さんも交えてのキラキラシャボン玉作り。高齢者デイサービスでは『テネシーワルツ』に合わせ利用者さんとダンス、と現実から離れた笑顔のひと時を過ごすことができました。「もう帰るの？でもまた明日来てね。」との嬉しい言葉をかけていただき、皆様と心が通じた思いがしました。

被災地の抱える問題は変わってきていますが、活動を継続することによって、本当の意味での元気が取り戻せる日が来ることを願っています。

●10月6日～8日　　中川しのぶ

第２班は石巻市の仮設住宅2か所と、震災後有志で立ち上げられた踊りの会、地元の復興支援団体を訪問しました。仮設住宅では7～14名と少人数でしたが、『あまちゃん』の演奏に始まり、季節の歌や懐かしい曲を一緒に歌うことによって、皆さんの表情が徐々に柔らかくなり笑顔が出ました。トーンチャイム奏では「いい音がしますね。」と何度も鳴らされ、その音色に聴き入っておられる方、また「歌や演奏を聴く機会はあっても一緒に歌ったり楽器を鳴らしたりすることはなかったので楽しかった。」という声も聞かれました。

踊りの会と復興支援団体の皆さんは積極的に活動に取り組んで下さり、始終笑いの絶えないセッションになりました。現地はまだ復興途上にある状況の中、明るく前向きに頑張っておられる皆さんの姿に力強さを感じました。

●10月28日～31日　　中田智子

私は、今回初めて第3班のメンバーとして参加しました。場所は、福島県南相馬市鹿島区にある自立研修所「ビーンズ」、原町区の「デイサポートぴーなっつ」、デイサービスセンター「しゃりん梅」、自立研修所「えんどう豆」の4か所でした。どの施設でも、たくさんの方が声かけに応じてくださり、音楽を通して親しみを持っていただいていることが感じられました。現在、この地域での音楽療法の実施は不定期で頻度も高くはないようですが「みんなと音楽を楽しむ」というベースがしっかり根付いていることから、私たちの音楽活動でも、積極的に楽しんでくださったのだろうと感じました。また、周囲の人や作物の見られない畑の風景とは対照的に、明るく元気に活動されている様子が印象的でした。

音楽療法定着促進事業について

兵庫県音楽療法士会では、県の補助を受けて音楽療法定着促進事業を行っております。前号では、その事業をきっかけに、音楽療法を取り入れ継続している障がい児・者施設を取材させていただき、記事としてまとめました。今回は、促進事業はご利用いただいていないものの、長い間音楽療法を取り入れている医療現場を取材させていただき、その取り組みの様子をまとめました。

質　問	A病院（精神科）臨床心理士	B病院（リハビリテーション科）看護課長・作業療法士・言語聴覚士	C病院（緩和ケア）看護師
Q1. 音楽療法を始めたきっかけと現在継続している理由	・薬物や精神療法だけでなく、患者様と楽しむ時間を共有する音楽療法や芸術療法を実践してきた。 ・音楽療法の治療効果を実感し、より充実させたいと考えている。また、患者様を多面的にとらえ、それぞれの専門的な仕事に活かしたい。	・様々な療法を取り入れようとしていた時期に音楽療法士との出会いがあったため　。 ・患者様が音楽を楽しんでいる様子を見て、歌唱や楽器を使うことがリハビリにつながると思ったから。	・キリスト教系の病院で日常的に讃美歌が歌われており、音楽の効果を期待した。 ・患者様とご家族の癒しにつながっていると考えた。
Q2. 音楽療法の場における患者様の心身の変化（具体例）や関わられた職員、ご家族の感想	・何事にも関心を持てない患者様が、開始のアナウンスを聞いて病室の扉の前で待たれる等、グループへの帰属意識を持たれるようになった。 ・音楽療法の場では、他のメンバーの準備を手伝う等、他者との連帯感が感じられるようになった。 ・音楽療法の発表会では、ご家族様が「音楽の力で救われています」と言われたり、発表する姿を見て涙ぐまれる方もいらっしゃった。	・歌唱では発音がしやすくなり、言葉が出るようになられた方、また、フレーズを最後まで歌いきろうとし声量の増大につながった方がおられる。 ・患者様の状態に合わせた楽器を提供すると、音楽にあわせて手や腕の機能が誘発され、残存機能の再確認につながり、その後のリハビリにも生かされた。 ・患者様に対する音楽の癒しが、職員を含めての癒しにつながっている。	・ギターを弾かれていた方が、コンサートをすることを目標とされ、病院内で実現された。その時の選曲が、家族への感謝の気持ちを表現されるものとなっていた。 ・グリーフケアとして、故人の好きだった音楽のコンサートを催している。遺族の方の感情放出があり、思い出として振り返られ、自分一人ではないという思いを持つことができておられる。
Q3. 音楽療法の良かったこと	・医師の問診に無反応だった患者様が、音楽療法の話になると答えられるようになられた。 ・職員が一緒に楽器を練習することで、個々に患者様と関わりながら共に楽しむことを実感できている。 ・器楽合奏では、楽器の音により、言葉はなくても患者様が互いに存在を認め仲間意識が芽生える。	・継続することで、患者様方にゆっくり階段を上っていくような変化が見られる。現状維持がやっとの方々にとってはそこが大変であり、それができることが良い点である。 ・音楽療法での様子を他のリハビリスタッフや病棟職員に伝えることで、患者様の病状や様子を共有でき、全体で支えることにつながっている。 ・音楽療法の場が出会いの場となっており、患者様の刺激と喜びにつながっている。	・今を生きる力を与えられている。 ・入院時の情報収集の一項目に“好きな音楽”を伺い、その答えから話が膨らむことで、スタッフとの距離が縮まり、また、患者様の心身を支える一助となっている。 ・体の状態が厳しい中で、時に音楽が癒しとなり苦痛を忘れる時間をもたらしてくれている。

この度貴重なお時間を割いて取材に応じてくださいました3病院のスタッフの皆さま、本当にありがとうございました。この場をお借りしまして、厚く御礼を申し上げます。
まだ音楽療法を取り入れておられない病院関係者の方々で詳しくお知りになりたい場合、また質問等ございましたら、定着促進事業のコーディネーター折橋まで、ご連絡をお待ちしております。

TEL：078-261-9601　FAX：078-261-9602　Email：hmta_sokushin@ybb.ne.jp

医師から見た音楽療法

兵庫県立総合リハビリテーションセンター
司馬良一（整形外科専門医、リハビリテーション科専門医）

私は学生のとき、チェロのレッスンを受けてました。ある日チェロの先生（野村武二氏）からこの本を読んでみたらと、もらったのがジュリエット・アルヴァン氏の「音楽療法」でした（実は、チェロの師の師の佐藤良雄氏はカザルスの生徒でアルヴァン氏とは同門）。その時はさらっと読んだだけでしたが、卒業して整形外科医になり、肢体不自由児の勉強もするようになって、治療対象のこどもがアルヴァン氏がチェロを構えて音楽療法をしているこどもたちとほとんど同じ疾患であるのに気づき、本を精読しなおしたのをおぼえております。脳性麻痺、知的障害、自閉症、頭部外傷・・・。私は平成５年、このような障害児がたくさんいる県立のじぎく療育センターに赴任、ちょうどその時、県からの「‘兵庫県音楽療法士補’の受け入れについて」という文章を目にし、さっそく２名の士補をお願いし、障害児を対象とした音楽療法をスタートさせました。小児科医が中心となり対象を選択し、目標を定め、回数・期間を決め、評価をする、医学的リハビリに準じ、診療報酬の要件に合わせました。将来的には、エビデンスを集積し国家資格がとれるようになればいいなと思っておりました。診察と同じで、対象者に‘どうされましたか’（問診）から始まり、何がつらいのか（主訴）、何をしてほしいのか（目標）がはっきりしてはじめて治療法（音楽）が選択・実行され、効果（エビデンス）云々に至るのではないでしょうか。

むずかしいがこういう音楽療法にしたいものです。

あなたの町のセラピスト

酒澤奈美（姫路市在住）

幼少期より音楽教育を受けて育った私は、進路を考える時に音楽か看護の道かで悩みましたが、まず、看護師として人の為に働く道を選びました。病院に勤めてから、音楽療法を知り、私の持っているもの全てを活かせるのはこれだと、いつか学びたいと思っていました。緩和ケア病棟に配属され、辛そうにされている患者様に歌を歌ってほしいと言われ、リクエストされた曲は「川の流れのように」「ふれあい」でした。この歌の歌詞によって患者様の気持ちに触れることが出来、語りの中からケアに繋がっていることに気付きました。そこで、この病棟で私が出来るケアとして音楽を使いたいと思い、音楽療法を理論的に勉強したいと上司に相談し、兵庫県音楽療法士養成講座を受けました。そして資格を取得後すぐに個別の音楽療法を始めました。看護師として、その方の全人的苦痛をアセスメントし、どのタイミングでどの切り口から音楽を使用していくかを考えます。患者様は好きな音楽からご自身を振り返り、「自分の人生捨てたもんじゃなかったな」などとご自分の感情に気付かれたり、ご家族と一緒のセッションの中で絆が生まれたりします。時には患者様自身が、大好きだった歌が歌えなくなって体の状態低下を感じ現実を知ることもあります。その時も側に寄り添い共感の態度を取ります。

又、ご遺族へのグリーフケアでは、生前ご一緒に歌った思い出の曲を遺族会で歌い、その方について語っていただくことで、ご家族の看取りにおける自己肯定感を高められるようにしています。あるシスターが私の音楽療法を『患者さん家族に生きる力を引きだしてくれている』と評価してくださったことがありました。これからも、この言葉を糧に、「音楽の看護師」として患者様やご家族に音楽で寄り添い、対象者の方の心に音楽の種をまき、花を咲かせていきたいと思っています。

平成 27 年度研修会・事例研究会事業

4月研修会

講師：後藤　力氏
広島国際大学准教授、理学療法士
「動作分析の実践」

6月事例研究会

講師：北村　英子氏
日本音楽療法学会認定音楽療法士
「高齢者領域の音楽療法」

7月研修会

講師：キース・ヒルズ氏
打楽器奏者
「フレームドラムを使って」

8月公開研修会

講師：山口　晴保氏
群馬大学大学院教授、認知症専門医
「個を生かし・結びつける認知症への音楽療法
～その実践原則と効果評価～」

9月事例研究会

講師：北本　福美氏
金沢医科大学精神神経医学講師
臨床心理士、芸術療法士
「イマジネーションを体験する
～セラピストの感性の基礎～」

10月公開研修会

講師：近藤　里美氏
北海道医療大学リハビリテーション科学部
作業療法学科准教授
「医療・介護従事者とともにつくる音楽療法実践」

11月公開研修会

講師：アラン・タリー氏
ニューヨーク大学ノードフ・ロビンズ音楽療法センター長
「創造的音楽～事例から学ぶ臨床的音楽の使い方～」

多くの事例の紹介があり、セラピストとクライエントの音楽を通しての交流と変化していく様子を見て、会場は感動に包まれました。休憩時間にアラン氏が弾くピアノで場の空気が変わります。音楽の魅力を再認識した一日でした。

1月事例研究会

講師：後藤　浩子氏
日本音楽療法学会認定音楽療法士、臨床心理士
「音楽療法の技法を考える
～堀田喜久男先生による『発語音楽療法』について～」
「様々な技法をクライエントに生かすために
～発達障害に気づいて・育てる基礎調査票から学ぶ～」

3月研修会

講師：北口　勝也氏
武庫川女子大学文学部教育学科准教授
「音楽療法における目標の設定」

2月公開研修会

講師：岡崎　香奈氏
神戸大学大学院人間発達環境学研究科准教授
英国・米国公認音楽療法士、世界音楽療法連盟資格認定委員
ノードフ・ロビンズ音楽療法士（教員資格取得者）
「創造的（ノードフ・ロビンズ）音楽療法の理論と技法～臨床即興の練習方法～」

第4回山口陽雄記念賞授与式

音楽療法の普及発展・音楽療法士の士気向上を図る目的として設立された山口陽雄記念賞の授与式が2月28日に行われ、渡邊幸子会員が受賞されました。審査委員長の阿部恩(あべ　めぐみ)氏より「地道な音楽療法士の活動に敬意を表したいと思います。音楽療法士会の運営にも携わり音楽療法の普及活動に尽力されました。」と審査講評を述べられました。医療法人社団向陽会理事長代理である山口直子氏(同社団理事)から「これからも父の遺志を継いで頑張っていきたいと思いますので、皆様のご活躍を心よりお祈り申し上げます。」と述べられ、賞状並びに副賞が贈られました。受賞された渡邊氏は「多くの先生方にご指導いただき、また仲間たちに支えられて、ここまで歩んでこられました事、心よりお礼申し上げます。山口先生は10年後の未来を見据えて多くのご助言を下さいました。当会も15周年を迎えようとしている今、山口先生が仰っているお言葉の意味を折に触れて少しずつ感じ取ることが出来るようになりました。初心を忘れることなく、ますます研鑽を積んで参りたいと思います。」と謝辞を述べられました。

ソーシャルワーカーデー2015inひょうご

平成27年７月20日海の日に、神戸市立こうべまちづくり会館で開催された兵庫県社会福祉士会主催「ソーシャルワーカーデー2015inひょうご」にて、音楽療法のデモンストレーションを行いました。介護や支援の現場スタッフに、音楽療法についてもっと知っていただく為に、音楽療法ならではの活動を楽しく体験していただけるようなプログラムを取り入れました。

セッションの始まりは全員でボンゴのリズムに乗り、次に『ハンガリー舞曲』でバイオリン演奏に合わせて新聞をビリビリと破いていただくと笑い声があふれ、紙吹雪が宙を舞いました。引き続き、手作りのカラフルな魚たちと一緒に『おさかな天国』で身体を動かしました。次に『うみ』に合わせてトーンチャイムを鳴らしていただき、その音色が作り出す雰囲気を感じていただきました。続いて『テキーラ』ではスペイン語の掛け声も飛び出して会場が一体となり、鈴やエッグシェイカーが賑やかに鳴り響きました。最後はバイオリンとツリーチャイムに合わせ『見上げてごらん夜の星を』を全員で歌い終了しました。

限られた時間の中でしたが、皆さんが笑顔で参加される様子から、音楽療法の楽しさを感じ興味を持っていただけたのではないかと思いました。

親と子の音楽祭

平成２７年１１月２８日（土）13：30より　高砂市文化保健センター中ホールにおいて、高砂市肢体不自由児者　親の会主催「親と子の音楽祭」が開催されました。約１２０名の方々にご来場いただき、音楽療法士会からは２２名が参加しました。

主催者様からの依頼で障がい児・者の方々が演奏に参加できること・鑑賞できることはもとより、周りを気にせず一緒に音楽を楽しんでいただけることを配慮して企画しました。会場は車イス利用者の方のスペースをメインに広く取り、段差に不自由のない方等は階段席で参加していただきました。

トーンチャイムでの『さんぽ』『Believe』の演奏から始まり、皆さんは会場に響く音色に引き込まれているようでした。『音楽はじめよう』では、舞台上からの掛け声に元気な応答があり、音楽療法士が太鼓を持って回ると身を乗り出して元気に叩く姿も見られました。動物に仮装した音楽療法士の動作に合わせ自由に身体を動かして盛り上がり、保護者の方が楽しめる独唱や楽器の演奏を鑑賞していただきました。

後半は手作りマラカス等をリズムに合わせて振り鳴らし、合唱も大きな声で一緒に歌い会場一体となりました。それぞれに楽しんでいただいたバリアフリーのコンサートであったように思います。親の会代表の方々には、ご家族の付き添いをしながらの会場準備でお世話になりました。

アンケート回答では「子供連れでも気にせず楽しめた」「生演奏が聴けて良かった」「参加型で音楽療法士と来場者が繋がって良かった」「癒された」など感想をいただきました。

楽器紹介 & 音楽の豆知識

♪【楽器紹介】

ドレミパイプ(ブームワッカー)

1994年、アメリカ生まれのカラフルなパイプの楽器です。パイプのそれぞれの長さによって正確にドレミの音階が調節されています。「ブームワッカー」が商品の正式名称ですが、販売元の会社の了解のもと、商品のイメージを連想しやすい「ドレミパイプ」という名称とともに紹介されています。演奏方法は、パイプを手に持って床や机、自分の手や足、ひざなどを叩き、リズム楽器として楽しめます。それに叩くものによって音の響きも変わります。また、ドレミの音階を使って、メロディー楽器として曲を演奏することもできます。材質はポリエチレン製で非常に軽量な上、壊れにくいので、小さなお子様からお年寄りまで安心して使用できます。アメリカやヨーロッパの各国で、知育楽器としても高い評価を受けている楽器なので、日本国内でも幼稚園や保育園、リトミック教室、そして音楽療法の現場などといった幅広い分野でも利用されています。

♪【演奏会で絶対にやってはいけないこと】

一般に『クラシックの演奏は敷居が高い』という印象をお持ちの人もいるのではないでしょうか？特にクラシックのコンサート初心者の方の場合、安全に演奏会を楽しむオススメの方法があります。それは、「人よりも先に拍手しない」ことです。主に曲が終わるときの拍手のことですが、みんなが拍手をし始めたら、自分も拍手をすればいいのです。とはいえ、「人より先に拍手しない」をみんなが本気で実践すると誰も拍手ができず、沈黙が永遠と続き大変なことになります。しかし、静かに祈るように曲が終わった場合、聴衆の「ああ、この余韻にもっと浸りたい」という考えが一致し、暫く沈黙が続いたのち、拍手が沸き起こる・・・このような沈黙は、格別の感動を演出します。もし、幸運にも初めてのコンサートでそんな特別なコンサートに遭遇したとしても、「人より先に拍手しない」ことで、自然とその場にふさわしいふるまいができるということになります。

参考文献　飯尾　洋一　著
「この一冊で読んで聴いて10倍楽しめる！ クラシック BOOK」より

兵庫県健康福祉部障害福祉局障害支援課から補助金で楽器を買いました。

平成27年度兵庫県音楽療法士会の日頃の地道な活動が、障害のある方々に芸術文化とふれあう機会や場づくりを進めるものであると認められました。

それに伴い、兵庫県から支援（補助金）を頂き、楽器を購入しました。

新規購入楽器は、トーンチャイム・音積み木・アンプ・シンバル・ウインドチャイム・ハンドベル等です。

兵庫県音楽療法士会事務所

JR灘駅・阪急王子公園駅下車
徒歩約10分
神戸市バス(90・92系統)
上筒井1丁目バス停下車すぐ

兵庫県音楽療法士会では 以下のURLのホームページを運営しております。音楽療法に関することはもちろんのこと、会の活動内容や公開研修会の案内などをご覧いただくことができます。音楽療法で使う楽器の紹介も充実させたいと思っております。
是非HPにもおいでください。

〒651-0062　神戸市中央区坂口通2丁目1-1　兵庫県福祉センター6F　一般社団法人兵庫県音楽療法士会事務局
TEL(078)261-9601　FAX(078)261-9602　E-mail:hmta_02@ybb.ne.jp　http://hmta2.net/

編集後記

今回、前号から取り組んできた定着促進事業の中で特に医療分野での音楽療法にスポットを当て、医療現場において取材させていただき現状把握を行いました。今後より多くの医療関係者にご理解を頂き、音楽療法が定着し発展・展開することを期待いたします。また、音楽療法が料理に例えられるように音・音楽の素材の鮮度と療法士の調理の腕前を研鑽して臨床に活かせるようにしていきたいものです。広報誌発行にご協力いただきました皆様に、心より感謝申し上げます。（広報部）