

特集 音楽療法

ホスピスにおける音楽療法のパイオニアの一人であるスーザン・マンローは、音楽療法とは「患者が意味のあるテーマを見つけられるように、音楽を媒体として、患者の旅路に付き添い、援助し、サポートをしていくガイドの役割を(音楽療法士が)果たす」と説明しています。



音楽療法の目的

1

- ・患者さんのQOL(生活、生命の質)を高める。
- ・症状の軽減をはかる。
- ・今までの人生と、一人の人間としての存在を尊重する。
- ・非言語的コミュニケーションをはかる。
- ・家族との時間を尊重する。
- ・入眠への援助をする。
- ・抑制された感情を解放する。
- ・社会的交流の場を提供する。

2

- ・家族、および友人への援助を提供する。
- ・残された家族へのグリーフケアを行う。
- ・介護疲れに対する気分転換や感情の解放をはかる。

♪ 当院が取り組む音楽療法 ♪

当院、緩和ケア病棟では、2009年より音楽療法士による音楽療法を取り入れています。
毎週1回、患者さんの状態に合わせて個別セッションやグループセッションを行っています。
今回、3年間携わっていた溝上さんから梅崎さんへと交代しました。
(溝上さんは、2012年10月よりドイツに居住し、緩和ケアの音楽療法士として活動しています。)

新しい先生のご紹介



音楽療法士 / 梅崎聡子

このたび溝上さんから引き継ぎました音楽療法士の梅崎聡子です。大学で心理学を専攻した後、以前より関心のあった音楽療法に携わりたいと考えました。医療心理学研究所に所属し、音楽療法の姿勢を学びながら、福祉や医療の現場で音楽療法士として勤務をしています。

人がそれぞれ違うように、人と音楽の関わり方もその方によって様々です。歌を歌ったり楽器を演奏したりというだけでなく、患者さんの人生や思いに耳を傾け、共に音楽を聴いたり、表現したり、その時を大切にし、その方の背景や響きを感じ、そうして響き合えるように音楽を介して携わっていきたいと考えています。どうぞよろしくお願いいたします。

こころに残る患者さんたち ～音楽療法士が見た風景～

緩和ケア病棟で、音楽療法士として、様々な患者さんやご家族と関わり、音楽と共にこころに残る風景を見てきました。音楽に何を求めるか、どのような体験をするかは、その方によって十人十色です。

「単なる気晴らしではなく、生きているという実感を持てるような音楽を」と望んだ

ある方が、最終的にたどり着いたのは“和太鼓のリズム”でした。また、ある方はクラシックを聴きながら私と一緒に茶を飲んで過ごした後、「私のお葬式ではシューベルトの“アヴェ・マリア”を流してもらいたい」と希望を話されました。

音楽に関心のあった50歳代前半の男性は、「何か歌ってくれますか？」と私にお尋ねになり、「ギター演奏で歌えます」とお答えすると“花”をリクエストされました。聴きながら涙を流されて「もう一度お願いします。今度は一緒に歌います」とおっしゃって、二人で歌いました。その2日後には旅立たれ、一度だけの出会いでしたが、一緒に歌った姿が今でも印象に残っています。

音のイメージを共有しながらその人自身の有り様を垣間見ることもあります。ある女性は「この病気と付き合って20年、でも病気を恨んだことはない。却ってありがたいと思った」と涙を浮かべていました。「心の中からはどのような音楽が出てきますか」と尋ねると、しばらく沈黙があった後、「“哀”でしょうかね」。その後“赤とんぼ”を力強く歌われました。

病気になり、できないことが増え、失われていくことも多くなっていく中で音楽を聴き、“いま、ここ”に身を委ねつつ新しい体験をする方もいます。音楽家だったその方は、私のピアノ演奏を聴きながら、ご自身もまた心の中で演奏し、過去と現在を紡いでいたのかもしれませんが。そのうちピアノと一緒に並んで弾くようになりました。家族への精一杯の感謝を自作の詩に託し、それに曲をつけてほしいと頼まれた方もいました。

個別の関わりとは別に、小グループで歌うような試みも始めて、音楽がより身近になり幅が広がってきたように思います。そこでは患者さんやそのご家族、スタッフも皆“ともに歌うひと”になります。その場に参加しなくても遠くから音楽を聴いて人の気配を感じて過ごす方もいます。病棟のホールがコミュニティの場となり、入院している人同士が互いに知り合い、時にご家族が様々な思いを分かち合う場にもなってきました。病棟の中で音楽が流れると皆さん自然に集まって来られます。同じ人でも気分や体調によって音の聴き方、感じ方が変わります。

先日、このグループでの歌を楽しみに毎回参加していた方が旅立たれた後、その方がよく歌っていた「七つの子」をスタッフみんなで歌ってお見送りをしました。

今後も患者さんやご家族の方が、今という時、音楽と共に豊かな時間を過ごせたらと願っています。

音楽療法士 / 溝上由紀子

