

歌と笑顔に囲まれて



県認定音楽療法士 水野 安規子

兵庫県音楽療法会より 2006年夏に、姫路市豊富町の「花みずき」という施設に行けますか？とお話を頂き、場所をしっかりと頭に入れ車を走らせました。

もうすぐ「花みずき」、と道を曲がったその先に

♪ 緑の丘の赤い屋根 とんがり帽子の時計台 ♪

「鐘の鳴る丘」の中の歌詞そのままの可愛い建物が緑の中に現れました。門を入ると私の好きな花みずきと季節の花が出迎えてくれ、初めての場所に入って行く時は私なりに多少の緊張もあるのですが、楽しい気持ちで入って行ったのを覚えています。



それ以来10年。施設長さん始めスタッフの方々の支えの中、音楽療法が月2回のペースで進行しています。今では、多くの入所者の方が、私たちの姿を見ると「お待ちしていました。」とニコニコ迎えて下さっています。

音楽療法＝音楽利用法、と講義で受けた事がありますが、私の未熟な引き出しの中から1人1人に合う音楽を上手く利用するのは、毎回悩む点ではあります。しかし、グループだからこそ1つの曲が他の方の力を引き出す事も多く見受けられます。

隣の方が大きな声で歌ったり、身体を動かしているにつられて歌い、下を向いてジーンとしている方でも小さく口元が動き、指先がかすかにリズムを取っている。横の方と手をたたく動作をしても、スタッフの手助けも大きいのですが、上手くいくと輪が1つになり笑顔に包まれます。

私は進行中に音楽を通して、雲間から太陽が顔を出すように、閉じていた記憶が開いていく場面に直面します。思い出の曲、好きな曲、楽しい曲を口ずさむ中で、確かな記憶力に驚き、その方がしっかりと歩んで来られた人生を垣間見、色々な事を教えて頂く事もあります。そんな中、いつも温かく入所者の方々に接し、音楽療法にも笑顔でサポートして下さるスタッフの皆さんに感謝しつつ、私も歌と笑顔に囲まれて、歌って笑って共に時が過ぎていきます。

記憶が薄れていく中、1人1人の能力を大切にしながら、音楽療法の効果により精神安定・機能の改善、維持へと繋がり、穏やかな生活が永く続けられますよう、これからも向き合っていくつもりです。



音楽療法の風景



音楽療法士、水野さんが実に楽しいお話を寄せて下さいました。「花みずき」を「鐘の鳴る丘」になぞらえて下さったのも嬉しい限りです。

もう10年も続けて下さっているんですね。音楽は1つの曲が他の方の力を引き出す事をご指摘頂きました。参加者が、雲間から太陽が顔を出すように曲を口ずさみ始めると話しておられます。

「花みずき」での行事には私も時々参加していますが、演奏につられて歌い出す皆さんの嬉しそうな顔がそっと優しく輝いている感じがします。 (大)