

演奏者として新分野にチャレンジ。 能動的音楽療法と受動的音楽療法を組み合わせた 高齢者向けコンサートを実施

演奏者・fill 音楽教室代表 音楽健康福祉士 森藤みちる

演奏者や音楽教室だけない新たな成長を目指して音楽健康福祉士資格を取得

私は香川県でピアノ、アイリッシュハープ、アコーディオン奏者として活動するとともに、音楽健康福祉士としての活動にも取り組んでいます。

音楽健康福祉士の資格取得を目指した理由は二つあります。第一に、音楽教室や演奏活動を通して出会う方々以外にも、音楽を必要とする高齢者が今後ますます増えていくと感じ、その方々のお力になりたいという思いが強まつたこと。第二に、教室業と演奏業だけでは自分の安全地帯にとどまり続けてしまうため、新たなフィールドでの経験を通じて成長したいと考えたことです。

香川県社会福祉協議会様のご依頼で「受動的音楽療法」と「能動的音楽療法」を組み合わせたユニークな高齢者向けコンサートイベントを実施

こうした背景から、一昨年、香川県社会福祉協議会様のご依頼を受け、高齢者向けのコンサートイベントを開催いたしました。このコンサートの狙いは、演奏を「受動的音楽療法」として楽しんでいただくだけでなく、パタカラ体操や手拍子、歌唱などの「能動的音楽療法」を組み合わせ、通常のコンサートとも一般的なレクリエーションとも異なる、より効果的で満足度の高い時間をご提供することでした。コンサートは 2024 年 5 月 16 日に香川県社会福祉総合センターにて実施し、高齢者いきいき案内所人材バンク登録者 15 名（先着順満席）の方にご参加いただきました。秋には観音寺市の別会場でも同様の内容で開催し、多くの方に音楽の楽しさと健康効果に触れていただく機会となりました。



(コンサートの模様)

能動的音楽療法では安全面への配慮や健康上の注意を徹底。高齢者の皆様も積極的に参加し、明るく和やかな雰囲気に。

前半は聞き馴染みのある曲、民謡、クラシックアコーディオン曲などを中心に構成し、希少な楽器であるアコーディオン



の構造や音の仕組みについても紹介しました。後半はパタカラ体操や軽い運動、歌唱を取り入れ、参加者の方に主体的に音楽に関わっていました。時間を設けました。音楽健康福祉士の研修内容を反映し、能動的音楽療法の際の安全面への配慮や健康上の注意を徹底し、アコーディオンの大音量に配慮して PA 装置とヘッドマイクを使用するなど音響面にも注意を払いました。参加者の方の反応は非常に良く、アコーディオンという珍しい楽器に強い関心を寄せてください、多くの質問もいただきました。また、パタカラ体操や歌唱にも積極的に取り組まれ、会場全体が明るく和やかな雰囲気に包まれました。

今後は介護施設などへの定期的訪問も検討。技術だけでなく人として誠実さや謙虚さ、相手の痛みに寄り添える心も育てたい。

今後は単発イベントだけでなく、介護施設などへ積極的に営業し、定期的な訪問活動を広げていきたいと考えています。継続的に関わることで、利用者の方々の気分転換や心身の健康により深く寄与できると期待しています。そのためにも、演奏者として、また音楽健康福祉士としての技術向上はもちろん、人として誠実さや謙虚さ、相手の痛みに寄り添える心を育て、日々精進していかたいと考えております。