

第7回「音楽に合わせて～リズムが繋ぐ心～」

毎週木曜日の午後は、施設での音楽療法の時間です。音楽療法士の先生をお招きして、利用者の皆さんが歌ったり楽器を演奏したりして過ごします。その中で、一人だけ輪から離れて座っているのが、みちこさん（仮名・31歳女性）でした。

みちこさんは重度の知的障害と自閉症スペクトラムの特性があり、新しい環境や音に対して敏感でした。大きな音や突然の音の変化に驚いてしまい、音楽療法の時間も最初の頃は参加することができませんでした。楽器の音が鳴ると耳を塞いでしまい、時には泣き出してしまうこともありました。

担当の森職員は、みちこさんが音楽を嫌っているわけではないことを知っていました。日常生活の中で、小鳥のさえずりや時計の音に興味を示すことがあり、特に一定のリズムを刻む音には集中して耳を傾けることがありました。「みちこさんなりの音楽との関わり方があるはず」と森職員は考えていました。

音楽療法士の田中先生と相談し、みちこさんには無理に参加を促すのではなく、まずは音楽に慣れてもらうことから始めることにしました。最初は音量を小さくし、みちこさんが安心できる距離で音楽を聞けるよう配慮しました。

ある日、太鼓の優しいリズムが始まった時のことです。いつものように離れた場所に座っていたみちこさんが、小さく体を揺らしているのに田中先生が気づきました。「みちこさん、リズムが聞こえているんですね」と田中先生は静かに声をかけました。みちこさんは言葉では返事をしませんでした。太鼓のリズムに合わせて体を動かし続けていました。翌週の音楽療法では、田中先生はみちこさんのために特別に小さな手作りの太鼓を用意してくれました。「みちこさん、これを使ってみませんか？」と森職員が太鼓を差し出すと、みちこさんは恐る恐る手を伸ばしました。

最初は太鼓の表面を軽く触るだけでしたが、だんだんと手のひらで叩くようになりました。「ぽん、ぽん」という優しい音が響くと、みちこさんの表情が少し和らぎました。田中先生が「みちこさんのリズム、とても素敵ですね」と褒めると、みちこさんは恥ずかしそうに微笑みました。

数週間が過ぎ、みちこさんは太鼓を叩くことに慣れてきました。自分のペースでリズムを刻み、時には田中先生のピアノの音に合わせることもできるようになりました。他の利用者さんたちも、みちこさんの太鼓の音を温かく聞いていました。

ある日、みちこさんに大きな変化が起きました。いつものように太鼓を叩いていると、隣に座っていたひろしさんが「みちこさんの太鼓、上手だね」と声をかけてくれました。みちこさんは一瞬驚いたような表情を見せましたが、その後、ひろしさんに向かって太鼓を軽く叩いて見せました。

これをきっかけに、みちこさんは他の利用者さんとも太鼓を通じて交流するようになりました。言葉でのコミュニケーションは難しくても、リズムを合わせたり、太鼓を回し合ったりすることで、心のつながりを感じているようでした。

音楽療法の時間が終わった後も、みちこさんは太鼓を手放したがりなくなりました。森職員が「みちこさん、太鼓が好きなんですね」と声をかけると、みちこさんは太鼓を大切にうに抱きしめました。

ご家族にこの変化を報告すると、お母さんは「家でもテーブルを叩いてリズムを取るようになったんです。楽しそうで、見ているこちら嬉しくなります」と話してくれました。お父さんも「音楽で娘の新しい一面を発見できて、本当に感謝しています」と喜んでいました。

みちこさんの変化は、音楽療法の時間全体にも良い影響を与えました。他の利用者さんたちも、みちこさんの太鼓のリズムに合わせて歌ったり手拍子をしたりするようになり、音楽療法の時間がより豊かで温かいものになりました。

田中先生は「音楽には言葉を超えた力があります。みちこさんのように、一人ひとりに合った音楽との関わり方を見つけることで、表現の可能性が広がるんです」と話してくれました。

ある日の音楽療法で、みちこさんは初めて輪の中に入って太鼓を叩きました。他の利用者さんたちの歌声に合わせてリズムを刻むみちこさんの姿は、まさに音楽の力で心がつながった瞬間でした。森職員は目に涙を浮かべながら、その光景を見守っていました。

最近では、みちこさんは太鼓だけでなく、鈴やタンバリンにも興味を示すようになりました。「今日はどの楽器にしますか？」と田中先生が聞くと、みちこさんは手を使って楽器を指差し、自分の意思を表現するようになりました。

みちこさんの物語は、音楽が持つ癒しの力と、一人ひとりの個性に合わせたアプローチの大切さを教えてくれます。言葉では表現できない気持ちも、音楽というツールを通じて伝え合うことができることを、みちこさんが証明してくれました。

今日も音楽療法の時間、みちこさんは太鼓を手し、仲間たちと一緒に音楽を楽しんでいます。その穏やかな表情を見ていると、音楽が心に与える豊かさを改めて感じずにはられません。リズムに合わせて体を揺らすみちこさんの姿は、音楽の持つ無限の可能性を物語っています。