

音楽療法の学びと実践 ～利用者が楽しいと感じられるように～

津久井やまゆり園生活 3 課 5 寮

吉井 健司

白居 順

1. はじめに

寮内での余暇の企画として、音楽であれば多くの利用者が一緒に楽しめるかもしれないと考え、知的障害の方を対象とした音楽療法をされている講師にお願いし、利用者向けの講座と、職員向けの講座を実施した。利用者向けに行っていた講座と、職員向けに行っていた講座をふまえ、職員が利用者に向けて音楽会を実施することが出来た。



2. 目的

寮内で多くの方が楽しいと感じられる余暇の企画として、職員が講師より学び、音楽会を実施することにより、利用者様のQOLの向上を目指す。

3. 実施場所および日時

- (1)令和元年 9 月 20 日 10:00～11:00
5 寮リビング
(講師による利用者向けグループセッション)
- (2)令和元年 9 月 27 日 10:00～11:00
5 寮リビング
(講師による利用者向けグループセッション)
- (3)令和元年 10 月 18 日 16:30～17:30
視聴覚室
(講師による職員向け講座)
- (4)令和 2 年 5 月 11 日 13:30～14:00
5 寮リビング
(職員による利用者向け余暇の音楽会)

4. 講師紹介

西村直人(にしむらなおと) 音楽療法士
NPO法人えほんうた・あそびうた代表、
NPO法人ファザーリングジャパン社員
キーボーディストとして、木山裕策、中西圭三、石川さゆりらと共演。音楽療法士としては「啓光学園(多摩市 知的障害児・者入所)」「なかまの樹(多摩市重症心身障害者通所)」を中心に、福祉作業所や学童デイなどで活動。



5. 講師による利用者向け講座

初回は一曲一曲の音楽を、職員も含めた参加者 全員で実施した。2回目については初回と同様にグループセッションを主に行ないつつ、合間にタンバリン・ウクレレなどの楽器や身体を使い、西村氏と交互に音を鳴らしたり、同じ動きをしたりといった個別セッションも取り入れて実施した。2回目実施時には、初回に実施した曲をリクエストした利用者がいて、職員が驚かされた。指や体を使った動きは、高齢の利用者の多い5寮では特に有効に感じた。



6. 講師による職員向け講座

場の盛り上げ方や進行のコツなどを教わり、利用者がうまくできなくても、曲が終わった際には「大成功!!」と声をかけ、決して否定しない姿勢が、自信につながったり、楽しいと思える瞬間が作れるというを学んだ。また、職員が楽しんで実施する事が大切だということも学んだ。



7. 職員による利用者向け音楽会

実施するにあたり、上手に行なうことは目的ではなく、音楽を楽しむこと・利用者一人ひとりが主役になれる場を作ることを念頭に置き実施した。当日出勤の職員にも協力をもらいつつ、職員でも出来る簡単で盛り上がる曲をチョイスし、参加は自由、やりたくない方には無理にお誘いしなかった。参加いただいた利用者に関しては、30分程度の実施時間を笑顔で手をあげられたり、声を出されたりといった反応も見られ、楽しんでいただけたように感じた。



8. まとめ

手を叩いたり、笑顔を見せたりした利用者が複数いたことにより、一定の効果はあったと考える。コロナ禍における寮内での余暇として、選択肢が広がった。参加を拒まれた方の思いと対応を考え、今後も寮内で定期的の実施予定である。また、この活動から音楽に興味を持ち、主体的に練習をするようになり、どこかで発表をして地域と繋がる活動ができるようになれば、ということを経験として考えた。