

5. 音楽を用い、心身の障がいの回復や維持改善を行う活動

グループ名 音楽セラピー「かおり音（ネ）」

代表者 堀 裕子

1 活動の目的

人はいろいろな場所で音楽や音を耳にしています。その音楽から勇気を与えられたり、優しい心を取り戻したり、又、懐かしい思い出を思い興させてもらったりと百人が百様、その方が生きてこられた道筋のように異なった感じ方を与えてくれます。

この度の助成金をいただき、A群：身体障害者療護施設で過ごしておられる方々に音楽を用い、機能回復や維持・改善をねらいに、一方、B群：地域自治会活動の中で高齢者に対しての認知症や引き籠もり予防をねらいにしながら、それぞれの場で参加者同士が協調性や社会性、積極性、感受性、コミュニケーション能力の向上がなされ、お互いを支え合うことにつながっていくことを目的にボランティア実践活動を展開しました。

2 活動の概要

A群の対象者は、脳内まひ、頭部外傷による四肢機能障害、脳出血後遺症、脊椎損傷、くも膜下出血後遺症、脳脊髄炎後遺症、などの障がいをもたれる31名の成人。期間は、月2回各60分の計42回（2007年4月～翌年10月）。場所は大阪府C身体障害者療護施設の多目的室。セラピスト、ピアニスト、介護士3名。内容は、挨拶の歌、体操、季節・行事の歌、歌遊び、歌や合奏、音楽朗読劇2作、さよならの歌を実施しました。

B群の対象者は、大阪府D市E自治会に在住の高齢者36名。期間は、3回各120分（2007年5月中旬、同年12月中旬、翌年6月の下旬）。場所は、地域会館及び幼稚園ホール。セラピスト、ピアニストの2名。内容は、「クリスマス会」や「七夕の会」とし参加者を募り、季節・行事の歌、歌遊び、歌や合奏、音楽鑑賞、踊りを実施しました。

A群：

第Ⅰ期：身体障害者療護施設にて歌体操・歌唱・わらべうた・合奏などを用い、音楽の楽しさを味わいながら、音楽セラピーに参加する意欲や関心の向上を図りました。

第Ⅱ期：参加者との関わりを持ちながら社会性を取り戻し、日本昔話：音楽朗読劇「うさぎと亀」に参加する楽しさを味わいました。楽器はジーカ、シェケレ、ラトル、ウインドーチャイム、カルタール、チャスチャス、レインスティック、フィンガーベル、などを使用し自由に効果音作りや合奏を行いました。

第Ⅲ期：挨拶の歌、体操、季節・行事の歌、歌遊び、歌や合奏、さよならの歌を演奏しながら、参加者同士の協調性や生活リズムの改善を図り、達成感・到達感・満足感を感じ合える居心地の良い仲間づくりを図りました。

第Ⅳ期：参加者同士との関わりを持ちながら、積極的に日本昔話：音楽朗読劇「花咲き爺さん」を演じ合い、役柄に成りきり感受性を豊かにすることの楽しさを感じ合いました。又、コミュニケーションを取りながら発語を促す活動にも発展しました。



A群：身体障害者療護施設にて



B群：自治会内の地域会館

B群：自治会内の独居生活の方や高齢の方々は、初めは歌も静かで遠慮がちな取り組みにみえましたが、トーンチャイム、ミュージックベル、ウインドーチャイム、レインスティック、フィンガーベル、鳴子など、普段、手に取ることの無い珍しい楽器を演奏されるうちに、いろいろな音色に興味や関心を示し演奏を繰り返していきました。

3 活動の効果

助成金を多くの無音程打楽器やトーンチャイム、ミュージックベルなどの購入に使用をしました。参加者が懐かしい曲に自由に参加が出来るように、自由打ち演奏を主体にしながら活動を繰り返しました。それまで、参加者は歌を歌う場面でも、ただ手拍子だけをしていた活動から、多種多様な楽器を持ち、安らぎと心地良い響きが身体に伝えられる手応えを感じながら、正確に演奏を行うことの楽しさを感じるようになりました。これは、シーショアのいう「リズムに対する本能的な渴望の結果は『遊び』であり、身体と精神をフルに使って自分自身を喜ばせるための特に目的のない行為」につながったと思われます。

◆ Carl Emil Seashore

<正確なリズム打ち>
賞賛を得られる

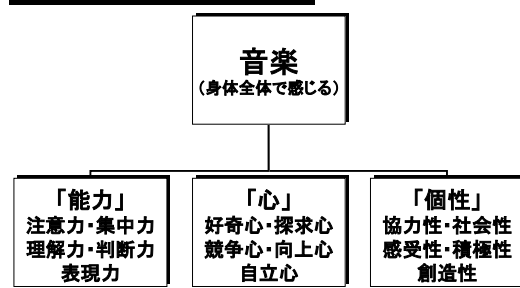
<刺激と弛緩>
自分を喜ばせる遊び

<言葉の制限が無い>
非言語的コミュニケーション

又、音楽から促される注意力や集中力・理解力・判断力・表現力がそれぞれの「力」の向上につながったと思われました。

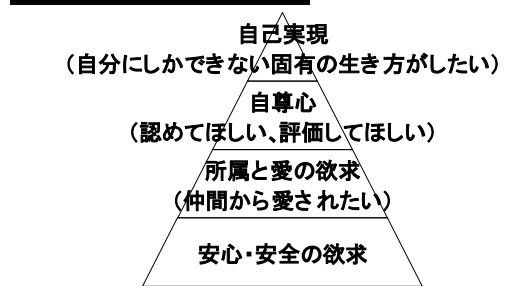
「何だろう」「面白い」「すごい」「出来た」などが、好奇心や探求心・競争心・向上心・自立心の「心」にも刺激を促し、ダルクローズのいう、音楽により能力と心が作用し合いその方々の「個性」が育まれたと思われました。

◆ Emile Jaques Dalcroze



そして、楽しく演奏していく中で、セラピストや他の参加者から上手に演奏ができた賞賛の声を得ることが多くなっていきました。これは、アブラハム・マズローがいう「欲望を満たすともうそれにはあまり執着しなくなり、次の質の異なった欲望が表れてくる」と述べているように、参加者は参加者同士の中でお互いを認め合い「安定」が保たれ、参加者の一員として居場所を発見し、自己表現が豊かになったように感じられました。演奏を実現させ、「自尊心」が芽生え、自己充実が繰り返されたと感じられました。

◆ Abraham Harold Maslow



リズム奏を確実に表現できる達成感・到達感・満足感を参加者と共感し合いながら音楽活動を行った結果、音楽活動に対し、より一層の興味・関心・意欲を示しました。同時に、これらの活動の繰り返しが自信につながり、多くの会話が引き出されました。施設の生活の中でも相手を思いやり気遣う場面が多くみられるようになりました。

B群では、鑑賞の「ふるさと」や「千の風になって」では、それぞれに回顧される思いをもたれ、涙を出される場面も多く見られました。又、全員で鳴子を持ち「ラデッキー行進曲」の大演奏をし、隣同士の参加者が笑いをもって演奏をしあい、元気なエネルギーを共感し合いました。一人では感じられない誰かと何かを一緒に作り上げる

ことによって得られる楽しさや感動を共感できたことなど、効果があったと考えられました。

4 今後の展開

現在、障がい者や高齢者の健康を支えるために、医療・保健・福祉・介護・心理・教育などの多くの領域が治療活動を懸命に行っております。健康な身体を取り戻し、その方がその方らしく生きて行かれる支援を領域「音楽の力」をも取り入れることにより、次に考えられている「予防」や「楽しく乗り切る力」などにつなげていけることを実証しながら、多くの実践を重ねていきたいと思っております。

最後に、この度のボランティア活動助成をいただき購入をさせていただきました楽器を、多くの方々に触れて演奏を実践できましたことを、心から深く御礼申し上げます。

今後、音楽のもつ楽しさを具体的な『音楽遊び』にしながら、その方がその方らしく自己実現をされていくお手伝いをさせていただきたいと考えております。

5 決算報告

| | |
|-------------------------------|------------|
| ① 鈴類 | ¥8,820 円 |
| (ジーカ、シェケレ、ラットル、カルタール、チャスチャス、) | |
| ② リズムラックタンブリン他、 | ¥23,562 円 |
| ペダル×2、スタンド×2 (足の不自由な方用) | |
| ③ フォフオシェーカー | ¥900 円 |
| ④ タイ銅鑼 | ¥6,000 円 |
| ⑤ 銅鑼スタンド | ¥5,000 円 |
| ⑥ 鉄琴 | ¥5,040 円 |
| ⑦ タンバリン | ¥2,310 円 |
| ⑧ 鈴・マラカス | ¥1,975 円 |
| ⑨ キーボード | ¥17,592 円 |
| ⑩ トーンチャイム及び、ミュージックベル | ¥114,615 円 |
| ⑪ ベル (フィンガーベル) | ¥1,680 円 |
| ⑫ キーボードスタンド | ¥2,480 円 |
| ⑬ 鳴子 | ¥5,040 円 |
| ⑭ ホーンサイレン、アヒルホイッスル | ¥8,630 円 |
| 合 計 | ¥200,000 円 |