

# 音楽療法の実践とユニバーサルデザイン

東京未来大学・教授 竹内 貞一

## 音楽とユニバーサルデザイン

本稿の書き出しに当たり、筆者の思うところを少しだけ書かせていただければと思う。

本特集のリード文にもあるとおり、東京オリンピック・パラリンピック、北京冬季オリンピック・パラリンピックで繰り広げられたアスリート達の熱戦は、見る者の心を熱くし、人間の持つ無限の可能性へ挑戦する姿には、ある種の神々しさすら感じるがあった。

人間の可能性への挑戦は、スポーツに限ったことではなく、我々が向き合う音楽芸術においても同様であるといえるかもしれない。芸術による至高体験を目指し、決してゴールのない美的探求を続けるという点において、アスリートとアーティストは本質的に同じなのだと感じる。

パラリンピックを見れば、オリンピックにはない競技も数多く見られ、その競技を究めようとする選手のたゆまぬ努力の成果も発揮され、知るほどに「パラ・スポーツ」に関心を寄せた方も多かったことと思う。

翻って、音楽においてはどうかだろうか。音楽においては、いわゆる「健常」であることが前提となっている「バリア」が多数存在し、様々なニーズを持った方々のアクセシビリティを妨げてしまっているところが多々あるように思う。過去に大事故に見舞われ、大けがをし、その後の努力を通してパラ・アスリートになったという物語は、パラリンピックでしばしば聴かれた。はたして、音楽家はどうかだろうか、ふと考えてしまう。

ロナルド・メイス(Ronald Mace)の提唱によるユニバーサルデザイン(universal design)についての専門的論考は他書にゆずり、本稿では、ユニバーサルデザインとは、バリアフリー化とは異なり、デザインの最初から多くの人々のアクセシビリティを考慮することという理解で書き進めたい。無論、ユニバーサルデザインといえども、全てのニーズについてそれを完全に満たすように設計することは困難である。したがって、より多くの人々がアクセスしやすいようにデザインされていること、あるいはユーザー側のニーズに合わせて、デザインを柔軟に変更できることが求められていると考える。

## 音楽療法とユニバーサルデザインの関係

現在、我が国における「音楽療法」の定義は、日本音楽療法学会によるものが一般的であると考えられる。そこには「音楽のもつ、生理的、心理的、社会的働きを用いて、心身の障害の回復、機能の維持改善、生活の質の向上、行動の変容などに向けて、音楽を意図的、計画的に使用すること」と定められている（日本音楽療法学会 2001）。この定義を読み解くと、音楽療法においては、音楽による生理的、心理的、社会的な機能を以て療法を受けるクライアントと、そのために音楽を意図的、計画的に使用するセラピストの存在が仮定できる。治療的・療育的・訓練的な営みである音楽療法においては、クライアントは何かしらの治療や支援のニーズを持ち、そのニーズは多種多様であることから、音楽療法においては、音楽が存在する時間および空間、音楽を奏でる方法、音楽そのもののあり方において、ユニバーサルデザインが求められる。特に音楽そのもののあり方という点に関しては、奏でられた音楽に対する感受・評価の開放性という観点についてもユニバーサルであることが求められると考える。つまり音楽療法の場では、その場で音楽を共有する全ての人の音楽的価値観が「ユニバーサルデザインされている」のかどうか問われることになる。次節では、上述の観点から、音楽療法におけるユニバーサルデザインの視点について概観したい。

## 音楽療法におけるユニバーサルデザインの視点

本節では、音楽療法におけるユニバーサルデザインの視点について、前節で触れた、時間および空間、演奏方法、あり方（捉え方）という視点から論じたいと思う。

まず、時間および空間という視点から述べる。音楽療法の実践は、構造化された療法として音楽演奏や鑑賞が行われる場合や、逆に構造化されずふとした瞬間に生じる音楽的表現を捉えてそこに療法的意義を見出す場合などがある。前者は、音楽を奏でたり聴いたりする時間と場所があらかじめ定められていることが多い。そのため、そこでの療法活動は、クライアントの特性やニーズを把握した上で、適切にデザインされて行われる。車椅子使用の方であれば移動も含め段差のない部屋が望ましい。場合によってはセラピストがクライアントのベッドサイドに行って行う場合もある。症状や困難の状態に応じて、音楽療法の実践の時間を固定することが望ましい場合もあれば、逆に、自由度をもって状態に応じて実践の時間を変化させることが望ましい場合もある。例えば、精神科での音楽療法は、時間と場所を固定し、定期的に行われることが重要なこともある。一方、ホスピス等での音楽療法の実践では、症状や状態との関係により、ベッドサイドあるいはその時々居場所で、状況の許す限りにおいて実施されることもある。このように、どのような現場で実践されるのか、どのような方をクライアントとするのかによって時間および空間の設定は、大きく異なる。

構造化されない音楽療法は、クライアントの語りの中に不意に現れる音楽的な内容をくみ取り、セラピストがそれに合わせて対応するという場面で生じ得る。例えば、高齢者福祉施設で、利用者の語りの

中に、若い頃に好きだった楽曲についての語りが入ることがある。その曲について思い出しているまさにその時、心はその時代に戻っており、何かを再体験していることがある。その歌についての語りを深めたり、場合によっては共に歌ったりすることができれば、その高齢の利用者にとってかけがえのない「何か」を共有し、自らの人生を振り返り、統合を実現する一助となり得る。

伝統的に、芸術的な音楽あるいは音楽教育においては、その音楽のある時間および空間は、事前に設定されていることが多いが、音楽療法においては、ニーズベースであり、必ずしも時間と場所を限定しない。音楽の存在する時間および場所の設定に関するユニバーサルデザインと言い直すこともできる。

次に演奏方法という点について述べたい。様々な楽器には、正しい奏法というものがあるが、それは「健常」な身体機能を前提にしている。しかし、音楽療法のクライアントの場合、まさにその点において困難や支援の必要を持っている方々もいる。そうすると、音楽療法において、正しい奏法とは一体何であるのかということになる。そして、クライアントのもつ身体機能に、奏法を合わせる、あるいは楽器そのものを合わせるということが優先される。特に音楽療法で用いられる楽器には、様々な工夫がある。拘縮や変形で、楽器を把持することができない場合は、それを補うための補助具や楽器の工夫がある。同じ音色を様々な奏法で実現する方法が模索される。和音を奏でたいが、手指の機能に困難があるならば、それを補うオートハープのような楽器を用いることもできる。このように、音楽療法においては、人に合わせて楽器が選ばれたり、機能がデザインされることにより、多様な人々が音楽へのアクセシビリティを高められるように工夫されているといえる。

最後に、音楽のあり方に関するユニバーサルデザインについて考えたい。音楽療法において奏でられる音楽の質をどのように評価するのかという点については、感じ方を自由にするということと言い換えることができるかもしれない。音楽療法で奏でられる音楽には、狭い意味での「芸術 (beaux art)」の美とは異なる側面がある。例えば、ある時には苦悩や怒り、憎しみや嫉妬などの陰性感情までもが音を通して表現されることがあり得る。その時の音は、狭い意味での芸術美ではないし、また訓練や教育を通してそちらに導かれるべき状態ともいえない。その音は、表出され受け止められることを必要とした表現である。これは一例であるが、様々な困難や必要があって奏でられる音には、その時その場での大切な価値や意味があり、そこに狭い意味での芸術美の評価軸を持ち込んでしまうことは、おそらくユニバーサルデザインとはかけ離れている。音楽療法における音楽のあり方の多様性を受け容れることができるようになることは、ある意味で感受性のユニバーサルデザインが必要ということになる。

## 音楽療法におけるユニバーサルデザインの実例

少しだけ、事例について触れたい。なお、個人特定を防ぐ目的から、時期や地域を特定せず、本質をゆがめない程度に事実関係の記述を調整していることを、あらかじめ了解いただきたい。

ある疾患により腕の関節可動域はある程度あるものの、手首から先の部分に拘縮があるクライアントが、音楽に合わせてハンドドラムを叩くことに挑戦したいという希望を持っていた。本人は発症前、ギターをよく弾き、若い頃には仲間とのバンド活動をしていた人物である。しかし症状の進行とともに、

ギターの演奏は諦めざるを得なくなった。それでも音楽が好きなのである。仲間と音楽をすることの喜びを再体験したく、セラピストとのセッションで自分に残された機能として、歌うこととドラムを叩くことで自己実現を望んだケースである。しかし、拘縮の進んでいる手指でドラムのスティックを持つことは難しく、それすら諦めかけていたが、マレットの柄の部分に、熱湯につけることで自在に変形できる樹脂でできている製品がある（当時）ことが分かり、それを用いたところマレットの把持が可能となり、ハンドドラムを用いたセッションができた事例がある。

次の例は、進行性筋ジストロフィーをもつクライアントが、音楽療法のセッションでの合奏で、ベル担当の役割を果たしたいと望んだケースである。最初は簡易ベル（ハンドベルの簡易なもの）を手で持ち、複数の音を担当していたが、症状の進行とともに一音のみの担当となり、やがてベルを手で振ることが難しくなった。それでもその一音でも参加したいと願うクライアントのために、タッチ式のベル（振るのではなくベルの上部を押さえることでクラッパーが動き音が鳴る）に切り替えて、しばらく合奏に参加し続けていた。しかし、上部ボタンを支える弱いバネの反発力ですら、わずかな指の動きでは音が鳴らなくなってきた。その時、このセッションの担当セラピストと楽器販売会社の担当者が協力し、そのクライアントのために楽器を改造した。楽器として機能し得る極限まで小さな反発力のバネに換装して、わずかな指の動きでも演奏できるようにした。このクライアントは、参加できた最後のセッションまで、そのベルを担当したとのことである。



簡易ベル



タッチ式ベル

これらは、演奏方法において、様々な人のニーズを満たすことができるようにデザインされていたマレットや、あるいは同じ音色を奏でることができる楽器でも、複数の奏法が可能のように想定されて製造されており、その人々のニーズに合わせて奏法を選べるユニバーサルデザイン的な発想があったからこそ、音楽療法が実施可能となった事例といえる。また、楽器の方を改造するというアイデアは、おそらく、既成楽器の正しい奏法にとらわれる中からは、なかなか生じてこない発想であろう。

さらに、そこで奏でられる音楽は、元バンドマンがかつての演奏と同等の質を求めるのではなく、あくまでも誰かとともに音楽をすることによって価値と意味を見出した音楽である。また徐々に失われていく筋力を補いながら奏でられたベルの一音には、まさに生きていることの実感が響いていたことだろう。つまり、その時間と空間を共にした者には、音楽に対する「いま・ここ」での価値が共有されてい

たのであり、狭い意味での音楽美とは異なる、ある意味で、ユニバーサルデザインされた価値観や評価軸が存在していたともいえよう。

我々音楽に関わる者は、どうしても音楽を中心に置きがちであるが、ユニバーサルデザインが音楽療法においても同様に、あらゆる人のニーズを中心に置いた発想であることを示す事例であろう。

## おわりに

ここまで、音楽療法の考え方や事例に基づいて、ユニバーサルデザインと音楽の関係を論じてきた。ユニバーサルデザインの提唱者である R. メイスが建築学を専門としていたことから、ユニバーサルデザインは、ハードウェア、インフラ、インターフェイス、環境整備の面で語られることが多い。

一方で、音楽療法は、様々なニーズを持った人達に対して実施される治療的、療育的、訓練的な営みである。そこで扱っているのは「音」という無形物である。物的側面は、活動を支える一部にすぎない。したがって「音」を扱う音楽療法では、物の設計やセッティングを支える思想にとどまらず、そこで共有される音・音楽の意味や価値を捉える評価軸を含め、それを受け容れる人の感受性までもが、あるいはユニバーサルデザインの対象なのではないかと、やや概念を拡張して考えたのが本稿の主旨である。

## 参考・引用文献

1. デボラ・サーモン／生野里香訳（2004）歌の翼に－緩和ケアの音楽療法－DVDブック，春秋社
2. レスリー・バント／稲田雅美訳（1996）音楽療法－ことばを超えた対話－，ミネルヴァ書房