

## 【コロナ禍におけるセッションの在り方】

インタビュー  
2020年9月5日

不安な気持ちで音楽療法活動をされている会員さんも多くいらっしゃるのではないのでしょうか。個人で活動していると悩みも解決できない場合があります。理事会メンバーにセッションの様子を聞いてみました。なにか参考になれば幸いです

### ◎マスクについて

- ・参加者も Th.も マウスシールド使用（マスクは使用しない）
- ・Th.はマスク無しで、フェースシールドだけ。（Th.の表情が求められるため）
- ・マスクの出来ない対象者からはなるべく離れる（Th.はマウスシールド着用）
- ・内容は普段通り。参加者もマスク。（デイサービス）
- ・歌い始めるとマスクを外す人には、そのたび、マスクをつけるようお願いする。
- ・参加者にマスクをするように職員さんをお願いして協力してもらっている（高齢者）

### ◎環境対策

- ・施設がクリアシートを用意してくれた。が、波打って歌詞が見られないので途中で外した。（高齢入所施設）
- ・Th.がブラインドシールドを施設に持ち込み、その後ろでキーボード演奏、体操を行なっている。
- ・介護予防事業が再開され、参加人数を普段の半分にして2回行っている。2回分の楽器を持ち込む。（入れ替わりの時に職員さんに楽器の消毒をしてもらっている）

### ◎楽器対策

- ・毎回楽器の消毒、スカーフの洗濯をする（洗濯をしてもスカーフは縮まない）
- ・連続してセッションを行う場合は、楽器の使いまわしをしないように心掛けている
- ・楽器は、職員さんに配ってもらう
- ・楽器の持ち込み禁止と言われたので、手作り楽器（ヤクルト容器でマラカス）を作り施設で管理して貰っている（成人、高齢者）
- ・入園前の親子セッション（10回継続）で、楽器の受け渡しなどができないので、手作り楽器を渡し、毎回持参してもらう

【手作り楽器カタカタ】



【手作り楽器太鼓(植木鉢受け皿)】



#### ◎セッション内容について

- ・マスクをしているので、声が出しにくいいため通常より音程を低くしている
- ・マスクをして呼吸を整えるために、3番までの歌唱の場合2番の歌詞を「ル」で歌う その時の伴奏は1オクターブ上げる(高齢者)
- ・大きな声は出さないようお願いしている(「モソモソと歌ってくださ〜い」)
- ・体操の時、知っている曲だと歌ってしまうので、クラシックの音楽などを使用している。(例：くるみ割り人形のマーチ、ハンガリア舞曲、運動会のマーチ、フォークダンスの曲)
- ・唱歌・童謡はハミングで行っている。(介護予防)
- ・歌を少なくして、ストレス発散のための体操を増やしている(高齢者施設からの方針依頼)
- ・身体活動が多いので変化をつけるため体操用の浮き輪の様なものを使い体操をしている  
消毒が楽である
- ・セッション内容は変えていない(子ども対象)
- ・生の音を求められるのでTh.の演奏、オンステージを中心に行う(歌えない曲を選択する)
- ・プログラム内容はオンステージ、体操、楽器活動(長期入院精神障害施設)

#### ◎休止の施設への対応

- ・音楽療法が行えるようになったら連絡いただけるように頼んでいる。
- ・月末に施設へ電話をして、参加者や職員さんの様子を伺っている。

#### ◎悩み・その他

- ・今までセッションに取り入れていた鍵盤ハーモニカ禁止、歌禁止で困っている(高齢者)
- ・施設から再開する依頼が来たが、タイミングが悪く、再度中止になってしまった。
- ・非常事態宣言が発令されても、通常通り音楽療法活動を依頼された。
- ・非常事態宣言が発令されたときは、Th.から活動の休止を依頼した。

☆17名中5名程は活動が全て休止とのことでした。活動されている方も全ての現場が戻っているわけではありません。施設によって対応、要望は様々です。今までのようにできない事は多いですが、工夫して活動している様子がうかがえました。

皆様の「こんな工夫しています。」「こんな悩みがあります。」などもお聞かせください。

【お問い合わせ】のページ→『その他お問い合わせ』→メッセージ欄に『セッションについて』としてご投稿ください。皆様と共有できたらと思います。