

セミナーおよび報告会



ステップUP 講座 '17

- 6月 ステップアップ講座 '17-I (青森市)
「模擬セッション」…… 講師：佐々木純子
- 7月 ステップアップ講座 '17-II (青森市)
「初心者講座」…… 講師：佐々木純子
「実践に役立つための倫理講座」
…… 講師：盛田沙織
- 9月 事業経過報告検討会 (青森市)
- 2月 音楽療法セミナー '17 (青森市)
「音楽療法世界大会から
～臨床の知について～」
…… 講師：生野里花氏
「子供の笑顔を引き出すコミュニケーション
～発達と感性～」
講師：網塚貴介氏 澁屋康則氏 生野里花氏
…… シンポジウム司会：町田徳子氏
- 3月 事業結果報告検討会 (青森市)

認知症予防事業

- ・大鰐町通所型サービスC事業「音楽サロン」
(9月～12月)

認知症予防の取り組みは全国的に必要な不可欠になっています。「楽しく続けられること」が予防活動を成功させる秘訣です。どんなに効果が高くても続けられなければ予防することはできません。私たちは、音楽療法のノウハウを活かした「認知症予防わいわい音楽プログラム」を実践し、その効果が認められてきています。

こころの健康教室

- ・七戸町「こころが元気になる教室」



- ・天間東小学校
- ・天間西小学校
- ・城南小学校
- ・七戸小学校

小学生を対象に心が元気になるための4つの約束「失敗しても良いので挑戦する」「ほめる・ほめられる」「気持ちを伝えあう」「自分を大事にする・好きになる」について、音楽エクササイズを通して体感してもらいます。

定期事業



認知症グループホーム

- ・養護老人ホーム (青森市)
- ・認知症治療病棟 (青森市)
- ・有料老人ホーム (青森市)
- ・障害者支援施設 (青森市)
- ・障害者総合福祉センター (平内町)
- ・重度心身障がい児・者施設 (八戸市)
- ・認知症グループホーム (八戸市)



養護老人ホーム

講師派遣事業

♪介護予防、認知症予防 (主催者)

- 介護予防事業「ふれあいデイ」
(板柳町社会福祉協議会)
- 介護予防事業「楽楽学校」
(板柳町地域包括支援センター)
- 介護予防講演会「音楽の力で認知症予防」
(むつ市介護福祉課)

♪研修会、講習会等 (開催場所)

- ワークあかり講習会「音楽療法」
(青森市地域活動支援センターワークあかり)
- 健康講座「わくわく講座」
(藤崎町文化センター)

- 平成29年度障害福祉に係る研修会
(青森県身体障害者福祉センターねむのき会館)

- 平成29年度青森県委託事業
「みんなで輝いて生きるために
～自殺予防の現状と対策～」

- 青森いのちのネットワーク (五戸町役場)

- 平成29年度食生活改善推進員会研修会
(藤崎町文化センター)



自殺予防事業 (青森いのちのネットワーク)

わくわく講座 「音楽でココロとカラダをリフレッシュ！」



藤崎町福祉課 樋口 睦子様

藤崎町では、わくわく講座の中でこころの健康に関する講演会を毎年実施しており、平成29年度は音楽療法について開催しました。
音楽の効果やストレスコントロールなどについて学んだほか、音楽ゲームや合唱、楽器演奏などで体を動かし、ふれあい、笑い、楽しい時間を過ごしました。リラックス・リフレッシュできた参加者からは「楽しくあったという間だった」「またお願いしたい」「今後の生活に活かしたい」という声も多く、満足度の高い講演会でした。

ワークあかり講習会「音楽療法」



ワークあかり所長 田辺 文子様

ワークあかりが音楽療法を取り入れて4年が過ぎました。最初は不安と期待が入り混じり、皆どんな事が始まるのかドキドキしていました。すぐに歌や楽器に入るのかと思ったら軽い運動から始まり気持ちも体もリラックスしました。ほとんどの人が触った事もない高価な楽器を鳴らしながら唄い、自分の担当を懸命に努めたのを思い出します。
私が作業所を設立する前、保健所のデイケアで佐々木さんに出会い音楽療法を体験しました。福祉プラザの舞台上で発表した事もあります。その時のメンバー2人がワークあかりの初代利用者です。
新事業として音楽療法を取り入れ徐々に佐々木さんにお会いした時はご縁を感じました。声を出す事で日頃のストレスを発散し、皆でゲームをする事で運動不足も解消されました。替歌作りをして家族の皆様にも披露しました。5年目の今年はどんな事が企画されているのでしょうか。楽しみながら続けたいと思っています。講師の皆様、会員の皆様、感謝の気持ちでいっぱいです。



皆さま、こんにちは。Study Timeの7回目は「音楽療法クイズ」をしてみましょう。

皆さまが「音楽療法」と思われるものは以下のどれでしょうか？

- 1) お年寄りの施設で歌を歌って楽しむこと
- 2) 自分の選んだヒーリングミュージックを聴き安らぐこと
- 3) ハンディを持った子供たちが楽器演奏に取り組んで上手くなるようになること

最近は「音楽療法」という言葉が一般的に知られるようになってきましたが、実はこれ、すべて本来の音楽療法とは少し違うのです。

日本音楽療法学会では「音楽の持つ生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」と定義しています。つまり、「音や音楽が心身にどのような影響を及ぼすかを学んだ人が、病気やハンディを持つ人それぞれに合わせて、音や音楽を用いて行う療法」です。

1)は「楽しむこと」が目的となっているので療法というよりはレクリエーションです。音楽療法では楽しんでうえで更にどのような効果が得られたかを記録し評価します。2)は音楽そのものの効果です。音楽で癒

された経験は誰もが持っていることでしょう。ただ、注意したいことは同じ曲が他の人にも同じように効果があるとは限らないということです。3)は「演奏が上達すること」が目標なので音楽教育と言えます。音楽療法では楽譜や指示通りに演奏するために訓練をすることは稀です。

従来、音楽療法は病気やハンディを持つ人のために行われてきました。音楽する喜びをまだ知らない方、自ら音楽を聴きに行けない方、失った感性や生きる気力を音楽で取り戻せる方等々……私たちはこれからも音や音楽を皆様へ届けに行きたいと思っています。

日本音楽療法学会認定音楽療法士
佐々木純子