

事業報告検討会および資格認定試験

- 3月 事業報告検討会（WEB 開催）
- 3月 NPO 法人青森音楽療法研究会資格認定試験

講師派遣事業

♪ 介護予防事業

- むつ市「介護予防講演会」
- 板柳町社会福祉協議会「ふれあいデイ」

認知症予防を成功させる秘訣は「楽しく続けられること」です。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、長～く楽しくお元気で!!



♪ 自殺予防事業

☆小学生の心の健康づくり教室



- 平内町 「こころ元気リフレッシュ教室」
（山口小学校・東小学校）
- 六ヶ所村 「SOS の出し方教室」
（尾駈小学校・南小学校・千歳平小学校・泊小学校）
- 五戸町 「こころが元気になる教室」
（倉石小学校・五戸小学校・上市川小学校・切谷内小学校）
- 三戸町 「SOS の出し方教室」 （三戸小学校）

当研究会では音楽を用いた心の健康教育プログラム（音楽エクササイズ）を提唱しています。研究により児童の自尊感情や心の健康への意識が高まることが示唆されました。児童は音楽活動しながら「心が元気になるための4つの約束」について学びます。

☆青森いのちのネットワーク県委託事業 （民間団体ネットワークによる 県民の心の健康づくり普及啓発事業）

- 五所川原市 （五所川原市民学習情報センター）
- 六ヶ所村 （六ヶ所村立中央公民館）
- 西目屋村 （西目屋村立中央公民館）
- 東北町 （東北町保健福祉センター）
- 三戸町 （ジョイワーク三戸）



青森いのちのネットワーク（A-IN）は自殺予防活動をする県内の民間団体により設立され、当研究会も所属しています。自殺に追い込まれることのない青森県を目指して「生きることの包括的な支援」に取り組んでいます。

☆ゲートキーパー研修

- 東北町 （小川原湖交流センター「宝湖館」）

♪ 研修会、講習会等

- ワークあかり 「施設内研修会」（青森市）
- めぐみ子ども園 「保護者研修会」（深浦町）



特定非営利活動法人 青森音楽療法研究会

〒030-0943 青森市幸畑 1 丁目 9 番 5 号 メール mt_aomori@yahoo.co.jp
Tel:090-6258-7881 FAX:017-738-2639 ホームページ <https://aomori-mta.org>



特定非営利活動法人
青森音楽療法研究会

会 報

第 42 号
2025 年 4 月



ごあいさつ

理事長 佐々木 純子

私たち音楽療法士は皆さまの心身の健康に音や音楽を役立てる仕事をしています。

本来、音楽療法は認知症患者や精神障がい者、あるいは障がい児などハンディを持った方々を対象として、ご一緒に音楽活動を計画的に繰り返すことで機能や症状を改善したり、社会的にそぐわない行動を減らしたりすることを目的に行われるものです。現在では、音楽が持つ様々な効果を用いて、医療・保健・福祉・教育など幅広い分野で応用されています。それらの活動には、音楽療法士の資格がなくてもできるものもあるでしょう。しかし、残念ながら未だに音や音楽の効果については誤解が多く、逆効果になる活動を行っている場合もあるようです。

そこで、音楽療法や音楽活動に必要な知識や技術を広く伝えるため、昨年度『音楽療法を学ぶ講習会2024』を開催いたしました。第1線で活躍する講師の皆さまが、研究会の趣旨に賛同し講習会を支えてくださいました。ご指導いただいた講師の皆さまにこの場をお借りし、改めてお礼申し上げます。

講習会8講座（7～12月）の受講者は延べ75名。施設や病院、保育園で音楽活動を担当している方だけでなく、臨床心理を学ぶ学生や保健師など音楽療法に関心のある方に県内外から参加いただくことができました。受講後には毎回レポートを提出いただいています。今号の会報は、このレポートを抜粋して特集させていただきました。受講した皆さまの熱意と真摯な学びをご一緒に味わっていただけると幸いです。（写真は対面で行われた講習会③伴奏法でのものです。）

私たちはこれからも、音楽療法を必要とする皆さまに寄り添える音楽を届けるべく、地域の皆さまと共に、地道に一步ずつ学びを続けていきたいと思っております。

音楽で笑顔の輪が広がりますよう、どうぞ変わらぬご指導とご協力をお願いいたします。