

# 精神科デイケアでの集団音楽療法について

— 広島県立総合精神保健センターでの昭和62年～  
平成2年の実践を通して —

古 矢 千 雪\*

Group Music Therapy for the Day-Care in a Mental Hospital

— The Practice from 1987 till 1990 at The General Mental  
Health Center of Hiroshima Prefecture —

Chiyuki FURUYA

数年前精神衛生法が改正され、精神障害者の通院医療をより積極的に進める方針が出され、デイケアが以前に増して必要とされてきた。しかしながら、公的機関としてのデイケア施設はまだ少なく、デイケアの内容も、ガイドラインはあるものの、実際の形態や運営方法はいろいろである。

筆者は、昭和62年～平成2年の間、広島県立総合精神保健センターでのデイケア・プログラムの1つである「音楽」を、音楽療法として実施できるように指導する機会を得た。

前回(1991)の報告では、主に実施に至る経過と、初年度の実践を通してのセッションの検討を行った。

本報告は、「音楽」を担当する講師や現場の音楽担当スタッフを指導していった中で、また、筆者自身が「音楽」のプログラムの中に入って通所者(メンバー)と直接かかわっていった体験を検討し、デイケアの目的を遂行する上でのグループセッションの形式で音楽療法を実施する時の注意や音楽活動の内容の検討、音楽活動を進める時のスタッフの役割やセッションの効果について考察したものである。

## 広島県立総合精神保健センターのデイケアの概略

デイケアとは：病状が安定したがなかなか仕事につけない、社会に出るのに今一步自信がない、人とつき合うのが下手、通院しながら家にいても毎日が不規則で張りがない、という悩みを持った人たちが昼間だけ通ってきて、一緒にグループ活動などしながら、生活

のリズム、対人関係の改善やよりよい社会参加をめざす、治療訓練の場である。……新しい体験を通して自信を持つようになるのが目的である。「デイケア案内」のパンフレットより抜粋

基本方針：居心地の良い雰囲気であることと、メンバーの主体的参加を第一とするものの2つが最低条件である。

対象：主として、精神分裂病圏で回復途上にあるもので、15～45歳の男女。

期間：原則として6ヶ月、必要に応じて延長する。学期制はとらず、常時通所者を受け入れる。

活動プログラム：全体ミーティング、全体スポーツ。グループ活動(コ・メディカルスタッフが担当)。洋裁、手芸、陶芸、木工、ワープロ、絵画、書道、料理、ヨガ、音楽など(外来講師による指導で行われ、スタッフは各プログラムに一人つくが、プログラムの進行には直接かわらないものである。)  
「広島県立総合精神保健センター所報 昭和63年度より抜粋」

## 音楽のプログラムの実際

「音楽」のプログラムの構造と概略を示すと、次のようになる。

### セッション前のスタッフ・ミーティング(30分)

セッションの打合せや準備、参加メンバーへの注意すべき点の検討などを行った。

### グループ・セッション(2時間)

音楽鑑賞・合唱・合奏をセッションの基本の形とした。

参加人数は約10～20人で、平均すると1回十数人程

\* 幼児教育学科

度であった。

男女比は3:1程度で、男性が多かった。

メンバーは自分の自由な意志で「音楽」に参加するかどうかを決めているが、さらに、「音楽」のプログラム（音楽鑑賞・合唱・合奏）のどこで参加してもよいし、退室も自由にさせた。

音楽鑑賞では主にクラシックの曲を使うが、特にジャンルにはこだわらずに選曲した。CDやテープが主であるが、時にはビデオや生演奏を取り入れた。また音楽を聞かせるだけでなく、その曲や作曲家にまつわるエピソードなどの話を必ず入れるようにした。

合唱では、耳慣れた曲やメンバーの希望を参考に選曲した。季節感も配慮した。ピアノ伴奏で、全員が一斉に唄った。始めての人にも参加し易いように、1回毎に完結させることとしたが、時には、輪唱や二部合唱も取り入れ、状況により、継続することもあった。

合奏では、耳慣れた曲やメンバーの希望を参考に選曲した。楽器を希望しない人は、ヴォーカルを担当してもらい、参加できる機会を作った。

#### セッション後のスタッフ・ミーティング (30分)

今日のセッションの反省や評価と記録、次回の計画や見直しなどについて検討を行った。

#### 昭和62年度のセッションの実際

初年度のセッションの内容については、前回報告したので、次年度の計画を含めた概略を述べると次のようになる。

期 間：昭和62年8月～63年3月

隔週で実施され、全セッション回数は14回。

計画したセッションに対応できるだけの楽器の準備もないままスタートしたが、次第に楽器も集まり、合奏をするときも、全員に何かの楽器が渡るようになっていった。7回目のセッションの時ピアノも入り、ダイナミックな生演奏や伴奏が可能になり、セッションが効果的に実施できるようになった。

セッションの基本の形を、音楽鑑賞・合唱・合奏としたことは良好であった。メンバーは自分の好みにより自由に部屋を出入りしているが、3つのパートのどこかで参加できる点がメリットとなったようである。この形式は次年度以降も続けることとした。

音楽鑑賞の選曲に際しては、特にテーマは決めず、メンバーの耳に少しでも慣れてるものを中心にして選んだ。そのため、メンバーの興味の幅を広げることや未知のものへのチャレンジは限られた。次年度から

の選曲の方法を再検討することとした。

合奏では、もう少し完成度を上げるために、パート練習を適時入れることと、使用する楽器を検討する必要がある。合唱も、ピアノ生伴奏での一斉カラオケというよりも少しテクニックを要する唄い方をさせたい。その場合、メンバーをうまく補助していくことが、スタッフの重要な仕事となる。

#### 昭和63年度のセッションの実際

期 間：昭和63年4月～平成1年3月

隔週の実施で、全セッション回数は24回である。セッションの内容と注意した点の概略を述べると、次のようになる。

##### 1. 音楽鑑賞

今年度は、いろいろな楽器の音に興味を持たせたいと計画した。生の楽器の音に触れることは、実際的な認識を持つことができるので、できるかぎりそのチャンスを作るようにした。楽器と曲の選択にはメンバーの希望を聞き、選曲する中で交わされるメンバーとの会話も大切に考えた。

取り上げた楽器は次のようである。

##### 1) オカリナ

メンバーの希望で、宗次郎の「心」を聴いたが、その後メンバーの1人が、持参したオカリナを演奏して皆に聞かせた。

##### 2) ヴァイオリン

CDで「チゴイネルワイゼン」を聴いた後、講師が持参したヴァイオリンを、メンバー1人ひとり少しづつ弾いてみた。講師はこのセッションの準備のため、ヴァイオリンのレッスンを受けに行っていた。

##### 3) サックス (2回)

ジャズのナンバーから、サックスの部分を抜粋して聴いた。その後、メンバーの1人にサックスとクラリネットを吹いてもらい、音の違いを聞き比べた。

また別の機会には、サックスが得意なスタッフが曲を選び、演奏内容の違いなどを解説した。

##### 4) フルート (2回)

クラシックの曲とジャズからそれぞれ選曲した。実際の楽器を使い、吹き方の説明をした。

##### 5) トランペット (2回)

スタッフからトランペットの構造や吹き方の説明を受けた後、クラシックの曲とジャズを聴いた。

##### 6) 三味線

邦楽器にも触れさせたいと計画していたところ、講

師の友人で三味線のできる女性をボランティアとして頼むことができた。三味線の簡単な歴史の話の後、長唄の曲から抜粋して演奏してもらい、メンバーにも楽器に触れてもらった。

#### 7) 声楽

声楽家の歌声も音の1種類と考えられるが、それをメンバーが体験する機会は乏しいと思われた。たまたま、三味線の演奏に来てもらったボランティアの女性が声楽家であり、オペラで「蝶々夫人」を歌うことになっていたという好機会であったので、「ある晴れた日に」を歌ってもらった。メンバーの体に、間近で聴く歌声が、強烈なインパクトを与え、興奮した状態が続いた。当日はダンスもすることになっていたが、先程の興奮が持続し、生き生きとしてダンスしていた。

#### 8) ドラム

ジャズを聞いた後、ドラムのできるメンバーの指導で、ドラムの打ち方の基本を希望者に試みさせた。このセッションの後、合奏でドラムを担当するメンバーが増えていった。

#### 9) ピアノ (2回)

講師の生演奏を希望するメンバーは多い。講師の演奏を聞いた後は、その興奮がその後のセッションに良い影響を与えているようだ。ピアノ演奏のビデオも利用した。

#### 10) ギター

「禁じられた遊び」はギターを弾くものが1度は試す曲であるようで、皆で聞くことにした。

#### 11) トロンボーン

トロンボーン の構造の説明と吹き方をスタッフが説明した後、ビデオで「グレンミラー物語」の中の演奏部分を見た。

楽器をテーマとした以外には、シンフォニーの「田園」と「運命」を、カラヤンとバーンスタインの指揮者の違いで、どのように演奏が変わるか、聞き比べをしたり、合唱曲の原曲である曲を聞くこともあった。単に何かの曲を聞くというだけでなく、新しい認識を広めるように努力した。

その他は、メンバーの希望によりクラシックやジャズから選んだものを使い、ヴォーカルが中心のものもあった。

### 2. 合 唱

今年度は、歌う前に曲をCDで聞く機会を持ってみた。曲全体の感じがつかめて、良い効果があった。

また、歌詞が英語の場合は、英語の意味を説明し、

どのような内容を歌うのか理解した上で、原語で歌うようにした。

選曲の方法は、初年度と同様、メンバーの希望を中心にした。センターの方針として、メンバーの自主性を尊重するというのがあり、選曲の際も、メンバーの希望のままに決定するようスタッフは主張する。しかし、メンバーの希望は尊重するが、参加メンバー全体を考慮した上で選曲しなければ、楽しめないメンバーがでることになるのは明らかである。

ある時期、スタッフのいうままに選曲してみた結果、かなりのメンバーが歌えない曲があり、興味を失っていくのが明らかであったため、途中で合奏に切り替えていった。センター側のいう、メンバーの自主性や主体性を尊重する、という方針をどこまで重視し、どこから制限しなければならないか、「音楽」を担当するスタッフは考える必要がある。

取り上げた曲は、フィーリング、ラブ・イズ・オーバー、イエスタディ、贈ることは、良い日旅立ち、すばる、いとしのエリー、やしの実、家路より、グリーンスリーブス、クリスマスソングなどであった。

### 3. 合 奏

今年度は、楽器（主に簡易楽器）もさらに揃っていったので、リコーダーのグループ、カスタネットやマラカスのグループ、打楽器のグループ、ギターのグループ、というように、パートごとの練習が可能になり、前年度に比べ、演奏内容も複雑なものが出るようになった。そのため、通常は1回毎に完結するようしているが、時には継続する場合があった。しかし、セッションが隔週実施であるため、練習効果は望むべくもない。

担当する楽器を変えるか変えないか、どちらが良いかについては、両論がある。1つの楽器を続けて担当したメンバーは、少しずつではあるが、上手になっていった。そうなれば、新しい曲の場合でも、少しは自信をもって取り組んでいるのがみえる。しかし、メンバーの中には、たまたまその楽器しか空気が無かったので担当した、という場合もあるので、各メンバーの様子を観察し、別の楽器を試すように勧めた。また、楽器の扱いが難しいと思って手を出しかねているメンバーもいる。このような時には、今日はあなたはこの楽器を担当してください、という形をとらせた。

いずれにしても、慣れない楽器を担当しているメンバーには、スタッフの適切な補助が必要となる。

合奏の出来栄については、メンバーも十分に満足

はしていない様子が見えた。なんとか、全員で演奏し、尚且つ完成度の高いものが得られる方法がないか、講師と相談した結果、メロディベルの導入を考えた。1月の2回目のセッションで、初めてベルを合奏に使うことができた。メンバーの興味がベルの澄んだ音に十分向いたと思われたので、1人に1個のベルを持たせ、一つ一つのベル毎に色分けした楽譜を、スタッフが用意した。ベルを担当したメンバーは、自分がベルを振ることに注意を集中し、普段の合奏の時とは異なる興奮に包まれているようであった。メロディベルの導入は、成功であった。

3月いっぱい、スタート時からセッションを担当していた講師のM氏が転勤のためお別れとなった。3月最後のセッションの時、お別れ会が催され、M氏に内緒でメンバーが練習した、ベルによる「はたの光」は、講師を大変感激させた。

今年度は、いろいろな楽器の音に的を絞り、どのような楽器の音を聞いてみたいか、メンバーと話し合いながらセッションの計画を立てていった。特定の楽器を決めていく過程で持たれた会話は、講師とメンバーの関係を好ましいものにした。また、自分の意見で曲が決定されたとき、自分が決めたのだから、と多少無理をしてもセッションに参加したメンバーもいた。さらに、実際の楽器に触れることで、今までにない感動を受けたり、楽器に興味を持ち、試してみようとする気持ちが出たことは評価されて良いと思われる。

メロディベルの導入は、成功したようだが、ベルの品質が良くないので、音楽が好きで集まっているメンバーの耳にどこまで耐えられるか、という問題は残っている。

### 平成1年度のセッションの実態

期 間：平成1年4月～平成2年3月

隔週の実施で、全セッション回数は23回である。セッションの内容と注意した点の概要を述べると、次のようになる。

#### 1. 音楽鑑賞と合唱

次のセッションの曲の希望をメンバーから聞く、ということは、初年度から実施している。自分の希望した曲が採用された場合、そのメンバーはセッションに参加するものと考えられるが、何故か、欠席することが目立った。自分が聞きたいと、たまたま思い付いたにすぎない、というかのように、動機づけが低いの

であろうかと思えた。

前年度の、楽器をテーマとして選曲した時は、先にも述べたが、希望を出したメンバーはよく参加していた。選曲のプロセス、そこで持たれる会話が、次のセッションへの魅力を持たせるのではないかと思われた。今年度も、メンバーと一緒に考えながら、会話の膨らむ、何かのテーマを決めていきたいと思った。

また、講師も、Y嬢に代わった。

第1回目のセッションは、今までの延長で、シンセサイザーを聞こうということになったが、次回から、季節感のあるテーマを決め、そのテーマに合った鑑賞曲や合唱曲を皆で考えてみよう、ということにした。勿論、最終的に選曲するのは、講師である。

取り上げられたテーマは、次のようである。

「海」「山」「旅」「雨」「花嫁」「初夏・七夕」「夏  
の海」「ふるさと」「初秋」「月」「ワルツ」「秋の祭り」  
「旅」「枯れ葉・落ち葉」「クリスマス」「雪」「冬」  
「春」「恋」

季節感のある曲を選ぶとき、筆者の方から、時には環境音を使って季節感を出すことも考えてみるよう指示していた。「夏の花嫁」のテーマのとき、波の音を聞かせイメージを話させたが、なかなか好評であった。

また、前年度実施して好ましいと思われたダンスを、今年度も何かの形で取り入れたいと思った。1回目は、タイミング良く、8月の初めのセッションで、テーマが「ふるさと」と決まり、お盆も来るので、盆踊りに参加できるように練習しようと、スタッフの指導で、炭坑節を踊った。メンバーは、生き生きとして楽しんでいるようにみえた。2回目は、テーマとして「ワルツ」が決まり、ワルツの楽しい曲を聞いた後、講師やスタッフのリードで、ワルツを踊った。男性メンバーは、講師と踊りたがり、賑やかであった。

#### 2. 合 奏

前年度の延長として、メロディベルを中心とした合奏を計画した。ベルの澄んだ音色がうまく響くような曲選びをした。当初は、単純なメロディだけをベルで演奏したり、ピアノの伴奏に合わせて演奏したりしていたが、次第に、ベルだけで、和音も作りながら演奏するようになった。そこで、先にも述べたが、ベルの品質の問題が生じ、音程が正確でないため、メンバーの方から、和音が作れないとクレームがでた。メロディを奏でている間は、気がつかない程度のものであったが、和音になると、はっきり不協和音となる。

8月の2回目のセッションのとき、新しいベルが揃

い、早速、3和音を使った奇麗なハーモニーをメンバーは楽しんだ。ベルだけを使って演奏した曲は、野バラ・エーデルワイズ・荒城の月・浜ちどり・ホワイトクリスマスなどである。

十分ベルの音を楽しんだ後は、また、他の楽器とのアンサンブルにもどった。

## 考 察

### 1. 集団音楽療法について

精神科で行われている音楽療法では、スタッフや設備や経済的な条件から、グループ・セッションが多く採用されている。また、音楽療法のレベルまでいかないもので、病院のスタッフらと共にコーラスを楽しむとか、娯楽としてカラオケを楽しむといったものも含め、集団の形での音楽活動が行われている。しかし、特定の目的を遂行するためや、治療訓練を目的とする場合は、病状や回復程度の異なる人々をまとめてグループで扱うことは基本的には困難であり、どのような形で音楽療法を実施していくか、方法論が吟味される点である。

今回のデイケアの場合、対象者が精神分裂病圏で回復途上にあるもの、とある程度幅が限定されてはいるが、メンバー（患者）一人ひとりを見ると、病歴や症状は異なっている。そのため、患者一人ひとりの治療目的を遂行するには、基本的には、個人セッションが好ましいと思われる。しかし、対人関係や社会参加を目指すのであれば、集団の形を取るほうが好ましいといえる。つまり、メンバー同士が互いに関わり合うことや、他人と協調することが、治療効果をうむのである。しかし、グループ・セッションの場合でも、やはり、個人をどこまでフォローしたかにより、個人への治療効果がでてくるので、この点が、グループ・セッションを成功させるか否かのポイントとなる。

また、集団で行っている音楽活動の中で、個人の行動を追跡することができるのは、活動中のその場だけであり、たとえ録音してあったとしても、でき不出来が分かるだけで、セッションの時間をその個人が不愉快に過ごしても、後から修正できるものではない。したがって、グループ・セッションを効果的に成功させるためには、メンバーの活動を補助する人員が必要となる。

今回センター側のスタッフ2人が講師を補助しているが、セッション1回平均十数人の参加者全員に、目が届いているか疑問がある。特に、一斉に歌うとか、

一斉に音を出すとき、スタッフの補助が必要なメンバーを的確に見つけ、援助しなければならないが、筆者がセッションに参加し、スタッフを指導しながらメンバーに関わっていった時、補助するスタッフはもっと必要であることを感じた。

### 2. 音楽活動の内容について

#### 1) 音楽鑑賞に関して

グループ・セッションの中に音楽鑑賞を取り入れたのは、音楽そのものが持つ効果をねらうのではなく、音楽鑑賞を通し、音楽に関わる幅広い体験や彼らに乏しいと思われる生活感や季節感を提供し、彼らの行動の活性化を計るのが目的である。したがって、講師には、選ばれた曲に関わる何かの話をするのは勿論、季節や日常の行事に関わる話題を提供するよう心掛けてもらった。普通の音楽鑑賞とは異なり、音楽を聞きながらメンバーと語り合うこともあった。

初年度は、メンバーの主体性を尊重して欲しいというセンターの強い希望をそのまま受入、メンバーから出る希望のほとんどを採用した。しかし、次回の曲を希望したメンバーの当日の参加率が悪いことや、音楽好きが集まっているとはいえ、聞いてみたい曲の範囲が広いものではないなど、セッションを続ける上で好ましくない結果が出た。

そこで、2年目から、いろいろな内容のテーマを設け、そのテーマに添った曲選びを、メンバーと共に話し合ったいく形をとった。テーマや曲を決める時、今までのように、その場その場で出てくるメンバーの希望を聞くのではなく、こちらの意図する方向に、さりげなく誘導するように、講師には心掛けさせた。そして、2年目はいろいろな楽器をテーマとして取り上げ、3年目は季節感のあるテーマにそったセッションを行った。その結果、先にも述べたが、一部ではあるが楽器に興味を示し、試してみようという気持ちが出たものもいるし、どのような曲があるか考えることでメンバーの会話は膨らみ、思い話も出るなど、好ましい効果が現れた。また、ワルツやサンバといったダンスや盆踊りを取り上げたときは、喜々として体を動かしているようであった。筆者の意図した目的が遂行されているといえよう。

#### 2) 合唱に関して

大きな声を出して歌う、ということは、我々の場合でもストレス解消になる。精神病院で、部屋に閉じ籠もりがちな患者を、娯楽室に出掛けさせるため、カラオケが利用されるケースもある。たしかに、カラオケ

に没頭している個人は、感情の発散になっているが、デイケアを目的とした場合には、不十分である。

グループ・セッションの中での合唱の持つ役割は、大きな声で歌うことでのエネルギーや感情の発散、季節感の体験、思い出の追体験といったメンバー各自の満足を満たすことと、輪唱や2部コーラスのとき、他の人の歌を聞きながら自分のパートに責任を持つといった、役割認識と協調性を高めること、さらに、自分うまく歌えなくても、皆がうまく歌うと、まるで自分もうまく歌ったような高揚感を感じ、自信を持つことができる、といったことである。

今回のセンターでのセッションの場合、時折輪唱や2部コーラスを試みたが、メンバーだけではうまく仕上がりにならず、スタッフやボランティアと一緒にバックアップしたときは成功している。

ここで、後で述べるが、スタッフの役割やセンターとしてのボランティアの扱いの問題がでてくるわけで、残念ながら、今回の全セッションを通して、合唱は、ピアノの生伴奏での一斉カラオケの感を脱しきれなかった。

### 3) 合奏に関して

グループ・セッションの中での合奏の持つ役割は、合唱と同様、他の人の演奏を聞きながら自分のパートに責任を持つ、一緒に合わせるといった、役割認識と協調性を高めること、また楽器に慣れたメンバーが、うまく演奏できない人を助けることで、メンバー同士が互いに関わり合うことができること、皆で1つの曲を作り上げていく達成感や満足感を得ること、さらに、不慣れた楽器にチャレンジし、次第に自分のものにしていく中で自信を持たせることがあげられる。

今回のセッションの中では、メンバー同士の関わり合いはよく見られた。また、1部ではあるが、不慣れた楽器にチャレンジし、自信を持ち始めたものもいた。しかし先にも述べたが、リズムに乗れない人や自分のパートを十分把握していない人への援助がなされていないので、曲の仕上がりが悪く、メンバーにとっても十分な満足感は得られなかったようだ。そこで、2年目終わり頃からメロディベルを導入したが、ベルだけの演奏の時には、曲の仕上がりがよく、メンバーは十分満足し自信を得たようだ。

### 3. スタッフの役割について

たとえばある精神病院では、看護婦さんや職員も多数参加し、週1〜2回の練習から合唱祭へ参加するまで、メンバーだけでは望めないと思える高いレベルの

コーラスに仕上げていくプロセスの中で、音楽療法としての効果を上げている。

今回のグループ・セッションの場合、うまくリズムに乗れない、自分のパートが分からない、声がうまく出ない、歌詞が分からない、音程が保てない、といったメンバーが一斉になって合唱や合奏をするのであるから、当然曲としての完成度は高くないが、なにも、高い芸術性を求めているわけではない。しかし少なくとも、参加したメンバー全員が、自分も歌えた、自分も演奏できたという実感を持つべきであるし、当然、メンバーが満足できる程度の仕上がりになるべきである。音楽好きが集まっているのであるから、ある程度のレベル以上に完成させたいものである。しかし隔週のセッションであるため、継続した練習効果も望めないし、新しいメンバーが途中からでも参加し易いように、できるだけ1回毎に完結させているので、回を重ねることで次第に曲が完成していくというプロセスは存在しない。かといって、あまりに簡単な曲では、おとなであるメンバーの満足は得られない。

そこで、グループ・セッションを成功させるためには、講師と共にメンバーの活動を援助していくスタッフの役割の重要性が出てくるのである。

施設によりデイケアに対する方針は異なるが、他の施設でも、スタッフがどの範囲まで、メンバーにどのように関わるかが問題となっているのが現状である。

メンバーの自主的な活動、メンバーの主体性を尊重したケアは当然守られることであろうが、メンバーがより活動し易いように援助することや、セッションをより効果的にするためにスタッフが関わることは、決してメンバーの主体性を損なうものではない。

今回のセンターでの3年に渡る実践を通し、スタッフと機会ある毎に話をし、音楽療法を効果的に進めるため、メンバーにはスタッフの働きかけが必要であることを指導してきたが、センターの方針と違う、他のデイケア・プログラムではスタッフは1人付いているだけで、講師の指導によりメンバーは自主的に活動しているのだと、消極的な態度であった。

デイケア・プログラムの「音楽」活動を音楽療法として実施していくのであれば、この点が問題として残った。

### 4. セッションの効果について

実施されたセッション全体を振り返り、デイケアの目的に添って、セッションが効果的に行われたかどうかについて検討する。

## 1) 「よりよい社会参加を目指す」について

プログラムに参加しようとするところから、社会参加が始まると考えられる。「音楽」では、まず、部屋に足を向け易い状況を作るように努力した。

音楽に興味のあるメンバーが自主的に選んだ「音楽」ではあるが、少しでも参加し易いように、セッションの内容を鑑賞・合唱・合奏の3つのパートに分け、好みにより自由に出入りできるようにした点や、初めての人も抵抗なく参加できるように1回毎に完結させた点は、有効に働いたようだ。

また、セッション中も部屋のドアを開け放して置いたことや、今から始めるよ、今日は何々をするよ、とメンバーに声を掛けさせるようにしたことも良い効果をうんだようで、他のプログラムと比較して高い参加率となった。

「社会参加」の2段階目として、施設内のイベントへの参加を考えた。クリスマス会への参加である。

クリスマス会でクリスマス・ソングを合奏しようとメンバーの気持ちを方向づけていった。メンバーも意欲を見せ、定例のセッション以外の練習日を設け、会に備えていた。2年目からは、会の様子を撮影したビデオを見ることで、フィードバックも可能となった。当日、メンバーは緊張した面持ちで自分のパートを一生懸命演奏していたが、終わった後の笑顔は特別のものであった。

「社会参加」の3段階目として、施設外のイベントへの参加を考えた。地域の施設の交流会への参加である。メンバーが外の世界に出ていくことにはかなりの抵抗があることは当然考えられた。しかし、今回のセッションを通しては、この抵抗を乗り越えるだけの自信をつけることも、参加してみようかという心の方向づけもうまく出来なかった。施設外の交流会へは、楽器の演奏が上手なメンバーが個人的に参加したが、「音楽」のグループとしての参加は実現できなかった。

## 2) 「対人関係の改善」について

音楽活動を通してメンバー同士が関わっていくことで、人との交流が出来るようになるように計った。

講師には、セッション中、メンバー全員に必ず注意を配り、言葉を掛けるように配慮させたので、メンバーと講師の関係はとてほまじいものとなり、セッション後も、おしゃべりをしていくメンバーもいた。

メンバー間では、合奏の中で、楽器の扱いを教え合うとか、一緒にリズムをとっていくことで、セッションの間では、かなりの交流が見られ、うまくできない

人の世話をするメンバーの姿も、次第に見られるようになった。

## 3) 「自信を持つようになる」について

音楽活動の中で新しいことと慣れないことにチャレンジし、それを次第に自分のものにしていく過程で、自信を持つようになることを計った。

合唱では、歌ったことのない歌や耳にしたことはあるがよきは知らなかった歌を歌えるようになること、あるいは声が十分に出なかった人が大きな声で歌えるようになることで自信を持たせることが目標である。

声のでない人やどのように歌ったら良いかわからない人に、スタッフや筆者時にはボランティアが付き添いうまくリードしていくと、次第に声が出るようになり、皆で大合唱になることがあったが、援助がうまく出来ていないと、歌えないまま終わることになり、本人に不満が残るだけでなく、合唱全体の盛り上がりにも欠け、他のメンバーの満足度も低くなるようだ。

今回のセッションでは、合唱による効果は十分とはいえないように思えた。

合奏では、先にも述べたが、慣れない楽器と取り組み、次第にうまく演奏できるようになっていくことで自信を持たせることを目標とした。

いろいろな楽器を使っている合奏では、一つの楽器を継続して演奏していったメンバーの中には、新しい曲を演奏するときにも、自信をもって演奏するようになったものもいた。しかしうまく演奏できる人ばかりではないので、演奏全体としての完成度は十分とはいえないことが多く、かなりのメンバーは不満足であったと思える。セッションの途中で、メロディベルを導入し、ベルだけの演奏を試みたが、最初に購入したベルは少し品質が悪く、和音にすると音程のずれがメンバーの耳にも明らかで不評であった。新しいベルに変わってからは、ベルの澄んだ音を十分楽しみながら演奏していた。メンバーは、ベルの演奏には自信を示し、回を重ねるごとにベルの操作もうまくなっていった。

しかし、メンバーの様子を見ていると、音そのものは楽しんでいるが、ベルの操作に技巧的な高さを認めていないように見え、リコーダー、ギター、ドラムといったテクニックを要する楽器を手にとろうとする。

そうした場合、合唱でも指摘したように、うまくリズムがとれないメンバーや、楽器の操作がうまくできないメンバーへの援助が十分にできていないと、演奏を楽しめないままセッションを終えた不満が残るだけでなく、曲としての完成度が低いので、他のメンバー

の満足感も低いものになる。

今回のセッションの合奏では、ベルに関してはメンバーは自信を持てたと思えるが、他の場合、自信を持つことができたかどうか、セッションの効果が十分であったとは確信が持てなかった。

「社会参加」のところでも述べたイベントに参加することで、自信も高めることができる。その意味でもスタッフやできればボランティアが一緒になってイベントに参加し、普段の合唱や合奏とは一段と違うコーラスや演奏ができれば、メンバーはまるで自分も素晴らしい演奏ができたと感じ、自信を持つことができるのであるが、デイケアの方針の違いで実現しなかった。「スタッフの役割」のところでも述べたように、スタッフがどうメンバーと関わるかは、他のデイケア施設でも問題となっているが、この点が、ここでも問題として残った。

## 要 約

筆者は、精神障害者社会復帰施設でのデイケア・プログラムの1つである「音楽」を、音楽療法として実施していくために、音楽を担当する講師や現場の音楽担当のスタッフを指導する機会を得た。また、筆者自身がセッションの中で直接通所者（メンバー）と関わりながら、セッションを検討していった。それらの体験を検討し、デイケアの目的を遂行する上で、グループセッションの形式で音楽療法を実施する時の注意や音楽活動の内容についての検討、音楽活動を進める時の講師やスタッフの役割やセッションの効果について考察したものである。

デイケアの目的としては、よりよい社会参加・対人関係の改善・新しい体験を通して自信を持つ、の3点があげられているが、さらにエネルギーや感情の発散、満足感、行動の活性化も狙った。

セッションは、メンバーの自主的な参加の形で行われ、1回2時間、隔週で実施された。昭和62年度（8月～3月）は14回、63年度は24回、平成1年度は23回、1回の参加者数は約10人～20人であった。セッションは音楽鑑賞・合唱・合奏から構成されている。

3年に渡るセッションを通しての分析をまとめると次のようになる。

1) 対人関係の改善や社会参加をめざすために、グループセッションの形を取る方が効果が上がると考え、そのため病状や回復度が異なる人々を集団で扱って

いる。したがって、個人をどこまでフォローしたかにより、個人への治療効果が現れる。セッションを通して講師には、メンバー全員へ声を掛けるように努力してもらった結果、講師との関係は好ましいものとなった。しかし、合唱や合奏は全員が同時に活動していくもので、スタッフ2人では毎回個人のプレイを十分フォローできるとはいえず、個人への治療効果が十分上がったかどうか疑問が残った。

2) デイケアの目的に対するセッションの効果についてまとめると次のようになる。

音楽鑑賞を通して、幅広い体験や行動の活性化を狙った目標は、2年目から、いろいろな楽器を取り上げたり、季節感のあるテーマをメンバーと決め、合唱曲も考えたり、ダンスも取り入れていった中で、かなりの効果が現れた。

「よりよい社会参加を目指す」では、まずセッションに積極的に参加することがその現れと考えられるが、他のプログラムと比較して高い参加率になったことで、セッションが好ましいものであったことが、肯定されよう。しかし、より高い社会参加を狙い、施設外へのイベントの参加を試みたが、成功しなかった。

「対人関係の改善」では、音楽活動を展開する中でメンバー同士が交流を持つことを狙った。合奏の時、人の世話をする姿が次第に見られるようになった。

「自信を持つようになる」では、新しいことや不慣れなことに挑戦して自分のものにしていくことで自信を持つことを狙った。合唱では、十分な効果は得られなかったようだ。合奏では、ある時期メロディベルだけの演奏を試みたが、曲としての仕上がりがよく、メンバーは満足感と自信を十分持てたようだ。しかし、種々の楽器による合奏の場合、メンバーだけの力では曲としての完成度は不十分で、メンバーも高い満足感を得ていないようであった。そこで問題となるのが、デイケアへのスタッフの関わり方である。この点がここでも問題として残った。

## 参 考 文 献

- 1) 古矢千雪 広島県総合精神保健センターでの音楽療法の実施について——実施に至る経過と昭和62年度の実際—— 広島文化女子短期大学紀要 1991 24 23-33
- 2) 昭和63年度総合精神保健センター所報 広島県立精神保健センター 1989



### Summary

The writer started the music therapy as one of the day-care programs at the General Mental Health Center in Hiroshima in 1987. 61 group-sessions of the music therapy were held until May in 1990. The writer reported about the preparatory procedure for the music therapy and the analysis of the obtained results of 14 sessions from August in 1987 to May in 1988 in the previous paper.

This paper is a continuation of the previous paper and tells the analysis of the effectiveness of the sessions to achieve the goals of the day-care program. It also discusses about the roles of staff for the music program.

The goals of the sessions were set to get the catharsis of mental and physical, to gain participant's satisfaction and confidence, to regain their self-control and play a role in a group, to have a contact to each other and to help them return to their normal social lives.

Participants of the day-care programs were outpatients who were preparing to return to their normal social lives. Most of them were schizophrenics and participated in the music program with their free wills. The style of the music program was conducted in a group-session and was consisted of listening, playing and singing with a music instructor and two staffs of the institution. Each session lasted for two hours and was conducted every two weeks. The number of participants in each session was about between 10 and 20.

The main points which were discussed in this study were as follows;

Because Participants had different medical histories and conditions, the music instructor and two staffs had to pay a careful attention to each participant to achieve each participant's goal in the group-session. When the staff could help some participants enjoy musical activities, they came to show a desirable tendency gradually. It was clear that the roles of the staff were very important to make the music therapy in group-session successful for each participant.

In the listening-sessions, we arranged to make a participant touch a musical instrument and play it. Particularly a live performance gave a strong impact to the participants.

In the playing-sessions, we used the melody-bells for a certain period. They showed their satisfaction and confidence to play with bells and enjoyed the sound of bells. Though the sound of bell was beautiful, some of them got bored with playing a very simple bell. So some of them played again a different instrument like a guitar, a recorder and some percussion instruments. Thus they needed a good support from a staff to play it well.

Through the music activities, the participants got a good relationship with the music instructor and showed an interest to other people. They gradually came to show a positive attitude. Some of them showed to control themselves by singing or playing together. And some of them took care of others who didn't play the instruments well.

The writer thought that the goals of these sessions were generally achieved. However it was remained as a problem that staffs who strictly followed the center's policy didn't give positive support to participants.