実践報告

UEDA 音楽療法センターRitomico
－実践報告－

髙橋　和奈枝

長野医療衛生専門学校　音楽療法士学科

はじめに

長野医療衛生専門学校は令和５年９月に UEDA 音楽療法センターRitomico（以後 Ritomico）を開設。令和６年度は発達障がいのある児童・生徒を中心に通いやすい頻度で定期的に音楽療法に通うスタイル（毎週・隔週・毎月・長期休みを利用など）が定着した。チケット制を導入し、８回を１クールとし、クールの終了後には保護者との振り返りの機会を設けた。継続か終了かの意思を伺いながら、継続の場合には新しいクールでの目標を確認しながらセッションを進めることとしている。

1　活動実績

令和６年度は、10 名の対象児が来室した。上田市および東御市から通っている。それぞれの対象児の来室の参加時期と令和６年度の参加回数の実績を表１に示す。

表１　参加時期と参加回数（令和６年度）

対象児 A	６クール目 2024.4～2025.2	26 回
対象児 B	６クール目 2024.4～2025.2	21 回
対象児 C	５クール目 2024.4～2025.3	20 回
対象児 D	４クール目 2024.4～2025.3	23 回
対象児 E	４クール目 2024.4～2025.3	17 回
対象児 F	３クール目 2024.4～2025.3	16 回
対象児 G	２クール目 2024.6～2025.3	11 回
対象児 H	１クール目 2024.8～2025.3	６回
対象児 I	１クール目 2024.8～2024.8	２回
対象児 J	体験済・日程調整中 2024.8	

性別は男子８名、女子２名。年齢層は中学生が２名、小学校高学年が１名、小学校低学年が６名、未就学が１名である。自閉スペクトラム症等の発達障がい児やダウン症等の知的障がい児が通う。

昨年度に引き続き、今年度も幅広い層の見学を受け入れた。卒業生（現、音楽療法士・保育士・介護職など）や現職音楽療法士の研鑽の場として、福祉に携わる職員（児童発達支援センター職員・放課後等デイサービス職員・臨床発達心理士など）が音楽療法を知るための場として、本校職員（音楽療法士・事務職・非常勤講師など）や対象児の兄弟姉妹やご親戚の方々が Ritomico の活動を知る場として活用できる様子が窺われた。

2　振り返りを通して

２クール目以降に入った対象児に関しては、振り返りの時間を保護者もしくは保護者と対象児ともに重ねてきた。振り返りを通して、そのクールの意味を話し合ったり、目標を見直したりした。以下に加藤（2007）の示した個人観察記録の 12 項目[1] を挙げ、セッションの振り返りを通して得られたことを記す。

1）音・音楽への興味・関心

Ritomico のインテークセッション（体験セッション）では、まず音・音楽への興味・関心からアセスメントを行う。音に無関心な様子が見られても、まずは様子を見ながら、何に関心があるのかゆっくり探っていく。音楽療法士は子どもの発するどんな音もどんな動きも即興的に少しずつ音楽にし

長野医療衛生専門学校　音楽療法士学科
〒386－0012　長野県上田市中央 3-8-1
takahashi@nagano-iryoueisei.ac.jp

て返していく。いったん音に気づくとそこから世界と自分の繋がりを、喜びをもって感じられる様子が伝わってくる。「え？」「その音なに？」「自分の動きと音が合っている！」「自分の出した音で世界が変わる！」が音楽療法の入口となる。初めて音に気づいたときの対象児の表情や喜びの声は、特別な瞬間である。動画を通してその瞬間を確認しながら次の目標に進んでいく。

2）楽器への興味・関心

ボディイメージがじゅうぶんでなく、手遊びや身体模倣が苦手な対象児も、楽器を介することで模倣ができるケースは少なくない。アイコンタクトや手をつなぐなどの接触が苦手で人への関心を表しにくい対象児も、楽器を介することでまずは楽器に、やがてその楽器を差し出している保護者や音楽療法士に関心を示すケースも多くみられる。楽器には見た目の鮮やかさや木目などの落ち着き、形状の面白さがある。視覚的な魅力のほかに、それぞれの楽器の音色という最大の武器もある。音色の好みはそれぞれだが、お気に入りの楽器・お気に入りの音色を見つけたら、まずは音を聴いてみる、自分で音が出せるまで楽器の操作を心ゆくまで探求する、他の音と合わせて合奏するなど楽しみ方も広がる。これらが積み重なると人への興味・関心が育ってくる。

3）人への興味・関心

音と動きの連動に気づくことは、次第にその音を発している人に気づいていくプロセスを生む。差し出された楽器を鳴らすうちに、その楽器を差し出す人に気づく、楽器で自由な音を表現するうちに、それに合った音楽に気づき、その音楽を奏でている人に気づくなど、音や音楽や楽器に興味・関心を持てばもつほど、周囲の人と自分との繋がりが自然と感じられるようになる。音楽で繋がる関係性には喜びがあり、それが繋がった相手への興味・関心となっていく。Ritomico へ来た当初、人への興味・関心を外に表しにくい様子を示していた対象児は多いが、これまでのステップを踏むことで、周囲の人に興味・関心を大いに抱き、たくさんのことを相手に伝えようとしていることを教えられた。

4）情緒面での様子

音・音楽に気づき、楽器への興味・関心から人への興味・関心につながり、やりとりを重ねることで信頼関係が積み重なってくる。信頼関係が形成されると対象児にとって、その場が安心・安全の場で、安定した気持ちで通える場となる。楽しみと期待する気持ちも育ち、「着いたら早く車から降りたくて、今日初めてシートベルトを自分ではずしました（笑）」と報告した保護者がいた。通う道が工事中で通常と異なるルートを通ることに納得がいかずパニックをおこしてしまった対象児、音楽のなかで少しずつ安心・安全の感覚を思い出し、気持ちを切りかえて音楽を楽しむことができた。帰りがけに車の窓を開け、見えなくなるまで目を合わせている対象児もいる。安定した気持ちで活動を始め、活動中は活気が高まる様子がしばしば見られる。笑顔でかかわる時間や、声を出して笑う時間をじゅうぶん味わうことは、次回の楽しみとなり、明日への活力となる。

5）運動機能面での様子

当初、自立歩行や姿勢保持が困難であった対象児も、音楽に合わせて楽しみながら体を動かすうちに、少しずつ運動機能面の向上が見られている。踏むことで音がでるドレミマットや、音楽に合わせて跳ぶトランポリン、撥を使う太鼓やシンバルで粗大運動の活動など Ritomico では発達に合わせて選び、使用している。筋力が弱く、トランポリンに立つことすら困難な対象児が、徐々に筋力もつき、自由に跳べるようになったときには、本人から何度も「もう１回」のサインが出された。ドレミマットを踏みながら部屋を歩く活動に取り組む対象児も、音楽が終わるとメロディの最初を歌い、メロディで「もう１回」を伝える様子が見ら

れ、自ら体を動かせる喜びが伝わってくる。

6）身体表現・ボディイメージ面での様子

前述の運動機能面の発達とともに、身体を動かすことで音楽との一体感を体験していく。音楽との一体感が新しい身体表現を生み出し、回数を重ねるごとに身体表現がクリエイティブになっていく姿を保護者とともに確認することができた。最初はこちらから「こんな音楽どう？」と提案しているが、回を重ねるごとに対象児から「こんな動きをするから合わせてね」と言っているように、様々な身体表現を発展させるようになる。自分自身の自由な身体表現に音楽が沿ってくる楽しさを覚えたらそのあとの身体表現とボディイメージの発達は加速度を増してくる。身体の名称や動かし方がまだわからない対象児も、少しずつ身体の名称や場所や動かし方を覚える遊び歌を通して、スモールステップでボディイメージを育てている。

7）楽器の操作面での様子

楽器には様々な大きさや形状があり、対象児の発達や成長に合わせたものを選ぶことができる。また、操作面に関して、楽器には豊かなバラエティがあり、発達段階を考慮した楽器を選ぶことが発達を支える重要な鍵となる。楽器の操作には「触れる」「振る」「叩く」「吹く」「踏む」などがあり、寝た姿勢から取り組める楽器から、立ち姿勢で全身を使って取り組む楽器まで選ぶことができる。「振る」や「叩く」では、片手と両手の違いや、同時と交互の違いなど、活動の中で発展させることができる。「叩く」では、手で叩くのと撥で叩くのでも操作の段階が異なる。材質の違いによって手触りや重さの違いもあり操作に影響する。Ritomico ではそれぞれの発達課題に合わせて楽器を選ぶことで、成功体験を積み重ねながら、新しい体験にも安心して取り組めるよう場を提供している。

8）特徴的な行動

活動中に対象児ひとりひとりの特徴的な行動が現れることもある。物を並べ始めたり、スリッパをそろえ始めたりする。その場合には、その背景に何があるのかをできるかぎり読み取っていくようにしたり、保護者から、普段の生活の中でも特徴的な行動がでるときはどのようなときかなどを伺ったりする。「場面がわからなくなっちゃって不安だよ」という気持ちが読み取れれば、できるだけ安心できる環境を整えながら様子をみていく。こだわりの強さが見られる行動も、対象児の発達に必要な「お仕事」である場合もある。「物を容器から容器に移しかえ始めたら何を言っても止まらない」という保護者の話を伺い、Ritomico でもその様子が見られたが、その動作が対象児の手指の発達や必要な動きのコントロールの獲得に必要な「お仕事」であるとの共通理解が持てれば、その「お仕事」を支える環境を整えながら見守ることもできる。特徴的な行動に対し、背景にあるものに保護者と共通理解を持ちながら対応している。

9）コミュニケーション行動

Ritomico で最も効果が期待できるのはコミュニケーション行動ではないかと考える。非言語的であれ、言語的であれ、音楽空間の中では、音楽が最大のコミュニケーションツールとなる。Ritomico に通う対象児の大半は発語がまだない段階にあるが、音楽活動を終えたころには、「今日もいっぱい会話したね」「いろんなやりとりができたね」という気持ちで満たされる。関係性を作る難しさや、やりとりの難しさがある対象児も、楽器を介することでコミュニケーションが成り立つことが多い。「伝える」「伝わる」の積み重ねは、やりとりの楽しさのみならず、自己肯定感も高め、自分と相手との良好な関係性を深める基盤となる。リズム的なコミュニケーションは他者への気づきにつながり、メロディ的なコミュニケーションは情緒的な要素が加わる。さらにハーモニー的なコミュニケーションには一体感があり、心動く体験をともに味わうことができる。対象児ひとりひとりに合った楽器や音楽の要素を組み合わせながら、やりとりの感覚と楽しさを育んでいる。

10）ことばの理解・表現

言語機能は対象児それぞれの発達の段階がかなり異なるが、話せない段階にあっても、Ritomicoでは「聴く」を豊かに育てることが、ことばの理解・表現に繋がるのではないかと考える。「視覚的な支援は学校で多く体験しているが、Ritomicoでは『聴く』が育ったと感じる」という感想も聞かれた。前述の音楽を介したやりとりも、聴いて反応して返すという瞬間的なやりとりの連続である。「聴く」が育ってくると、これまで目で確認してでないと理解できなかったものが、聴いて理解できるようになり、世界が拡がる。音楽療法士側の留意点としては、歌うように話す、リズムを意識して話すこともことばの理解を深める要素となると考える。

言語が発達途上の段階の対象児にあっては、音楽は言語機能をさらに伸ばすことに貢献できる。歌の活動では、「あ」一音で歌ったり、オノマトペの部分歌唱から始めたり、リレー歌唱でフレーズごとに歌ったり、短い歌なら全曲歌ったりできるように活動を段階的に提供することも可能である。語彙を増やすために、しりとりや、作文を取り入れる活動に挑戦している対象児もいる。言葉の発達段階をアセスメントしながら活動を選ぶことが重要である。

11）保護者と子どもとのかかわり

現在、Ritomicoの個人セッションでは、小学生以下の対象児は保護者の同席を参加条件としている。振り返りでは「子どもと共有できる楽しみができた」「子どもとの共通言語が増えた」「子どもといっしょに自分自身も楽しんでいる」「家でも学校でも見られない新たな一面が見られておもしろい」「子どもの『これはおもしろいぞ』と好奇心いっぱいの表情が見られるのがよい」「ストレス発散の場」「親子ともども安心して通える場」などの感想が寄せられた。

音楽を通していっしょにやりとりする30分間は、対象児と音楽療法士のみならず、対象児と保護者も音楽に包まれて、音楽を奏でて、音楽を媒介にしてやり取りをする体験の積み重ねとなる。そこで一緒に過ごした時間が、さまざまな場所や場面で繋がってくるのを実感できるだろう。これからも保護者の皆様の協力のもとよりよい場を提供していきたい。

おわりに

Ritomicoを立ち上げて1年半が経過した。継続して通っている対象児や、保護者の皆様、運営を支えてくださっている事務局の皆様に感謝申し上げたい。また本年度は音楽療法スタッフが1名増え、より多くの対象児を受け入れられるようになったため、新年度の受け入れの枠を検討してきたい。

また多くの方々に見学していただき、特に卒業生が再び臨床を学べる場として活用できたことに感謝したい。今後も在校生のニーズにも応えて臨床を学べる場、子どもだけでなく、大人も音楽療法を体験できる場、学べる場としての可能性も模索していきたい。

本報告に関する利益相反はない。

文献

[1] 加藤博之：子どもの世界をよみとく音楽療法 特別支援教育の発達的視点を踏まえて. 明治図書. 2007. p140-144