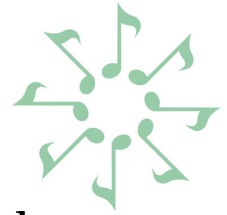


NPO法人

そしおん



Vol.10

music therapy

NPO法人そしおんニュースレター

2012年2月

ページ1

- ♪連続講座&セミナー行ないました
- ♪活動報告
- ♪今後の予定
- ♪寄付をいただきました!



ページ2

- ♪杉並家族会さんで話してきました
- ♪あ・と・り・え⑥
- ♪音楽療法余話⑤
- ♪Quiz#6

♪連続講座&セミナーを行ないました♪

<子どもの音楽療法>

2011年10月30日に新宿区戸塚地域センターで音楽療法連続基礎講座②『子どもの音楽療法』を開催し、当日は6名の参加がありました。「音あそびの中ではぐくむ子どもの力」をテーマに講座とワークショップ形式で、子どもと過ごす時間が多いお母さんが普段できる遊びを通して子どもの発達を促せられるような関わり方を理論と共に、歌を歌いながら身体を揺らし楽器を鳴らしました。参加した方からは「普段やっていることに今日の講座のポイントを入れて遊んでみます、何よりも今日は私の気分転換になりました」と笑顔で終了となりました。

続いて2012年1月29日に講座と同じ場所でお子さんの発達が気になる親子を対象に『子どもの音楽療法体験セミナー』を開催しました。10組の申し込みがありました。インフルエンザが流行し当日は2組の親子の参加でした。広い多目的ホールで一人一人に合わせた音楽を使い、おもいっきり身体を動かし初めて見る・触る楽器に目移りしながら沢山の楽器を鳴らし色々な体験をして終了となりました。

講座と体験セミナーを通し、お母さんは子どもの為に一生懸命やってあげたい気持ちでいっぱいですが時にはストレスになり疲れてエネルギー切れになってしまう中で、音楽を通し親子でリラックスして楽しみながら子どもの力をはぐくめることを一緒に体験できた時間となりました。担当：徳川可愛

<精神科の音楽療法>

12月18日に連続基礎講座③を、1月22日には体験セミナーを開催いたしました。講座には音楽療法を学んでいる方が精神科の音楽療法を学ぶために、実践している方は復習のためにご参加くださいました。セミナーには音楽や音楽療法に興味を持つ当事者の方などが参加してくださり、思い出の歌として「赤いスイートピー」「なごり雪」「神田川」「手紙」「翼をください」などを歌いました。歌っているうちにその当時のことを思い出し、お話して下さる方もいて、思い出を共有する一時となりました。ハンドベルでは1つの曲を作り上げる体験をしていただきました。初対面でも顔を見合わせて思わず笑みがこぼれていらっしゃいました。担当：野口晃世



今後の予定

- * 3月25日 事業主: 稲葉千賀さん
『流産・死産を経験された方のためのグリーフワークとしての音楽療法体験セミナー』
10時～11時半 参加費無料 のびのび荘(ギャラリー)
<新宿区社会福祉協議会の助成金による事業となっております>

<活動報告>

- * 4月より毎月2回 担当: 武田明日香さん
高齢者の集団音楽療法(社会福祉法人 爽爽荘)
- * 10月17日 担当: 野口晃世さん
第5回『Afternoon Music Therapy Space』
精神障害者のための音楽療法
- * 10月30日 講師: 徳川可愛さん
『音楽療法連続基礎講座②』子どもの音楽療法
～音あそびの中ではぐくむ子どもの力～
- * 12月18日 講師: 野口晃世さん
『音楽療法連続基礎講座③』精神科の音楽療法
～音楽とつながろう、音楽でつながろう～
- * 12月26日 担当: 稲葉千賀さん
音楽療法のスーパーヴィジョン
- * 1月17日 担当: 野口晃世さん
『杉並家族会』お話と実践デモ
- * 1月22日 講師: 野口晃世さん
『精神科の音楽療法体験セミナー』
<新宿区社会福祉協議会の助成金による事業>
- * 1月22日 『そしおん臨時総会』
ミニ講演会『小児病棟における音楽療法』
お話: 市田さん
- * 1月29日 講師: 稲葉千賀さん、徳川可愛さん
『子どもの音楽療法体験セミナー』
<新宿区社会福祉協議会の助成金による事業>
- * 2月19日 講師: 稲葉千賀さん
『音楽療法連続基礎講座④』
グリーフケアの音楽療法(流産・死産体験)
- * 2月23日 担当: 稲葉千賀さん
音楽療法のスーパーヴィジョン

皆さまお疲れ様でした!!

この度、渋谷区にお住まいのA様より、10万円の寄付をいただきました。本当にありがとうございます!!
そしおんのさらなる発展のために、大切に使用させていただきます。お心遣いに心より感謝いたします。 理事一同

社会(そし) + 音楽(おん) = そしおん
 地域の中で人々が音楽でつながりあい、元気になってほしい、そんな思いがこめられています

♪「杉並家族会」さんで精神科領域の音楽療法についてお話してきました♪

1月17日に、《杉並家族会》さん(杉並区にある精神障害者の家族の会)に声をかけていただき、『精神科の音楽療法』について、お話と実践のデモンストレーションをさせていただいてきました。
 「音楽療法って聞いたことはあるけどよくわからない」「音楽は好き…でも…」ということでしたので、音楽療法についての概要を簡単にお話させていただき、その後歌を歌ったり、実際の現場で使ってる楽器を紹介し触っていただいたり、トーンチャイムを使って参加者の皆さんと一緒に演奏してみたりと、たくさん体験をしていただきました。



熱心に聴いてくださったものの、最初は少し緊張されているような固い表情をされている方が多かったのですが、音楽に合わせて声を出したり、楽器に触れるうちにどんどんと表情が柔らかくなっていき、暖かな笑顔へと変わっていききました。特に、トーンチャイムでの演奏は、実際に鳴らした方も演奏を聴いた方からも、その音色が大好評で、「いい音ね〜」「心地いいわ」など感想をいただきました！

私自身も音楽の力によって、人とつながる体験を改めて実感することができました。このような機会をいただき、杉並家族会のみならず、本当にありがとうございます！音楽療法を通して、地域で暮らす精神障害者の方々のサポートを今後とも続けていきたいと思っております。

担当：野口晃世

この楽器は
な〜に!?

QUIZ #6

この楽器何と言う???

注：カスタネットではありませんよ



Christmas tree
あ・と・り・え

昨年クリスマスに、こんなものを作ってみました!!
 クリスマスツリーの形をしたベル(鈴)です。思いつきで、作ってみたけれど、とっても良いものに仕上がりました。
 今年も、様々なイベントがありますが、良いアイデアを出して、皆さんに、紹介できたらと思っています。

琴音工房(ゆうおんこうぼう)
 代表・楽器作家 三野 有希

お問い合わせは、NPO法人そしおんまで



答え:『ミハルス』

日本の舞踏家・千葉はるみが舞踏用カスタネットを鳴らしやすくするため考案した楽器のこと

NPO法人そしおんでは、心身の健康維持・改善・ストレス発散、交流を必要とするすべての人に、音楽療法、楽器教室、場作りなどをオーダーメイドで行ないます。療法、療育専門楽器や小物の販売・注文制作販売、認定音楽療法士による音楽療法セミナーなども開催しています。詳しくは事務局までお気軽にお問い合わせください。



NPO法人そしおん 事務局

169-0051 東京都新宿区西早稲田2丁目16-14-401

npo.socion@gmail.com

http://blog.canpan.info/socion2/ (ブログ)

~もっと知ってほしいから~
 リレーエッセイ 音楽療法余話⑤

「生きられなかった自分を生きる」

私が体験した音楽療法のセッションでは、いろいろな感情が動く時がありました。それは、時として感情が動いてから自分の感情に気づかされることもあるように思います。

精神科に入院してきた女性が、初めて音楽療法セッションに出られ、自分でも気づかずに涙があふれていたことがありました。「私は、ずっと泣きたかったんだわ、やっと泣くことが出来た」と涙を流しながら笑顔で語りました。認知症で感情表現乏しく、集中なく徘徊多かつた男性は、軍歌が始まると「ただただ涙が出ます」と語り、ずっと目を潤ませたまま軍歌を歌っておられました。その後その男性は「こんなところで泣いているのは、彼らに申し訳が立たない」と語り、「次は明るい歌がいいですね、現実にもどしてください」と顔を上げられました。

音楽は、自分が意識していなかった、意識したくてもできなかった感情に気づかせてくれる、そして歌う・聴く・創造することを通して今まで「生きてこられなかった自分」を音楽の中で生かしてくれるのかもしれない。そしてそのことが、前に進むことに繋がっていくように思います。そんな方々に、すこしでも寄り添える音楽療法士でありたいと思います。

音楽療法士：鶴間千草