

歌の力 心身満たす

戸田市新習の特別養護老人ホーム「とだ優和の杜（もり）」には毎月第1、3水曜日の午後、1階玄關のホールに車いすなどのお年寄り約40人が集まる。「はい、こんにちは。こんにちは、こんにちは…。あいさつはいつの間にか1970年の大阪万博の歌の替え歌の合唱に。そしてみんなが知っている懐かしい歌の合唱へと続く。高齢のお年寄りの声が大らかな声で名曲「高校3年生」を歌う姿は付き添う若い看護師たちを感動させる。音楽を用いたセラピーは大きな効果を挙げている。（岸鉄夫）

老人ホームで音楽セラピー

▼先駆者
療法の先駆者である桜林仁教授、上野学園大学客員教授なセラピーを指導しているの授のもとで学んだ。筑波、金などを務めている。



音楽療法で声を取り戻した人もいる。貫さんは語り掛けながら両手を広げて歌った。戸田市新習、特養ホーム「優和の杜」

約1時間のセラピーのうち、最初の10分は軽い体操。椅子に座ったままで上半身を動かす。「1歩、2歩」と声を出して数を数えながら30歩。「体を動かして数える。二つ以上の課題を同時にやる」ことが脳を刺激してボケ防止になる」と貫さんは解説する。

▼回想の効果
次は発声練習。隣の人と手をつないで腹式呼吸で「ほ、び、ぶ、べ、ほ」。そして歌の合唱。歌っただけではなく、貫さんは参加者に語り掛ける。「高校3年生」を歌った時、ある男性が「あのころ、俺はフォークダンスが嫌いだ」と自分の高校時代の思い出を話し始めた。

貫さんは「故郷のことか、好きな食べ物とか、歌の思い出とか、対話して話を引き出すことが大事。回想療法です。」

戸田 名曲「高校3年生」熱唱

思い出すことで、いま自分が生きているという「ことを肯定的に考える。これも心理療法です」と説明する。

▼声に戻った
「ソンド」節「ふるさと」と「ズンド」節「古い歌だけでなく、新しい歌も歌う。「ドレミの歌」では手にベルを持って鳴らしながら歌った。太鼓もたたいた。楽器を鳴らすのは心身の活性化になる。そして最後はクールダウン。「あの町この町」など静かな歌を歌う。

大きな口を開けて歌っている80歳の女性に貫さんが「良かったですね」と声を掛けた。女性は2年前に脳梗塞で倒れ、最近まで声が出なかった。音楽療法で声が出て、話したり歌えるようになった。

貫さんは「こういうことがあるから、音楽療法をやっているとよかったと思う」と話している。

◇
【メモ】「優和の杜」は戸田中央医科グループの施設。グループ代表の中村隆俊さん（88）も貫さんの音楽療法に参加している。中村さんと貫さんは長年の友人。中村さんが1961年に大学を卒業して上京、東京芸大の学生だった貫さんと知り合ったという。