

歌の翼隊の活動について

NPO 法人 和・ハーモニー音楽療法研究会
理事長 中山 ヒサ子（歌の翼隊隊長）

- ① 北海道支部との関わり
- ② 音楽療法研究会の発表内容
- ③ 歌の翼の活動での思い出
- ④ 和・ハーモニーの PR

日本音楽療法学会認定音楽療法士で、和・ハーモニー音楽療法研究会の理事長を務めさせて頂いている中山ヒサ子でございます。この度は貴会の機関誌「絆」へ上記のテーマでと、澤口事務局長から原稿依頼がありました。貴重な機会を感謝致します。改めて過ぎ越し方を振り返り、感慨深いものがあります。

ご提案の項目に添って書かせていただきます。どうぞよろしくお願い致します。

①北海道支部との関わり・・・宮本さんとの出会い



それは 23 年前のことでした。大学の同僚だった宮本すみこさんが、ある日、突然連絡もなく大学を辞められました。彼女は美術科の講師で、HBC テレビ番組のコメンテーターを務めるなど才色兼備のすてきな方でした。

4 年後、再会した時には ALS を発症し、会話はできますが下半身は麻痺、上腕だけ少し動く状態でした。私は ALS については全く知らず、必死でいろいろ調べましたがよくわかりませんでした。

1 年間、彼女の自宅で、病院で、戸外で、音楽療法を続けました。

これは「サクラ軍団」と名付けた彼女のためのサポートチームです。

彼女からの折に触れてのメッセージは、「この病気への誤解が多い。病気に対しての理解を世の中に広めてほしい」「薬のない私には（当時）これ（音楽）しかない。だから、しっかりやって」でした。彼女を見送った後、彼女との約束・・・世の中への理解を広める・・・を果たすためにどうしたら良いか、悩みました。

そこで勇美記念財団の在宅医療研究助成制度を知り、まず患者会に研究の依頼のために伺いました。当時の支部長は中村修様。こころよく協力を引き受けてくださり、何人かのお宅へ伺うようになりました。中村さんの蘭島のお宅にも美しい海を見ながら通っていました。まだその時には「歌の翼」とは名乗っていません。私の大学での研究活動として、ご協力をお願いした次第でした。

② 音楽療法研究会の発表内容

宮本さんから託された「世の中へ広報」には学会発表が良いと思い、意識的にいろいろな学会に、大体2年に一度のペースで発表しました。

1) 2004年 日本音楽療法学会（倉敷）

「ALS患者における音楽療法の可能性」

2) 2008年 日本難病看護学会（静岡）

「音楽療法を受けたALS患者の主観的QoLの変化」

同じく勇美記念財団補助金を受けての2回目の研究では、元JALSA理事の深瀬和文様、西成田副支部長さんの義姉の笠松様など大変お世話になりました。

3) 2009年 日本死の臨床研究会（名古屋）

「在宅ALS患者における訪問音楽療法の意義」

この発表の後、過去の研究の結果を患者会総会において説明、患者会の年間の予算に音楽療法が計上されるようになりました。

4) 2010年 日本音楽療法学会（神戸）

5) 2012年 日本音楽療法学会（宮崎）

2012年の学会では「日本ALS協会北海道支部との5年間のあゆみ」として発表しています。当初の「研究のため」を離れて、何か少しでもお役に立てたらの気持ちで、多くの方の元に伺わせて頂いておりました。

一番遠いのは、上富良野町の現支部長新屋様です。

6) 2015年 日本緩和医療学会（横浜）

7) 2017年 音楽療法世界大会（日本）



「人工呼吸器装着 ALS の患者と家族への 訪問音楽療法」

アミラーゼ活性 経費的酸素飽和度、脈拍数

フェイススケール、アンケート

この世界に向けての発表の後、多くの反響を頂きました。シンガポールや米国ノースカロライナからなど。でも外国では人工呼吸器をつける割合が低く、どのようなシステムで可能なのかなどでした。ただ、音楽療法が用いられていることには、関心と賛同の感想が多かったです。どの回においても明らかに音楽療法の有益性は証明されています。

そして故杉浦忍君が第 4 代北海道支部長となりました。彼は私の元ピアノの生徒で、ピアノの調律師として私の活動も援けてくれていました。宮本さんのあと杉浦君の遺志もあり、私に更なるバトンが渡されたなあと感じております。今はコロナのため、思うように活動ができないのが本当に残念です。それでも何名かの方には私も楽しみに伺わせて頂いております。

② 歌の翼の活動での思い出

「歌の翼」というネーミングは、実は私が音楽療法の勉強を始めるきっかけとなったカナダの音楽療法士との出会いからなのです。

日野原重明先生（私の師匠）の勧めで、聖路加国際大学での音楽療法の勉強会に参加しました。その時の講師がデボラ・サーモンさんでした。彼女は著名なカナダの緩和ケアの音楽療法士、私はその後、日本の緩和ケアの音楽療法士となりました。彼女の著作の題名が「歌の翼にのせて」だったので。「鳥のように空を飛んで、どこへでも翼に音楽をのせて届ける」と



という意味です。私は、理事長として、NPO 法人和・ハーモニー音楽療法研究会を立ち上げ、その活動の中で「在宅訪問音楽療法・歌の翼隊」を結成しています。現在中心メンバーは、歌とギターの鈴木さん、ピアノの中島さん、フルートの横市さんです。これは今年のオンラインでの総会時に音楽を提供させて頂いた時の 1 枚目のスライドです

歌の翼の活動での思い出は、訪問した全ての方、出会った全ての方です。どの方も忘れたことはありません。本当にいろいろな方との出会いがありました。8 年前の札幌のコンベンションで行われた学会には口文字の紹介もあり、深瀬さんに出演して頂きました。その時には柳田邦男先生もお話して

下さっています。看護学校での講義の際には、杉浦さんに講義をお願いしていました。

今はコロナで難しいですが、世の中が落ち着いたら、またぜひご相談の上、いろいろ考えたいと思っています。

そして昨年から足掛け2年、NHKの取材が入りました。

裏話です！ ある日、NHKのディレクターが、突然「杉浦さんの取材に行ったら、中山さんにぜひ会うようにと言われたので…」と自宅にみえました。

“何の用で来たのか？会えと言われたから？・・・？・・・自分が会いたかったわけではなく？”正直、ちょっとこの人失礼やなあ・・・と思いました。

でも、そこから1年の取材が始まりました。

コロナの中で、取材も大変だったと思いますが、心のこもった映像を撮って下さいました。何回かの再放送があり、全国放送もあって、視聴者からのいろいろな感想も頂きました。NHKの取材に応じて下さった、千葉様、木下様、新屋様に感謝です。

そして 木下さんのお孫さんから素晴らしいプレゼントを頂きました。

昨年の総会の時にも朗読で紹介されたとお聞きしましたが「音楽の神様」という作文です。コンクールで北海道1位になったとのこと。私の講演の時にも引用させてもらい、全国的に有名になりました。小学生とは思えぬ感性で私も感動いたしました。神戸の方から

「あなたが音楽の神様なのですか？」と聞かれましたが勿論違います。

音楽そのものに、人の目にはみえない力があります。これからもそれを伝えていけたらと思います。

③ 和・ハーモニーのPR

和・ハーモニー音楽療法研究会は、ちいさな勉強会から始まりました。

故日野原重明先生が、設立からご指導くださり、必ず年に一度は札幌で研修会などご講演下さいました。2002年に、スウェーデンのインゲスンド大学にFMT（脳機能回復訓練音楽療法）の勉強のためお供させて頂いたのが大きな思い出です。日野原先生は当会の名前も付けてくださいました。

「会員は和を尊び、世の中に人と音楽の奏でる良きハーモニーを広げるように」とのお言葉でした。会の名前に恥じないような活動ができているだろうか・・・と折に触れ、ふり返る指針としています。

NPO法人の実践活動としては、こどものための

「わ・は・も」、美しく年を重ねて頂くための「和」



など、市内5ヶ所で熱心で開催していましたが、今はコロナのためにやむなく休会しています。しかし、オンラインなど工夫した研修会と「歌の翼隊」は、続けさせて頂いております。

このコロナの中、なかなか難しいとは思いますが、万全の感染予防体制を整えておりますので、どうぞお声をかけてください。お誕生日記念とかご結婚記念とか行事でも、ちょっと気分転換に何か楽しいことでも・・・何でもよろしいのです。大体40分程度を目途にしております。楽器は全て持参致しますので何も用意はいりません。ただ1台分の駐車スペースだけお願いいたします。経費については率直に言って難しい問題と思います。

現在患者会の予算、NPOからの活動費負担でまかなっております。もし、もっと活動が発展するのなら、クラウドファンディングなど、事務局と相談しながら知恵を出し合って継続したいと思っております。

これは11月の千葉さんお誕生日の時のプログラムです。リクエストや季節の歌など中心にプログラミングします。どうぞ、皆様お気軽にお声掛けくださいませ。今しばらくは自粛の時が続きますが 明けない夜はありません。

ひかりを目指して **キープ・オン・ゴーイング！！**

- ・ 握手でこんにちは・・・グータッチでこんにちは ・ いとしのエリー
- ・ リクエストによる歌のプレゼント「川の流れのように」「街のサンドイッチマン」
「港町・涙街・別れ街」 ・ 恋の街さっぽろ ・ てんとう虫のサンバ 他

♪ホームページからのお申し込み

(貴会のホームページに当会へのリンクがあります)

♪NPOのメールアドレス wa hamony06@yahoo.co.jp

♪NPOのFAX番号 011-788-4340



雪の妖精 シマエナガ