

創作楽器バンドの導入と意識変化

○藤田悦子¹⁾ 小寺勇人²⁾ 福井徹³⁾ 菊地俊一²⁾ 斉藤一朗⁴⁾

1) 音楽療法士 2) 作業療法士 3) 准看護師 4) 医師
医療法人 耕仁会札幌太田病院 作業療法・音楽療法課

1. はじめに

精神科デイケア(以下 DC)のグループプログラムは、「自己表現の場であり、他者からの承認を得ることを実感しながら自己尊重をする場である⁽¹⁾」とされる。その一環として、アルコール依存症(以下 AI)と統合失調症(以下 S)の通所者を対象に、廃材を使用した楽器製作を含めた音楽療法を導入し、意識変化が見られたので経過を報告する。

2. 活動紹介

AI の男性 3 名・女性 1 名、S の男性 2 名の計 6 名が現在、創作楽器バンドとして活動している。平均年齢は、57.5 歳。目標は、達成感・満足感の獲得、目的意識を持った生活へ繋げることとした。

3. 方法

期間：X 年 4 月～X+5 年 1 月(現在も継続中)。週 1 回 90 分。スタッフ：音楽療法士 1 名、DC スタッフ 1 名。場所：DC 内の一室。

内容：廃材を使用した楽器製作、製作した楽器を用いたバンド練習(曲は全て対象者が選曲)。演奏活動：院内→定期的に新年会・敬老会・クリスマス会・音楽祭・病棟・同 DC の喫茶コーナー。院外→断酒会の新年会や忘年会、他院との音楽交流会などで披露する。尚、キーボード・ギター・ベースは既製の物を使用。

4. 評価

A. 楽器製作 B. 集団練習及び演奏披露 C. 意識変化の 3 項目の視点から観察し、これらの項目に変化の見られた時期を 3 期に分類した。第 1 期：導入期 X 年 4 月～11 月、第 2 期：自己発信期 X 年 12 月～X+2 年 10 月、第 3 期：意欲・発展期 X+2 年 11 月～X+5 年 1 月。また、評価を深めるため X+5 年、アンケート調査を実施した。

5. 活動経過 ()内は創作した楽器名。

A 楽器製作 第 1 期(導入期)：受動的廃材収集・自己中心的作業で、手軽に製作できる楽器が中心であった(太鼓・シェーカー)。第 2 期(自己発信期)：個々に廃材収集し自立的作業であったが「廃材がこんな良い音になるなんて嬉しい」と感想が聞かれ、季節感を出す楽器に取り組む(オーシャンドラム・レインスティック)。第 3 期(意欲・発展期)：声を掛け合い協力し、廃材収集や楽器製作を行い、曲を引き立たせる効果的な楽器を試行錯誤し、音の高低を吟味するようになる(シンバル・ボンゴ・ツリーチャイム・カホン)。

B 集団練習および演奏披露 第 1 期(導入期)：簡単なリズムや馴染みのある曲が中心で、演

奏披露後「緊張した」「疲れた」と感想が聞かれた。**第 2 期(自己発信期)**：洋楽を希望し、強弱や裏打ちの鳴らし方を工夫するようになる。終止の rit に挑戦し「もっと上手く演奏したい」と述べ自己採点を行う姿が見られるようになる。**第 3 期(意欲・発展期)**：聴衆者に向けての選曲や速度・音域の調整を希望し、熱心に練習に取り組むようになる。演奏披露後「喜んでくれて良かった。また頑張りたい」と笑顔で感想を述べる。

C 意識変化**第 1 期(導入期)**：週一回の通所日を音楽療法プログラムに合わせたいと希望があり、継続参加となる。**第 2 期(自己発信期)**：他の通所者から「いつもありがとう。演奏してもらいたい曲がある。楽しみにしているよ」と期待され、バンドの一員として自覚を持ち生活するようになる。**第 3 期(意欲・発展期)**：一名は自ら資格を取り就職し「仕事が辛くてもバンドがあるから頑張れる」と述べ、一名は就労し「練習日が楽しみ」との発言がある。両者とも毎回練習に参加、仕事との両立を図り意欲的に生活している。

6. アンケート結果

	生活面	社会面
参加前	朝晩関係ない飲酒・ひきこもり・ 生きるのに精いっぱい	自分以外まったく興味ない
参加後	居場所があり楽しい・明るい性格に なった・自己表現が出来て充実感が ある・目的ができ生活に実感がある	信用される・相手を思う心が備わっ た・団体行動ができるようになった・ 過程が大切・社会に興味を持てた

7. 考察

プログラムに継続参加できたのは、廃材から自作した楽器には強い愛着が湧き、DC の仲間と一緒に音作りから楽器製作過程を共有し、興味や好奇心を持って取り組んでいたからだと考える。また、製作した楽器を用いた練習や定期的に演奏披露する経験が仲間意識を強くし、他者から賞賛されるという成功体験により満足感や達成感を得る機会となった。更に、「もっと良い音楽を創っていきたい」という意欲や向上心が芽生え、生活に目的が持てるようになった。ひいては、社会に歩み出す第一歩に繋がり、一名は就労、一名は就職へと発展したのではないか。これらの事から、楽器製作・バンド練習・演奏披露の一連のプロセスが相乗効果をもたらしたと考える。

8. おわりに

さまざまな疾患を持つ対象者に集団音楽療法を行うには、セッション中の言動・表情をくみ取り、その時々に応じたプログラム内容を作り上げていくことが必要である。

これからも個々のニーズに寄り添い、音楽を媒体に安心感・自信感・ポジティブ感・満足感・達成感を獲得できるよう工夫しつつ、多職種と連携しながら継続していきたい。