

歌唱療法の実践と考察

A Study on Practice of Singing Therapy

(1991年3月31日受理)

石田 徹
Toru Ishida

Key Words ; 歌唱療法, 実践

はじめに

1974年2月から一年間、カリフォルニア州のパシフィック大学に歌唱理論¹⁾、並びに音声学研究の目的で留学したが、当音楽院が、音楽療法で博士課程を持つ全米でも有数のスタッフと設備を有する大学であることを知り、半期ミッチェル教授の「音楽療法入門」²⁾を受講する機会を得た。

ミッチェル教授は、臨床医として心療科を背景として8年、教師、臨床医学者として音楽療法士の学士号、修士号養成プログラムを開始し、さらに研究者として、この分野における経験から編み出されたもの、或いは同僚の経験、音楽療法を受けた人々の経験をもとに講義された。

1970年代のアメリカは、ベトナム戦争による帰還青年の精神的ショック、並びに母親のピル使用による障害児の急増とで、音楽療法が急速に発展した時期であった。私が留学した74年当時、我が国の音楽療法研究者が50名程度であるとミッチェル教授は話された。歌唱理論、音声学が主目的の留学であったが、かかる時期に音楽療法の初歩を受講できたことは幸いであった。また、私が感銘を受けたことは、学生たちが、将来音楽療法士になるのだという、確固たる信念と目的をもって受講している姿であった。

今回の「歌唱療法の実践と考察」は、1985年から3年間、先輩が院長をつとめる心療科において、社会参加や相互作用のための方法として、歌唱を療法に利用しようという趣旨で、社会復帰前の患者さんを対象に歌唱療法の研修と実践の機会を得、スタッフの協力のもとに療法の実践結果をまとめたものである。

歌唱療法の歴史についての考察は、我が国には言及していないが、これは今後の課題である。実践については3年間の私の経験をもとに考察してみた。選曲についても、対象者のレベルに応じた平易なものであるが、反復し、向上してゆくことが効果につながるので、この種の選曲となった。最後に療法士と教育の問題について触れさせていただいた。

社会復帰前の対象者に対する歌唱療法の集団実践は、歌唱による発声と発音による自信の回復と、ディクッションによる発語の明瞭化に寄与する点で効果を見出した。

1. 歌唱療法史

音楽療法は今日広く知られているが、歌唱療法は私なりに付けた仮称であり、音楽の特性を利用して行なわれる療法では、音楽鑑賞に力点が置かれるのに対し、歌唱療法は実践であり、プレーすることに力点が置かれる一種の作業療法、あるいは遊戯療法にも入れられるかも知れない。療法の種類としては、

たとえば芸術として捉える芸術療法、活動として捉える活動療法、作業として捉える作業療法、遊戯として捉える遊戯療法、物理的に捉える物理療法、教育として捉える教育療法、手工芸として捉える手工芸療法、聖書として捉える聖書療法、環境として捉える環境療法、心境として捉える心境療法、そして歌唱の実践として捉える歌唱療法を加えた次第である。

対象がどんな水準であれ、それなりの楽しみはあるものである。治療者にとって、つまらないように思える音でも、本人が楽しんでいることが解れば、それを大切にしなければならない。そして更に大きな楽しみに拡大発展させて行かねばならない。歌唱療法においては、特にこの点が重要で、適応を見出し、指導者と治療者とが共同、共調して創り上げる共同作業でなければならない。

ここで歌唱療法を歴史的に観てみたいと思う。キリスト教時代をみると、讃美歌は治療を求める患者の祈りであると伝えられている。聖ベルナルド・クレルヴォー³⁾は、僧たちに次のような指導を行っている。「歌唱は莊重にあふれさせ、甘美にして輕薄に流れず、耳を楽しませると共に、心を動かすように、聖歌は悲しみを和らげ、怒りの心を鎮めるべきである⁴⁾」と述べている。

未開人たちは、自分の聞いた音を、発声的に模倣し、自分自身を周囲のなかに同一視し、調和させたとある。「発声的模倣が、周囲の世界に、神秘的に参与する、もっとも強力な形式である」。と言われている。

18世紀リチャード・ブラウニー⁵⁾は歌唱することが、「心臓の働きや、血液循環、消化、肺と呼吸などに影響を与えており、歌唱することによって、肺に与える空気圧が平常の呼吸の場合より大きい⁶⁾」と考えた。彼は、呼吸失調症に対する歌唱法の適用を研究した人である。そして歌唱することが、肺に直接の影響を与えているから、肋膜炎、肺炎その他すべて、炎症性の肺疾患には有害であるとも言っている。これは正しい呼吸法の実践と指導が大切であることを指摘しているものである。

シュナイダー⁷⁾は、歌唱だけが、ある種の安楽や不安の感情を誘うることを観察した人である。「原始的な色情、あるいは葬送の音楽は、独特の鼻にかかった歌唱法で歌われているし、旋律の特質を規定するのは、しばしば歌のタイプなのである⁸⁾」とも述べている。

先のリチャード・ブラウニーはまた、音楽と疾病に関する論文のなかで、次のように述べている。「たとえばヒポコンテリーや、ヒステリー、メランコリーといった神経性の疾患の場合、歌唱が、治療に非常に効果がある。というのは、これらの心的疾患の患者は、陰気で意気喪失的な観念のみたされておられ、体は精神の欠陥に悩まされているからであり、歌唱することによって、おそらく耳を快適にするよう努力して、心を感動させ、活発で生き生きとした曲想によって、患者の不安の雑念をそらし、共感によって精神の働きを強壯にすることができるであろう⁹⁾」。

合唱音楽の盛んであった英国でも、障害児たちの療法の一手段として歌唱が用いられ、特に身体虚弱症の患者の多くに見られる浅くて統制不良の呼吸に歌唱の深い呼吸と呼吸統御が有益であったとの記録を見ることができる。

このように古くから歌唱が療法の一手段として用いられてきたことが解る。個人の身体的差異により一様には定義できないが、特に歌唱の基本である呼吸、そしてその支えとなる横隔膜を鍛えることにより、発声の安定を得ることができるし、それにより対話においても、精神的な安定を得たと言う文献をみることができる。

療法の歴史は、1946年の第一次世界大戦後の専門職として発達を遂げた過程をみることも興味あることであるが、序にも書いたとおり、第二次大戦後のアメリカ合衆国における一群の療法がもっともよく

知られているところである。これらが何れも、大戦の経験から、その後遺症の治療として発達を遂げたことは今日の中東戦争と同様残念なことであるが、興味深い点である。

これらの患者に最初に音楽療法を与えたのは、専門の音楽家（演奏家）、音楽教師といった人々であったが、音楽の技術は持っているが、治療法の訓練は受けていない人々が、音楽療法の分野での創設者であったようである。話し方の先生も、演劇のコーチも同様に話し方の療法士であり、演劇の療法士であった。音楽療法の訓練基準が確立されてくるにつれて、施設や病院で働いていた音楽関係の人々が次第に音楽療法士となり、或いは療法士にとって代ることになったと言う歴史的過程をみることができる。

2. 歌唱療法とその実践

1) 集団における歌唱療法実践

私が実践した歌唱集団は毎回50名程度で、この種の集団としては少々多過ぎたと思うが、音楽の専門知識のアンバランスな療法集団としては、多に過ぎたことはないし、個を意識することが減じられることが、療法に好結果を得ることにつながるのではないかと思った。

歌唱活動の実践は、音楽ホール、楽器の備った教室、或いは病舎内でも構わないが、指導者が楽器を携帯可能ならば、庭園の片隅でも可能だし、時にはその方が、よりリラックスされた状態で実践できる場合もある。

座席であるが、最初普通講堂の聴講用に設定された4人掛けの長椅子が整然と並んだ仮を利用して貰ったが、これは余りにも固苦しく、しかも伴奏楽器であるピアノがアップライトで、対象者に背を向けて伴奏しなければならないので、これは先ずピアノの位置を変え、つぎに長椅子は仕方ないとして、並び方を半円形に変えたが、これは対象者に対して充分意志が通じ合うので好結果を得た。

集団に於ける歌唱の実践では、このように一人一人と充分通じ合うことが困難であるが、指導者は、あらゆる努力をして、個の尊重に力を傾注しなければならない。私の実践では、固定されたピアノから離れて、時にはギターを持って患者のなかを歩き廻りながらの歌唱実践が効果を得たように思う。

以上集団に於ける歌唱実践をまとめてみると、

- 1) 個の尊重と自信を強める
- 2) 個の責任感を強める
- 3) 表現法（発声法）を高める
- 4) 注意力の集中を養う
- 5) 忍耐と感動力を養う

集団における療法について述べてきたが、療法の究極の目的は、個別的になるということである。しかし多くの施設では、最低の職員しか置いていない現状から、治療計画は施設の必要性に適合するよう、全体的な集団に適應してゆくことから始まるのは致し方ないことである。

このように施設での音楽の実践プログラムは、集団を対象にして音楽に触れて来たのであるが、ある個人にとっては、敏感な感情に触れて音楽が治療の助けとなるのであり、グループの活動がある期間継続して行われる場合には、個の必要性も表面に出てきて、音楽の指導者や、療法士によって特別な注意がはられるようになり、集団から個人のための特別な治療がなされるようになったのである。

以上挙げたように、施設にあっては、音楽療法士の役割は、問題を明細に考察し、集団から個人の特別な実践プログラムを探り出すことに努力してゆかねばならないと思う。いずれにしろ、歌うことは、呼吸を伴うので対象者には常に有益である。桜林仁氏は著書「音楽療法」のなかでつぎのように述べている。「歌うことの価値については、早くから多くの観察が医師たちによって行なわれていたが、それは歌い手に及ぼす歌唱の生理的効果に関連したものであった。リチャード・ブラウニーは、いろいろの呼吸疾患の場合に、歌うことを勧めていたが、症状で差別しており、扱い分けは合理的である。彼の発想は近代の医師たちによって推し進められてきたとは思われない。しかし、ある音楽家たちは、ことに歌の教師たちは、生徒たちのなかで、歌うことが身体的状況に良い効果のあることを観察してきたし、また医学的指導のもとでの研究さえ行われていた¹⁰⁾のである」と述べている。

2) 選曲

実践した50名の対象は、年令的にも20才から70才と幅も広く、音楽的な知識においても理解度に大きな差異があるのは致しかたのないことである。選曲にあたってはつぎの点に特に注意を払った。

- 1) 音域の幅の狭いもの
- 2) 派生音の少ない歌
- 3) 繰返しの多い歌
- 4) 耳なれた唱歌
- 5) 季節、行事に関係した歌

若い人達の好む現代的なリズムカルな趣向と、高令者の趣向とは大きな差があることは当然であるが、選曲にあたって、いつでも歌唱できる曲であることが第一条件で、メロディーを歌うソルフェージュに時間を掛け過ぎたのでは、療法としての目的を達することができないので、自然に上記のような曲になった。

女性は男性に比して音域も幅があり、高音も歌い易いが、高令者の男性は、音域も狭く、高音も出しにくいので、指導者は総ての原曲を対象集団用にアレンジし、即興で移調して演奏しなければならない。指導者には幅広い音楽の技術と、適応能力が要求されるわけである。

繰返しの多い曲、それは有節形式の曲であるが、一つのメロディーに何番もの詩を繰り返し歌うので歌唱療法の実践としては、効果を得易い方法の一つであると思う。

年令差のある集団のなかで、もっとも喜ばれた曲は「唱歌」であった。ある患者は感激して、「先生、私はこんなに感動して歌ったことは始めてです。歌うことって、何て素晴らしいことなのでしょう」と語ってくれた。健康な人にとっても、「唱歌」は私達の幼き日の郷愁を誘う愛唱歌で、ベストテンに絶えず入っているのをみても当然かも知れない。

最後に私は歌唱の実践にあたり、絶えず季節の歌を選んだ。音楽療法の原理の一つに「同質の原理」と「異質の原理」¹¹⁾があるが、その人の気分と音楽の質とか似ているのが同質、異なるのが異質の原理で、対象の集団は社会復帰前の人達では同質の原理からマイナーの曲を選んだ。私の選曲した年間の歌唱曲例を挙げてみると、

- 1月 たきび（巽聖歌詞，渡辺茂曲） 雪の降る街を（内村直也詞，中田喜直曲） 叱られて（清水かつら詞，弘田龍太郎曲） 母さんの歌（窪田聡作詩作曲）
- 2月 早春賦（吉丸一昌詞，中田章曲） 冬の星座（堀内敬三詞，ヘイス曲） ペチカ（北原白秋詞，山田耕筈曲） 靴が鳴る（清水かつら詞，弘田龍太郎曲） 青い眼の人形（野口雨情詞，本居長世曲）
- 3月 朧月夜（高野辰之詞，岡野貞一曲） 春の小川（高野辰之詞，岡野貞一曲） どこかで春が（百田宗治詞，草川信曲） うれしいひな祭り（サトウハチロー詞，河村光陽曲）
- 4月 故郷（高野辰之詞，岡野貞一曲） さくら（日本ことうた） 花（武島羽衣詞，滝廉太郎曲） 春の小川（高野辰之詞，岡野貞一曲） 花嫁人形（落谷虹児詞，杉山はせを曲）
- 5月 背くらべ（海野厚詞，中山晋平曲） 鯉のぼり（作詞，作曲不詳） 青葉茂れる桜井の（落合直文詞，奥山朝恭曲） 五月の歌（青柳善吾詞，モーツァルト曲）
- 6月 茶摘（作詞，作曲不詳） 雨（北原白秋詞，弘田龍太郎曲） 雨降り（北原白秋詞，中山晋平曲） 宵待草（竹久夢二詞，多忠亮曲）
- 7月 夏の思い出（江間章子詞，中田喜直曲） 夏は来ぬ（佐々木信綱詞，小山作之助曲） 海（林柳波詞，井上武士曲） 港（旗野十一詞，吉田信夫曲） 月の砂漠（加藤まさを詞，佐々木すぐる曲）
- 8月 浜千鳥（鹿島鳴秋詞，弘田龍太郎曲） 浜辺の歌（林古溪詞，成田為三曲） 我は海の子（作詞，作曲不詳） 七里ヶ浜哀歌（三角錫子詞，ガードン曲）
- 9月 故郷を離るる歌（吉丸一昌詞，ドイツ民謡） 朧月夜（高野辰之詞，岡野貞一曲） 待ちぼうけ（北原白秋詞，山田耕筈曲）
- 10月 紅葉（高野辰之詞，岡野貞一曲） 七つの子（野口雨情詞，本居長世曲） 赤とんぼ（三木露風詞，山田耕筈曲） 通りゃんせ（わらべうた）
- 11月 旅愁（犬童球溪詞，オードウェイ曲） 赤い靴（野口雨情詞，本居長世曲） 荒城の月（土井晩翠詞，滝廉太郎曲） さらば故郷（犬童信蔵詞，ヘイス曲）
- 12月 雪山讃歌（西堀栄三郎詞，アメリカ民謡） 蛍の光（スコットランド民謡） さらば故郷（犬童信蔵詞，ヘイス曲）

指導者をもっとも頭を悩ますのが選曲であるが、私は幸いにもスタッフの協力を得て、以上の曲をコピーして貰い、曲集を作成し全員に持って貰うことにした。簡単な発声練習とリズム柔軟体操を終えると、先づ最初は斉唱でそれぞれの季節の歌を歌い、この曲集の他に、その時々ヒットソングがあれば、大きな紙に歌詞だけ書いたものを掲示板に見易く掲げて貰う。この方法だと発声や、歌詞に注意が行き回り、視線も注目できて効果的であった。

3) 発声と発声運動

合唱団や、声楽専攻生から行なうような発声練習を強要しても逆効果であるので、私は対象者が抵抗なく声が出せることに最も注意を注いだが、その方法として誰でも知っているメロディーを4小節単位で発声練習に使用することにした。そして半音で上向して行くなかで、伴奏に美しい和音を付けることを実践した。母音唱では、口の周囲の筋肉の協力のもとに、明瞭な発音に注意を払った。



東京芸術大学の名誉教授の宮川氏は、学生時代私達の体育の先生で、体育大を出たばかりの研究熱心な先生であった。音楽生に必要な柔軟体操を創意工夫され、独特の新体操を私達に指導して下さいて好評であったが、私も歌唱に入る前に、つぎのような順序で柔軟体操を実践した。

- (1) 両手を前に伸ばし、力を入れて両手をパッと開く
- (2) 両手の力を抜いて手を閉じる
- (3) 又両手に力を入れて手を開く… (以上を10曲繰り返す)
- (4) 首の力を抜き、自分の好きな方に廻す
- (5) 同じく首の力を抜いて反対方向に首を廻す (以上各10回)
- (6) 全員起立して、両肩の力を抜いて前方向に回転する
- (7) 同じく両肩を後方に回転する (以上各10回繰り返す)
- (8) 右手を前方にグルグル回転
- (9) 左手を同じく前方に回転
- (10) 右手は前方に回転し、左手は後方に回転する

以上の柔軟体操を無理せず、各人のコンディションに応じて行なう。しかし最後の10番は、もっとも運動神経を必要とするので、仲々達成することは難かしいが、回を重ねるに従って、患者さんの意欲も増して来て、興味をもって取り組んでくれたので楽しかった。

歌唱をしながら、しかも体をリズムカルに動かすことは楽しいことであるし、坐ったままの歌唱も動きを加えることにより、より楽しく歌唱することができた。

「大きな栗の樹の下で」の両手の動作、「八十八夜」による手拍子によるリズム機能感の養成、他に「幸せなら手を叩こう」等も歌唱と動きとの好い実践曲である。

歌集をもとに、それぞれの季節にマッチした曲を選んで斉唱する。パート練習を必要とするような難かしい曲では、譜読みに時間がかかり、歌唱療法の実践は半減されてしまうので、最初に唱歌、つぎに童謡、時には歌謡曲も入って来る。

斉唱は全員で、つぎに女性、そして男性と分けて歌唱することにより少しでも個の意識が芽生え、緊張を覚えるのもよいことである。ただ絶対に個人で歌わせることは行わない。「通りゃんせ」の曲の場合であったが、これを応用して男性と女性に分けて交互に歌って貰い最後に斉唱することで、大変好い効果を得たので紹介する。

全員で	通りゃんせ通りゃんせ	女声	この子の七つのお祝いに
女声	ここはどこ細道じゃ	ク	おふだを納めにまいります
男声	天神さまの細道じゃ	男声	いきはよいよい 帰りはこわい
女声	ちっと通して くだしゃんせ	全員	こわいながらも
男声	ご用の無いもの通しませぬ	ク	通りゃんせ通りゃんせ

単純ではあるが、実践者にとって、合唱導入への前提曲として使用した一例である。

4) 歌唱療法の実践と環境

実践にあたり、ピアノ伴奏者が付けば結構だが、私の場合は常に自分で伴奏し、共に歌唱実践してきた。伴奏に必要なことは、勿論歌唱し易い伴奏であるが、その曲に応じた移調ができることも大切な要素の一つである。またポピュラーな曲でも、ヴァリエーションを加えて歌唱の興味を引き起すことも必要なことであり、この点指導者の幅広い音楽性と適応力を必要とする。

固定された伴奏ピアノに坐ったままでの指導よりも、対象者に対面して、立った姿勢で伴奏することも時には必要なことである。また自由に患者さんの中を歩き廻ることのできる伴奏楽器を用意し、マスターすることも指導者の大切な条件の一つであると思う。

オーディオ機器の使用にあたっては、一度テストしておくことが大切である。スタートして対象者に迷惑を掛けるし、部屋に応じた音響効果もチェックしておく必要がある。

歌唱時間の問題であるが、一回一時間を限度とし、中間に10分間位のインターバルを入れるとよいと思う。歌唱の実践と共に、インターバルを利用して、指導者が、時の話題、そして同質の原理による悩みと喜びを話し、共調の姿勢を打ち出すことも実践に対する環境を創る方法の一つである。

療法を基本とする実践であるが、一つの目的をもって歌唱の実践に取り組むのも目的意識を植え付ける一つの方法である。例えば施設内の文化行事での発表会を設定しての実践、また機会があれば、施設外での交換会のための実践も目的意識をもって毎回に取り組むことができるので効果的である。

このような実践を計画通り実行するための組織化された方向づけも大切な要素である。院長を始めとする管理責任者の理解と支援、そして実践指導の裏方を担当する看護婦さんたちの協力的な姿勢も重要なことである。私の場合は、毎回の楽譜の印刷、歌集の製本と看護婦さんが全面的に協力し、更に歌唱の実践にも積極的に参加歌唱された。このような協力は、指導者が協力、助力を必要としている場合には、大変貴重なものである。

病院にそれぞれ歌唱指導者が専従して居れば理想的であるが、現状は仲々難しい問題であり、病院によっては常勤の医師、あるいは職員、看護婦さんで、音楽に深い理解と興味を持った職員が指導している例もあるし、篤志家たちが奉仕している例もある。いずれにしろ、上層管理職員の関心と理解のもとに、患者たちのためのよりよい環境整備が必要である。

3. 抒情的朗読法

パシフィック大学でのカリキュラムの一つに抒情的朗読法の講座があり、イタリア語、フランス語のディクシ¹²⁾オンを受講したが、当時の日本の音楽大学では開講されて居らず非常にいい勉強になった。

歌唱療法の実践の一つとして、私はこの抒情的朗読法を採り入れた。対象者の殆んどは社会復帰前であるのに、一様に口が充分開かず、ことばの明瞭さが無い。歌唱実践に入る前に、必ず詩の朗読を行なう、一節ずつ指導者の模範朗読に続いて、明瞭に朗々と朗読するのである。それは普通の朗読と異なり、すぐ歌唱につながるアクセントと抑揚と誇張がなければならない。とかく日本人はこの種の誇張が苦手であるので、基本を何回も繰り返し練習することが大切である。

下に示す例は、NHKの「話しことばの実践」プログラムに使用されたものである。これも指導者の朗読に続いて、対象者全員で明瞭に発音し、口を前後左右によく動かす実践である。個の意識を認識させるため、男性、女性と分けて、次第に小人数での実践も効果的である。

- | | |
|---------------------------|--|
| 1. ア エ イ ウ エ オ ア オ | 15. ラ レ リ ル レ ロ ラ ロ |
| 2. カ ケ キ ク ケ コ カ コ | 16. リャレ リ リュレ リョ リャ リョ |
| 3. キャケ キ キュケ キョ キャ キョ | 17. ワ エ イ ウ エ オ ア オ |
| 4. サ セ シ ス セ ソ サ ソ | 18. ガ ゲ ギ グ ゲ ゴ ガ ゴ |
| 5. シャ シェ シ シュ シェ ショ シャ ショ | 19. ギャゲ ギ ギュゲ ギョ ギャ ギョ |
| 6. タ テ チ ツ テ ト タ ト | 20. カ ケ キ ク ケ コ カ コ |
| 7. チャチュチ チュチュチョ チャチョ | 21. [○] キャ [○] [○] ケ [○] [○] キ [○] [○] キョ [○] [○] ケ [○] [○] キョ [○] [○] キャ [○] [○] キョ [○] |
| 8. ナ ネ ニ ヌ ネ ノ ナ ノ | 22. [○] ザ [○] [○] ゼ [○] [○] ジ [○] [○] ズ [○] [○] ゼ [○] [○] ゾ [○] [○] ザ [○] [○] ゾ [○] |
| 9. ニャネ ニ ニュネ ニョ ニャニョ | 23. ジャジェ ジ ジュジェ ジョ ジャジョ |
| 10. ハ ヘ ヒ フ ヘ ホ ハ ホ | 24. ダ デ ジ ズ デ ド ダ ド |
| 11. ヒャヘ ヒ ヒュヘ ヒョヒャヒョ | 25. バ ベ ビ ブ ベ ボ バ ボ |
| 12. マ メ ミ ム メ モ マ モ | 26. ビャベ ビ ビュベ ビョビャビョ |
| 13. ミャメ ミ ミュメ ミョミャミョ | 27. パ ペ ピ プ ペ ポ パ ポ |
| 14. ヤ エ イ ユ エ ヨ ヤ ヨ | 28. ピャペ ピ ピュペ ピョピャピョ |

4. 療法士と教育

ミッチェル教授は、「音楽療法士とは、今日では独特の手段である音楽をどのように使えばよいか、そして患者に好ましい変化を促すべきかを専門的に訓練された人のことである。また音楽療法士は必ずしも特定の年代に限られるものでなく、経験や研究によって療法士への道は可能である¹³⁾」。と述べている。

登録された音楽療法士(RMT)は、アメリカの場合今日では、認定校で4年間、その後6年間の臨床実習を経て資格が与えられ、州や市や郡での公務員としての就職や、勲功制度体系の基準が設けてあり、研究技術の発展にも力を入れているのが原状である。

またミッチェル教授は「音楽療法士は第一に行動科学者である。広い意味で行動科学者であり、そう

あるべきである。音楽療法は音楽そのものの芸術を追求するものでなく、音楽教育でもない、それは人間の行動に関する行動に変化を及ぼす事象に関するものであることを療法士は認識すべきである。療法は身体の障害を癒す治療、あるいは精神療法、社会適応を引き起すための行動である。ギリシャ語の起源にある“サーヴィス”にあるごとく、人類の同胞の最善の利益に役立つことが文明化の認証と同様にあらゆる治療の目的である¹⁴⁾。と述べている。

音楽療法士が音楽家でも教育者でもなく、行動科学者でなければならないと言うことは、現代の医学施設内で、患者の診断と治療の両面に亘るスタッフのなかで、一員として協力して治療に当らなければならないし、そのためにも音楽療法士が、心理学、言語病理学、特殊教育のような音楽以外の分野についても発達した技術を学ばなければならないと言うことである。

一方残念ながら我が国においては、音楽療法士の資格を取得することができないのが現状であるが、音楽の療法の技術を学ぶことはできる。教育学部、音楽大学においても開講されているところもあるが、音楽の技術を基に、経験と先輩の指導により、従事している指導者もある。医学・衛生関係で多くの専門技術を必要とし、チーム内で分担して治療に当らなければならない心療科等においては、専門の技術を生かし、協力して治療に当らなければならないし、その一員としての音楽療法士の参加を希望する声が多い。このような要望に答えるための音楽療法士の養成と、資格は無くとも、ライフワークである音楽でもって、社会復帰を希望する患者さんのため、研究と経験を積んで参加する音楽生を送り出すことも吾々指導者のつとめであると思う。

結 び

日本において、音楽療法という言葉が使われるようになったのが1965年頃であったと記憶しているが、一般の人々には未だ馴染み薄い言葉であった。歯科で流す音楽で痛みを柔らげるのが音楽療法であったり、鶏に音楽を聴かせたり、乳牛に音楽を聴かせると、卵や牛乳に好結果を得たと言うような例がそれであった。

音楽療法が、障害者を対象とした、精神医学的対応、または臨床心理学的な対応から、第二次大戦后急速に発展してきたが、残念ながら我が国で音楽療法士の資格を取得することができないのは残念なことであるが、クラシック音楽を学ぶ私達にとって、西洋音楽は前述したとおり、音楽の治療的側面をもって出発し、宗教の強い結び付きのなかで育ち、ルネッサンス時代のエネルギーを吸収して芸術にまで発展してきた過程をみると、私達と音楽療法とは深い関係にあるし、大いに理解し関心を持ち、研究を重ねて実践に参加すべきであると思う。

わが国の療法の歴史も浅く殆んどこの10数年間に実践が始まったといっても過言ではないが、私達を取り巻く社会環境は、残念ながら益々音楽療法を必要とする社会になって来ているのではないかと思う。

今回幸いにも留学で学んだ音楽療法入門の経験を生かす機会を得て、歌唱療法の実践を通して3年間経験することができたことはこの上ない考察の機会であったと共に、自分達の専門である音楽、歌唱を通して、ハンディキャップを持つ人達が社会復帰できるための援助ができたことは、何と素晴らしいことであったか学生達にもよく話すのはこの点であり、演奏者、指導者と今一つ、音楽療法指導者として役立てる機会のために研究を重ねよう話すのである。

今回の実践のために御援助いただいた院長始め、協力して下さったスタッフの皆さんに心から御礼を

申し上げると共に、この経験をつぎに生かすべく更に研究と実践を重ねて行きたいと思う。

注

- (1) University of the Pacific Stockton, California 95204
- (2) An Introduction to Therapy Through Music Donald E. Michel
- (3) St. Bernard de Clairvaux (1090-1153)
- (4) Juliette Alvin 著, 桜林仁, 貫行子共訳「音楽療法」P.48
- (5) Richard Browne (Apothecary in Oakham, Rutland)
- (6) Juliette Alvin 著, 桜林仁, 貫行子共訳「音楽療法」P.66
- (7) Marius Schneider 'Primitive Music'
- (8) 桜林仁, 貫行子共訳「音楽療法」P.86
- (9) 桜林仁, 貫行子共訳「音楽療法」P.66
- (10) 桜林仁, 貫行子共訳「音楽療法」P.138
- (11) 渡辺茂夫著「ストレス時代の音楽健康法」P.138 Iso Priciple
- (12) Diction : A Manual of Diction and Phonetics
- (13) An Intruduction to Therapy Throgh Music. P.39
- (14) An Intruduction to Therapy Throgh Music. P.40

参考文献

- 1) 松井紀和：「音楽療法家のために」牧野出版
- 2) ジュリエット. アルヴァン：桜井 仁, 貫 行子共訳「音楽療法」音楽之友社
- 3) 渡辺茂夫：「ストレス時代の音楽健康法」誠文堂新光社
- 4) 井上武士：「日本唱歌全集」音楽之友社
- 5) 与田準一：「日本童謡集」岩波書店
- 6) Donald E. Michel "An" Introduction to Therapy Through Music" Publisher Springfield, Illinois