



岡山県音楽療法研究会

2025年9月 発行

ニュースレター 第43号



事務局 〒714-0021 岡山県笠岡市園井 2263 公益財団法人仁和会ももの里病院デイケアセンター内
発行：岡山県音楽療法研究会 Mail: okayama_mt@yahoo.co.jp
ホームページアドレス：<https://okayamamusictherapy.wixsite.com/okayamamusictherapy>

ごあいさつ

岡山県音楽療法研究会 会長 筒井恵子

皆さまには益々ご清祥のこととお慶び申し上げます。

子どもたちの夏休みは終わりましたが、この酷暑では、かつてのように虫取りや川遊びに夢中になるのも難しく、熱中症の心配などから、自由に外で遊ばせるのをためらってしまうような日々が続きました。

そのような中、医療や福祉の現場では、皆さまの奏でる歌や音楽が、心を癒やす貴重な時間として、確かな役割を果たしておられることと存じます。

さて私自身、学生たちと接する中で、近年の幼稚園や学校の音楽の授業で歌う機会が減少し、扱われる曲も限定的になってきている印象を受けます。現代は多様な音楽ジャンルが共存する時代ですが、世代を問わず心に残る歌が、誰にとってもあることの大切さを改めて感じます。

私は主に高齢者を対象の音楽活動に携わり、この30年程の間に、好まれる曲は変化しましたが、文部省唱歌や童謡の有名な曲は、多くの方に共通の記憶として受け継がれています。現在関わっている戦中派からカラオケ世代に至る人々には、歌が好きな方が多くいらっしゃいます。実際の現場では、気分が荒れて暴力的になりかけた方が、好きな歌で気持ちが落ち着けたり、鬱状態の方に「千の風になって」などの歌を歌うと食事に向かうなど、音楽の力を実感することが良くあります。音楽には、子どもから高齢者まで、心も体もそして人とのつながりも変える力があります。今後もこの力を大切に、皆さまと共に音楽を通じた支援と交流の輪を広げていければと願っています。

2025年度 総会報告

日時：2025年4月20日(日) 12:00~12:30

場所：くらしき健康福祉プラザ 101.102

上記日程にて、2025年度岡山県音楽療法研究会総会を開催しました。

会員数 34名(2025年4月1日現在)のところ、総会出席者は9名、委任状12名で定足数を

満たしており、総会成立となりました。

岸本寿男副会長より「講師としても貢献できたらと考えている。今後とも研究会をよろしく。」との挨拶がありました。

引き続き、議案として 2024 年度の事業報告・収支決算報告・セミナー収支決算報告・監査報告および、2025 年度事業計画・予算案を報告しました。

なお、本年度よりコロナ禍前と同様に、会員の皆さまからもセミナー参加費をいただくことを伝え、承認を得ました。以上、滞りなく総会を終えました。（文責：市村）

定例会 I 報告

日時：2025 年 4 月 20 日（日）13：00～16：10

場所：くらしき健康福祉プラザ 101、102 研修室

講師：外山 薫 先生(一般社団法人わたげ 代表理事)

4 月の定例会は倉敷市で活動している（一般社団法人）「わたげ」の外山薫先生をお招きして「病気や障害など生きづらさを抱えながら、生活する方々への関わり」と題して講演を行いました。

外山先生は精神保健福祉士として「わたげ」以外にも茶屋町在宅診療所や岡山市の訪問看護ステーション タウンサークルに勤務されています。

今回は対象者本人やその家族が抱える、病気や障害、子供の発達、引きこもりやメンタルヘルスのコミュニケーション方法と、現状の自殺者動向や具体的なストレス内容を学びました。

そのコミュニケーション方法として、外山さんが実践で取り組まれているのが「北欧ダイアログ実践」です。その中の対話の工夫として

1 コミュニケーションの前の印象雰囲気づくり

- ・ 温かい声掛け
- ・ 優しい話し方
- ・ 丁寧な言葉遣い
- ・ ゆったりとしたスピード
- ・ 穏やかな表情
- ・ 寄り添う姿勢の大切さ
- ・ 沈黙の共有化

- ・安心して話せる環境

2 コミュニケーションの工夫

- ・落ち着いた、温かい声で話す
- ・話は短く簡素、かつ具体的に行う
- ・「がんばれ」ではなく「ゆっくり休もう」
- ・「～してくれると助かる（嬉しい）けどどうですか？」
- ・幻聴や死にたい気持ちを話されたら「そう思うんだね」と不安を受けてとめる
- ・できていることを伝え、ありがとうを言う
- ・いつも見守っているから、安心して

等の言葉のキーワードや対話方法などをグループワーク等を行い学びました。これは臨床の場
に取らわれれず、普段私たちが他者とコミュニケーションを図る上でも、つくづく重要なのだ
と改めて実感しました。

外山先生はこのような「北欧式ダイアログ」を用いて、様々な箇所で講演や研修活動もされ
ているようです。今回の定例会にとらわれず、コミュニケーション方法として今後も学んでい
きたいと思いました。

(文責：渡辺)

♪ 研究会からのお知らせ ♪

* 研究会ホームページをご活用ください

本年度より、ニュースレターは研究会ホームページ上に掲載することになりました。

また、定例会やセミナーへの参加申し込みにつきましては、Google Forms の QR コードから
お申し込みください。

* 2025 年度 セッション&トーク

日 時：2025 年 **10 月 12 日(日)** **13 時 00 分～15 時 00 分**

場 所：**LIVESTATION AIZ(アイズ)** 倉敷市玉島阿賀崎 2-3-55

世界で活躍されているダウン症のピアニスト;越智章仁さんとお母様が来岡

当日は、お話と演奏(ピアノ独奏のほか、岸本副会長の尺八とのセッションも)

参加費：会員 1000 円、一般 2000 円

* 2025 年度 定例会 II

日 時：2026 年 2 月 8 日(日) 13 時 00 分～16 時 10 分

場 所：くらしき健康福祉プラザ 201 室

講 師：岸本 寿男先生 (公益財団法人岡山県健康づくり財団

健康づくり総合センター附属診療所保健部医局相談役)

テーマ：目からウロコの簡単ギター伴奏法～変則チューニング法による弾き歌い入門～

参加費：会員 無料、一般 2,000 円

※音楽療法の現場で使いやすいチューニング法を学び、3～4 曲練習します

※ギターの持ち込み可 (貸し出し用ギターも用意します)

* 会費納入のお願い

当研究会は皆様からの会費によって運営しております。

ご理解とご協力をお願いいたします。

ゆうちょ銀行口座をお持ちの方

記号 15420 番号 27430431

名前 オカヤマケンオンガクリョウハウケンキュウカイ

他金融機関からお振り込みをされる方

店名 五四八 (ゴヨンハチ) 店番 548

預金種目 普通預金 口座番号 2743043

※お振り込みの際には、会員番号と氏名を必ずご記載ください。

※所属名等でお振込みされる場合は、事務局まで入金日・入金額(年額 3,000 円)・振込人名

義・会員番号・振込人氏名をメールにてご連絡ください。ご連絡が無い場合、当該会員様

が判明できず、会費未納状態のままとなる可能性があります。

◎ ニュースレター次号予告

次回発行は、2026 年 3 月の予定です。掲載内容については、以下の項目を予定しています。

●セッション&トーク報告 ●定例会 II 報告 ●2026 年度総会案内 など

編集後記：みまさま、こんにちは。岡山県音楽療法研究会ニュースレター第 43 号をお届けいたします。まだまだ暑さが続きそうですが、秋バテに気を付けて、元気に過ごしましょう。

広報担当：K. I