

## 重度知的障がい者への音楽療法の一考察 ——ピアノを活用した介入——

A Study of Music Therapy for People with Severe Intellectual Disabilities  
——Interventions using Piano——

澤 田 悅 子\* 村 上 秀 子\*\*  
Etsuko SAWADA Shuko MURAKAMI

### I はじめに

重度知的障がい者の多くは、多様な障害が重複しており、障がいや現在の状況を把握して日常生活の介助、支援の必要性と共に尊厳が守られることやQOLの向上、地域や社会との連携、理解が求められている。

社会福祉法人A施設は、障がい者支援施設（生活介護・施設入所支援：定員145名）在宅グループの利用者10名、短期入所（定員5名）他に就労支援、宿泊支援、宿泊型自立訓練、サポートとして居宅介護、行動援護、同行援護、移動支援、相談支援があり、保育園も併設している。施設のビジョンとして、生活介護に於いて、利用者が自立した日常生活または社会生活ができるよう介護、創作活動または生活活動その他、便宜を適切かつ効果的に行い、日常生活上の支援活動を行うとある。当施設では重度知的障がい者への支援活動の一つとして、1998年より生産的な余暇利用で集団音楽療法を導入している。心身の健康維持、四肢のリハビリ、社会性、コミュニケーション向上を目的として、施設内の別棟にあるホールで各ブロックから希望者約20名が集まり、週1回の集団音楽療法を実施している。

本研究は、重度知的障がい、レット症候群、自発的表現が困難なT氏と音楽を通して関係性を築く事、ピアノを活用した介入により表現の表出を目標として、集団音楽療法と個人音楽療法を併用したセッションの試みと効果を検討した。

### II 知的障がい者への音楽療法の目的

知的障がい<sup>(1)</sup>は、「発達期に起り、知的機能の発達に明らかな遅れがあり、適応行動の困難性を伴う状態」をいう。この困難性の問題解決の為に音楽療法による介入で心身の機能の改善が期待されており、先行研究においても音楽療法の目的として生理的、心理的、社会的側面が挙げられている<sup>(2)</sup>。

(1)社会的能力の向上、情緒的行動の発達 (2)粗大運動・微細運動機能の向上 (3)言語・

---

\* 北翔大学短期大学部こども学科 \*\*北翔大学短期大学部こども学科非常勤講師

非言語によるコミュニケーション力の発達（4）余暇活動の充実、である<sup>(3)</sup>。

柳澤ら<sup>(4)</sup>は、日常生活で他者との交流が少ない彼らは、他の参加者の活動を見る事や、自分の活動を他の参加者に見てもらう活動が有効であると指摘している。

レット症候群は疾病の発見が1966年と比較的新しい為、音楽療法の実践報告は多くない<sup>(5)</sup>。レット症候群の一般的な特有の症状として重度の精神障害、目的を持った手を動かす機能の喪失、習得した言語の喪失、全身的運動性障害があげられる。これらの症状をふまえ、筋肉の緊張の減少、手を介した触覚による自覚の増大、随意運動の増加、興味と喜びが目に見える確認や、これらの状態変化が得られる為の支援が求められる。レット症候群は一般的に発語がなく、認知への刺激や運動機能の促進を目的とした即興的音楽療法が試みられてきた。C・ロビンズは即興的音楽療法の実践から、その効果を報告している。また、即興ではなく既成の曲を用いることは、注意と関心を引き付け、安心できる環境を打ち立てる上で推奨される方法でもあると述べている<sup>(6)</sup>。留意点として内的パルスを組織化させるためには強いリズムを用いる、音楽と動きを協働させる、既知の歌を用いる、高音域を好む、歌詞に馴染みのある言葉を入れ、言語刺激を音楽刺激とともに送り込む、がある<sup>(6)</sup>。対人関係や社会性の拡大の為には集団での療法が必要であるが、個人に対して丹念な観察と評価も重要である。言語による意思疎通が困難な場合、音楽が持つノンバーバルコミュニケーション（非言語性）は意欲、能力の向上に極めて重要な役割を持つと考えられる。

### III 音楽療法の内容

#### 1. 集団音楽療法

セッションは、週1回、60分の実施である。利用者20名（男性11名女性9名）で年齢20才～72才、車椅子参加3名、職員7名、音楽療法士（以下Thとする）1名で行う（図1）。参加者が一体感を感じ楽しみながら身体的機能、心理的機能を向上させる為のプログラムを作成している。

#### 2. 概要（活動と目的）

- ①歌唱は発語、発声の促し、記憶の賦活、話題の展開を目的とし参加者が選曲する。
- ②手遊び、手話、身体運動は歌やリズムに乗せて身体を動かす、自身の身体の認識を高める。
- ③楽器演奏は、楽器を持つ、鳴らす、発散、曲想を感じて演奏を促す。

#### 3. 集団活動のプログラム（60分間）

- ①挨拶、「こんにちは」は、オリジナル曲で歌いながら一人一人と握手をする（楽譜1）。
- ②「みんな友達」を替え歌で歌唱する。
- ③手遊び、手話、身体体操
- ④季節の歌

⑤ゲームを行う。動物、花、好きな食べ物、スポーツ等のテーマを決めて参加者からの発言を促し、皆で歌う。

⑥楽器合奏（ジャンベ、ボンゴ、タンバリン、ウッドブロック、鈴、マラカス、シェイカー等）

⑦和太鼓は一つの太鼓を二人ずつ順番に叩く。

⑧マイクを持って一人で希望者が歌う。

⑨ノードフ・ロビンズの曲集より「さようなら」の歌を全員で歌い、終了の意識付けを行う。

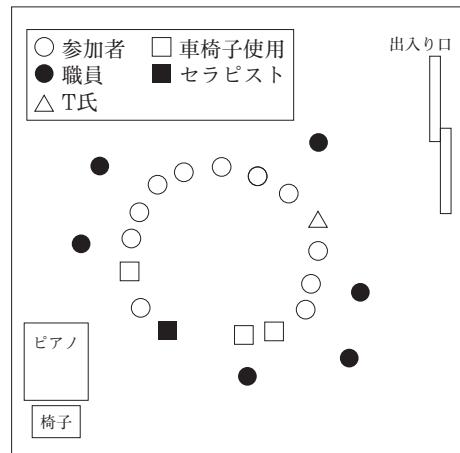


図1 集団音楽療法配置

## こんにちは

作詞 村上 秀子  
作曲 丸山 みつ子  
編曲 村上秀子



楽譜1 セッション開始時の挨拶の歌

### 4. 個人音楽療法の目的

T氏は37才、女性、重度知的障害、レット症候群、てんかんがあり発語はなくADL全介助である。10年前から週5回自宅からA施設に通所している。言語による意思の疎通は取りづらい。母親と犬の散歩に出る事、歌や音楽を聞く事が日課となっている。職員の勧めでX年2月より音楽療法に参加する事になった。T氏は無表情で発語はないが、低く唸るような声を出す事がある。声かけに反応が薄く、一点を見つめていることが多く参加者とのコミュニケーションは見られない。失調歩行で身体を左右に揺らしながら歩き、介助が必要である。転倒時対策で常にヘットガードを着用している。筋緊張異常で肘を曲げ、両手を硬く握り防備しているような姿勢で椅子に座っている。長期目標は、グループの参加者と音楽を楽しみ、心地良い時間を過ごし、身体の緊張を和らげる事である。短期目標は、リズムの活用による手の触覚刺激を高め、手や指で楽器を鳴らす等、自発的な表現の表出とした。

### 5. 個人活動のプログラム（10分間）

- ①ピアノ即興演奏（5分間）
- ②童謡と唱歌、弾き歌い（5分間）

## IV 評価方法

年度初めに音楽療法における個人目標を設定する。定期的に歌唱、身体の動き、楽器の操作の3項目を個人別に評価し、担当職員とThで活動評価表を基に記録しセッション状況を振り返る（表1）。活動評価表は猪之良高氏の音楽療法評価表を参考に筆者らが改訂し作成した。その他、セッション中に気のついた話題、発言、反応、表情、行動等を記述記録する。

表1 活動評価表

点数	歌唱	身体運動	楽器操作
0点	歌っていない	動かない	持たない
1点	小さい声で口ずさんでいる	補助で動く	持っているだけ
2点	中位の声で歌っている	自主的に少し動く	小さい音で鳴らす事ができる
3点	大きな声で歌っている	しっかり動く	音楽に合わせて鳴らす事ができる

## V 経過・結果

集団・個人セッションを1期から6期に区分し結果をまとめた（表2）。

### 第1期X年2月～3月（7回）セッション導入期

集団で皆と一緒にいる事に慣れ、Thとの信頼関係確立を第一ステップとする。どのような音楽に反応するかT氏の表情を見ながら嗜好を探る。初回、職員に支えられて歩いて参加する。話しかけても返答は無く、セッション中はじっと椅子に座って聞いていた。和太鼓の活動では、固く握っている手を緩めてバチを持ち、太鼓の前に立つ。太鼓を叩かず相手の打つ音や響きを体全体で受容している。3回目、「北国の春」でマイクを向けると「ウ～ウ～」と微かに声を出し、「さようなら」の歌で少し和らいた表情が見られた。

### 第2期X年4月～9月（20回）ピアノ・音の体験期

T氏が興味をもつ楽器を考慮して、集団のセッションの前に10分間の個人セッションでピアノの使用を試みた。鍵盤楽器であるピアノは、指でメロディーを弾くばかりでなく、打楽器のように打鍵しても音が出る楽器である。低音から高音まで7オクターブと音域が幅広く、手や指の皮膚の触覚と自分で出した音の強弱、リズム、振動をダイレクトに体感できる。ピアノの椅子は背もたれのないものを使用し、ThがT氏を後ろから抱きかかえる様にして両方の手首をそれぞれ持ち、Thの左膝を支えにしてT氏が座る姿勢を安定させた。4月の1回目、両手は握ったままであったが腕を持ち上げて鍵盤に手を下ろす事で音を出し、いろいろな場所から音を出す体験をした。腕のこわばりはなく右手が少し開きかけた。8回目の6月、童謡や唱歌といった馴染みの歌を歌唱しながらピアノ演奏を行う。T氏の背中とThの胸部が一部接触す

る事で、Thの歌う声の響きがT氏の身体と耳に伝わる事を意図して音量を抑えた声で歌唱する。「ちゅうりっぷ」の弾き歌いでは、ピアノの鍵盤に手を載せると握っていた右手の人さし指を出したので、メロディーをなぞりながら手首を支えて音を出し歌う。7月11回目では、ピアノ活動で「うみ」「きらきら星」の曲を使用した。腕はThの動かす動きに合わせて動いている。15回目、身体運動の「かもめの水兵さん」の曲で自ら立ち上がり、職員が支えると小さく足踏みをする。18回目の9月、和太鼓のバチを自分から手のひらを開いて持ったが、太鼓の上に載せているだけで、相手の叩くりズムの振動や響きを感じている様子であった。

#### 第3期X年10月～X+1年8月（37回）活動の理解期

10月1回目、ピアノを弾いているとき、嬉しさを表現する「ウゥウウ」と言う声が出て左手が少し開いた。14回目の2月、「ミッキーマウスマーチ」体操で自分から立ち上がり、職員が支えて曲が終わるまで小刻みに歩行した。17回目の3月、「北風小僧の寒太郎」の和太鼓活動では、自分の番が終了後、再度自発的に太鼓の側に進んだ。まだバチは動かない。36回目の8月、鈴のついた手作り楽器を持たせると、微かに動かすが音は出ない。

#### 第4期X+1年9月～X+2年3月（23回）活動の受容期

9月の1回目、ピアノ活動で「ミッキーマウスマーチ」を歌いながら一緒に弾くと少し笑顔が見られた。18回目の1月、ピアノ活動で鍵盤の上に手を持ち上げると、自分から右手の人さし指を出し、左手は少し開いてThと一緒に音を出す。19回目の2月、ピアノと一緒に弾くと表情が和らぎ、微笑みがある。「ミッキーマウスマーチ」の合奏で、自分から立って職員の支えで少し歩いた。太鼓のバチが少し動いている。21回目、太鼓のバチが少し動いていた。22回目の3月、「ゆき」を歌いながらピアノと一緒に弾く。T氏が自分の出した音の振動を感じる様に、手首をゆっくり動かし鍵盤の上を移動させる。職員が「いい表情しているね」とT氏に声を掛けた。

#### 第5期X+2年4月～12月（31回）自己表現の表出期

8回目の6月、ピアノ活動で鍵盤の上に手を持ちあげると、自ら右手人さし指を出し、左手を少し開き上下運動に従っていた。リズムを感じているように左手が少し動いており、にこやかな表情であった。14回目の7月、ピアノを弾いた後「うふふ」と微かに声が聞こえた。和やかな表情で集団セッションに参加する。太鼓のバチを持つ手が少し動いていた。

12月30回目、「ジングルベル」「赤鼻のトナカイ」等、クリスマスソングを楽しんでいるように笑顔で参加していた。

#### 第6期X+3年1月～4月（13回）発展期

8回目の3月、「ピアノを弾こうか、ミッキーマウスマーチでいいかな？」と声を掛けて反応を見ていると、自分で右手人さし指を出してゆっくり腕を少し持ち上げた。鍵盤の上に載せたが音を出す力はない。表情は微笑んでいて明るい。12回目の4月、ピアノの所まで歩いて行く時、意気込んでいるような息を感じた。右手は握ったままだが、ゆっくり少し腕を持ち上げた。

表2 経過・活動の変容

	個人セッション	集団セッション
1期		セッション導入期 X年2月～3月（8回） 歌唱：0 身体運動：0 楽器操作：1 ・じっと座っている。
2期	ピアノ・音の体験期 X年4月～9月（20回） ・ピアノの音を出す。・両手、握ったまま。 ・右手が少し開きかける。 ・右手人さし指を出す事もある。	歌唱：0 身体運動：2 楽器操作：1 ・身体活動「かもめの水兵さん」で立ち上がり足踏みをする。 ・和太鼓のバチを自分で手を開いて持つ。
3期	活動の理解期 X年10月～X+1年8月（37回） ・「ウゥウゥ」と嬉しそうな声を出し、左手を少し開く。	歌唱：0 身体運動：2 楽器操作：1 ・「ミッキーマウスマーチ」体操で自分から立ち上がり、支えられて少し歩く。 ・和太鼓活動で叩きに行くがバチは動かない。 ・手作り楽器（鈴）を微かに動かすが音は出ない。
4期	活動の受容期 X+1年9月～X+2年3月（23回） ・「ミッキーマウスマーチ」と一緒に弾く。 ・「ゆき」の曲で指や手にリズムを感じさせる。	歌唱：0 身体運動：2 楽器操作：1 ・合奏「ミッキーマウスマーチ」で立ち上がり、支えられて少し歩く。
5期	自己表現の表出期 X+2年4月～12月（31回） ・右手人さし指を出す。左手少し開く。 ・ピアノ活動後、微かに笑い声があった。	歌唱：0 身体運動：2 楽器活動：1 ・太鼓のバチが時々動いている。 ・クリスマスソングに笑顔がみられる。
6期	発展期 X+3年1月～4月（13回） ・右手人さし指を出し腕をゆっくり少し持ち上げる。 ・少し強い息づかいでピアノの所まで行く。 ・右手握ったまま、腕をゆっくり少し持ち上げる。	歌唱：0 身体運動：2 楽器活動：1 ・明るい表情で活動に参加。 ・身体運動は職員が手や腕を持って動かす。 ・太鼓のバチは微かに動いている。音は出ない。

## VI 考 察

集団音楽療法の活動に馴染んでもらう導入期では、施設のT氏と同じグループブロックから4名の参加があった。しかし、手を握りしめたままで顔に表情が見られず、身体全体の緊張が強くみられた。初対面の人が多くいた事により、集団でのノンバーバルコミュニケーション活動が理解されず、不安感が強かったと推測される。個人音楽療法を開始し、Thが歌いながらピアノの鍵盤を打鍵する活動では、硬く握っていた右手、左手が少しずつ柔らかくなり、自ら人さし指を出し、手のひらを開く動作がみられた。ピアノという楽器を体験し、Thと一緒に音を出すことが音や音楽に対して次第に興味を持ったと考えらる。さらに個人音楽療法を導入した事でThと信頼関係を築くきっかけとなり、セッションを重ねるごとに握った手の変化、さらに集団音楽療法での行動の変化につながったのではないだろうか。集団活動の中で一瞬声が出て立ち上がる等反応があり、特に「ミッキーマウスマーチ」「北風小僧の寒太郎」の2曲に自己表現が見られた。皆が歌うクリスマスソング等を聞いて笑顔が見られ、I期では全く表情がなかったが、集団音楽療法で音楽を媒体としてノンバーバルコミュニケーションが促されたことや、安心できる環境で楽しい時間を共有している様子が伺われる。音楽に興味を持ち集団の中で互いの活動を見る事により、他の存在と自己の存在のつながりや、共感、信頼の構築がされたのではないか。個人音楽療法のピアノ活動時にThが「ピアノを弾こうか」と声を掛

けると、僅かな動きではあるが自分で腕を持ち上げようとする行動が見られた。ピアノ活動を通して楽しみを感じながら、自分の力で上肢を動かそうとしたのは、意欲の現れであり、手や指を介した触覚による自覚の表出と思われる。現在も上肢に筋緊張はあるが、ピアノの前で“ふっ”と力が抜ける瞬間があり、音楽活動の時間の楽しみが身体の感覚調整を促している可能性がある。T氏は最初無表情であったが、次第に微笑みや明るい和らいだ表情が多くなり、音楽を楽しんでいると職員からの報告があった。集団の中で反応が見えづらいT氏に対して介入や支援が浅くなり易かったが、個人音楽療法では、活動に意欲を持ち表現できるように、T氏の生理的、心理的、社会性に都度配慮した対応ができたことが伺える。

2拍子で拍がはっきりしている曲、付点のリズムのある曲が動きを誘発しやすいと考えられる。貫によると音楽諸能力のうちでもっとも早期に獲得されるのはリズム機能であり、音楽技能と言語技能はリズム、メロディー、言語の順で獲得され、人生の最後ではこの逆の順であると述べている<sup>(8)</sup>。T氏の場合もリズムと動きが連動していると考えるが、好みの曲がきっかけとなり、より大きな反応に表れたと推察する。

個人音楽療法で、背もたれのない椅子を使用し、座位に配慮しながらタッチングやThの歌う声の響き・振動をT氏の耳と背中へ伝えた事や、手や指への触覚刺激が、触れることのできない音や音楽を実感させた。遠山は盲、聾、知的障がいの女児に対して振動を活用した音楽療法の実践を報告している<sup>(9)</sup>。歌唱による振動の伝え方を工夫することにより、音楽の振動の存在に対象者が気づき、行動の変化がみられた。さらに集団音楽療法における太鼓の振動も音楽の気づきに相乗効果があったと考えられる。牧野は「聴覚+振動感覚」を鳴動と呼んでおり、身体全体に伝わる和太鼓の響は、身体で聞く日本伝統の療法であると位置付けている<sup>(10)</sup>。ピアノと太鼓の振動感覚の体験はT氏にも変化をもたらしたと考える。

## VII おわりに

T氏には根本的な治療がなく、療育による音楽療法や、リハビリや機能訓練が中心である。上肢に僅かではあるが自発的な動きが見られるようになってきたが、楽器を自力で鳴らす力は極わずかであり、体調によって全くない時もある。音楽療法は、音楽を媒体とした相互の交流・コミュニケーションや人との触れ合い、表現、情緒の安定にさまざまな領域での活用が期待されている。今後も集団・個人音楽療法を併用し、T氏の身体面、心理面へ働きかける音の振動や音の質の活用と支援を課題とし取り組んでいきたい。

## 引用・参考文献

- (1) 文部科学省特別支援教育課「就学指導の手引」抜粋平成14年6月
- (2) W.B.Davis K.E.Gfeller M.H.Tout 訳栗林文雄「音楽療法入門 理論と実践 下」一麦出版 p34 1998
- (3) W.B.Davis K.E.Gfeller M.H.Tout 訳栗林文雄「音楽療法入門 理論と実践 上」

一麦出版 p97-100 1998

- (4) 柳澤美恵子：「療育活動としてのムーブメント教育・療法の活用」2002
- (5) 木村博子，西本由美：「レット症候群児童に対する音楽療法」2005
- (6) C・ロビンズ：「レット症候群女児の教育プログラムにおける、音楽療法の提供の重要性について」「レット症候群国際会議2000報告書」日本レット症候群協会，p173-5 2001
- (7) 猪之良高：「はじめようピアノで音楽療法」ショパン p111.113 2006
- (8) 貫 行子：「高齢者の音楽療法」音楽之友社 p50-51 2009
- (9) 遠山文吉：「障がい児の成長と音楽、障がい児にとっての音とは何か・音楽療法の原点を考える」p50-52 1998
- (10) 牧野英一郎：「日本人の感性になじむ音楽療法」2013 p52-53
- (11) 笠井かほる，加藤博之，遠山文吉：「障害児の音楽活動における親と子の変容について」2007
- (12) ケネス・E・ブルシア：「音楽療法ケーススタディ 上」ケース3
- (13) T.Wigram：レット症候群の治療における振動音響療法 13章