

第87回身心変容技法研究会
2022年9月10日(土) 13:10~14:50
@zoom

ケアとアート

コミュニティ音楽療法を手がかりに

三宅博子
(国立音楽大学・音楽療法)

音楽？ × 療法？ = 音楽療法？

コミュニティ音楽療法

身心変容技法

「東京迂回路研究」プロジェクト
(NPO法人多様性と境界に関する対話と表現の研究所：diver-sion)

アート？ × ケア？ = ？

1

2

お話の流れ

1. 自己紹介：音楽療法への道筋
2. 音楽療法を問い直す：コミュニティ音楽療法
3. ケアとアートを問い直す：「東京迂回路研究」
4. 音楽活動による共創の場作り
5. アート(音楽)と身心変容技法

1. 自己紹介：音楽療法への道筋

3

4

音楽療法に出会うまで

- 音大でクラリネットを専攻し、クラシック音楽を学ぶ
- 阪神淡路大震災(1995)の経験 音楽への
ギモン
- 大学の集中講義で音楽療法場面の映像を観て「これが私が求めている音楽だ!」と思い、音楽療法士を志す
- 障害者施設でケアワーカーとして働きながら音楽療法士の資格を取得 (兵庫県音楽療法士、日本音楽療法学会認定音楽療法士)
- 障害のある人の捉えられ方に疑問を抱く 療法への
ギモン
生の生々しい存在感 ⇄ “障害者”表象への還元

大学院時代

- 音楽療法への疑問
「個人の病理や問題に焦点を当てて治療する」?

対象者を既存の評価基準で捉えるのではなく、対象者自身のコミュニケーション様式や生活様式、取り巻く社会や文化に光を当てたい・・・

→コミュニティ音楽療法に興味

コミュニティ音楽療法：対象者を取り巻く家族や仲間、地域との関わりのなかで音楽活動を行い、個人と社会との関係を変え、コミュニティ全体に変化をもたらすことを目的とする

5

6

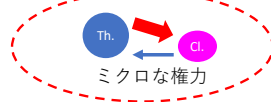
博士課程での研究

博士論文 (三宅2010)

『音楽療法の政治性に関する研究—
〈制度〉と〈生〉の間から』

テーマ：音楽療法における権力関係

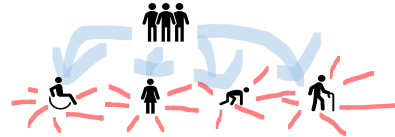
キーワード：生権力(Foucault 1976) マクロな権力



7

力の2つのタイプ(Rolvsjord 2004)

権力関係 power relations	外(上)から 力を及ぼす・行使する power over	支配的 抑圧的
エンパワーメント empowerment	内から外へ 能力や権限を発揮する power to	協働 相互性 尊重・尊厳



8

インターセクショナルリティ(交差性)

- 人種、階級、ジェンダー、セクシュアリティ、ネイション、能力(ability/disability)、エスニシティ、年齢などさまざまな要素の交差する権力関係と社会的立場の複雑性を捉える概念

9

現在の私の研究関心

多様な人々による、音楽を介した場の共創

障害児者、高齢者領域での
音楽療法セッション

地域コミュニティでの
参加型音楽活動



10

- 実践
 - 音楽療法士として
 - コミュニティの音楽家として
- 研究
 - 実践を詳しく検討し、音楽療法の意義を問い直す
 - コミュニティ音楽療法、生態学的音楽療法
 - 多様な人々が共に生きるための技法に関する調査研究
「東京迂回路研究」(2014~2016年度)

11

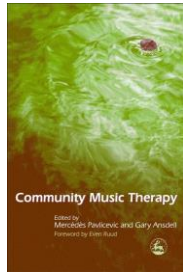
2. 音楽療法を問い直す： コミュニティ音楽療法

音楽療法個人セッションの事例

12

Community Music Therapy(2003)

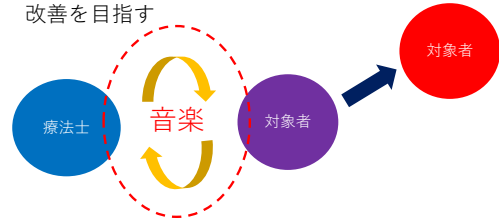
- 西洋を中心に即興音楽心理療法の一つとして発展してきた近代音楽療法に対し、世界の様々な事例と考察をもとに「音楽療法とは何か？」という問い直す視点
- トラウマを抱えた難民・移民(ドイツ)
- HIV/AIDS孤児やケアワーカー(南アフリカ)
- 精神障害者のグループ(イギリス)
- 小児科病棟の子どもたち(ノルウェー)
- 「音楽療法は時と場所によって違う。治療の意味も、音楽の果たす役割も、個人と社会との関係によって異なる」
- 音楽療法の社会文化的視点



13

音楽療法の医学・心理モデル

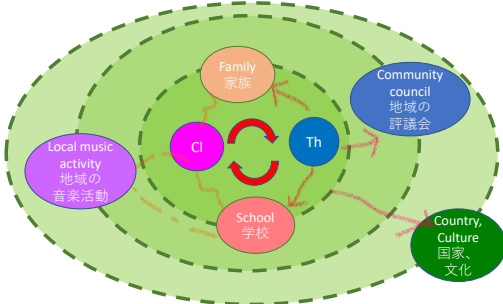
対象者個人内の病理や問題に焦点を当て、改善を目指す



16

コミュニティ音楽療法の生態学モデル (Stige 2008)

問題を個人と社会との間に生じる関係的なものと捉え、**お互いの関係を変える**ことを目指す



17

治療観・音楽観の違い

	従来の心理治療的音楽療法	コミュニティ音楽療法
治療観	病理や問題は個人内部にある ・「介入」→「効果」 ・治療者/患者の分断	病や障害、抱える困難によって、社会的孤立や排除、不利な立場に置かれることが問題
対象	病や問題を抱えた対象者 個人、集団 (のなかの各個人)	個人を取り巻く家族、地域コミュニティ、行政など、個人と社会との 関係
焦点	対象者の病理や問題点 問題の軽減、改善、変容	対象者の持つ強さ(strength)や資源(resource) 音楽活動への参加を通して、社会参加の機会を提供
音楽療法士の役割	音楽的経験を導く専門家 専門家主導	←に加えて、活動のファシリテーター、コーディネーター、複数の場や団体の調整役など 対等な関係による協働
音楽観	対象者の内面の状態を表す ・手段としての音楽 ・媒介としての音楽	人と人をつなぎ、コミュニティを作る ・ミュー(生態、環境、場)としての音楽

18

コミュニティ音楽療法の特徴

- PREPARE ?

19

コミュニティ音楽療法の考え方を適用して、音楽療法セッションをひとつのコミュニティと考えると...

- クライアントとセラピストをはじめ、他の参加者や関係者が、**音楽活動を通じて互いの見方や関係を変えていく**ことが目指される
- クライアントの何にどのようにアプローチするかに焦点が置かれがちだが、まずは**セラピスト自身の見方を変えていく**が必要ではないか

20

個人音楽療法で、対象者への見方や関係を変化させていった事例

【対象者】

Aさん 重度の身体障害、知的障害、視覚障害
 5歳より個人音楽療法を開始
 12歳の時、発表者が担当音楽療法士になる
 特別支援学校高等部卒業を機に、地域の音楽活動に移行

【セッション構造】

隔週1回45分の個人セッションを7年間、約180回
 主セラピスト (Th.)と共同セラピスト(Co.)の2名

【活動】

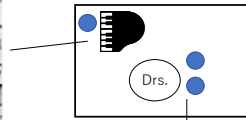
- ①ピアノと声のやりとり
- ②うた
- ③おはなし(音楽に乗せた会話)
- ④即興的な楽器活動

21

【目的】

- 長期
 Aなりの発達を促進し、
 Aが本来持っている力や可能性を発揮することによって
 Aとその周囲の人々がより「生きやすく」なること
- 中期
 障害に由来する遊びの拡がらなさや孤立に対応し
 興味やできることの幅を広げていく
- 短期
 「イヤ」「やらない」などの拒否的な言葉への対応
 手にしたものを投げる、触覚過敏への対応
 見通しの難しさからくる不安に対応し、安心して活動する

22



初期：「分からなさ」の経験

- ・前任者から担当を引き継いだとき、私はAに対し、戸惑いや違和感、「分からなさ」を感じた

何か活動をしようとする時…



活動の実施・継続・発展が難しかった

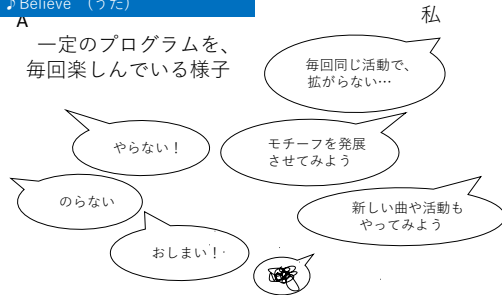
23

24

これまで定着していたプログラム(例)

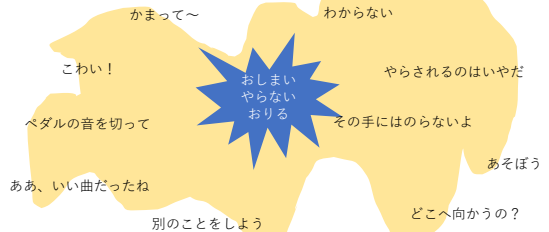
- ♪一本橋こちょこちょ(ピアノ)
- ♪翼をください (うた)
- ♪ Believe (うた)

◆19回目：♪一本橋



25

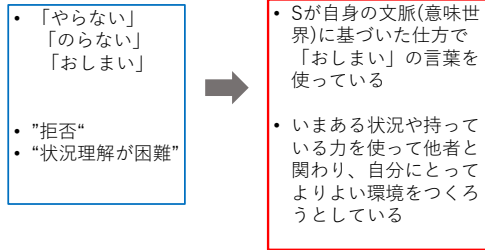
(1) 文脈に応じた、Aの「おしまい」の使い方



- ・Aは、彼の文脈(意味世界)に基づいた仕方です「おしまい」を使って、他者と関わっている

26

Aに対する、私の見方の変化



27

知的に障害のある人に対する「医学モデル」 (属人的解釈) (細馬2019)

- 知的障害のある人は認知能力や注意のあり方、コミュニケーション能力に問題がある。

- 彼らはこちらのことを理解しにくい
問に対して予測した答えが返ってこない
- 彼らは自分の意図を表現しにくい
彼らの意図をこちらが理解しにくい

→知的障害のある人に対してこちらの意図や要求をいかに理解してもらい、日常的作業を達成すればよいか？

29

Aと私との〈音楽〉をめぐる認識のずれ

Aが慣れ親しんでいると思われる〈音楽〉	私が望む〈音楽〉 (そこに潜む本音)
<ul style="list-style-type: none"> 始まり、終わりが明確 時間の区切りが短い 	<ul style="list-style-type: none"> 引き延ばし、発展させたい すぐ終わったらどうしていいかわからない
<ul style="list-style-type: none"> ドミナント-トニック構造 身体的緊張⇔弛緩 スリルを感じられる 	<ul style="list-style-type: none"> 緊張⇔弛緩だけでなく感覚も味わってほしい ドミナント-トニック感の強い音楽が苦手 Aの身体感覚を感じ取ることになじめない
<ul style="list-style-type: none"> 歌詞やメロディーがある Aが理解できる単語や、挨拶の表現 擬音、かけ声など 	<ul style="list-style-type: none"> 歌詞にとらわれずに、音として扱いたい 歌詞のある曲より、自分が長くやっていた楽器が好き
<ul style="list-style-type: none"> Aが分かることを繰り返したい Aの意図をこえて外から持ち込まれること、新しいことに「No」 	<ul style="list-style-type: none"> 未知のことに挑戦してほしい ただ同じことをくりかえすのはいや。何かしら発展させたい

31

障害のある人へのふたつの見方 (細馬2019)

- 障害のある人に対する「医学モデル」
(属人的解釈)
- 障害のある人との「社会モデル」
(わたしとの関係で考え直す)

28

知的に障害のある人との「社会モデル」 (わたしとの関係で考え直す) (細馬2019)

- 知的障害のある人は認知能力や注意のあり方が異なっており、新しいコミュニケーションのあり方へとわたしを誘っている。

- わたしの予測した答えが予測したタイミングで返ってこない
わたしは予測の際にどんな他者モデルを持っているのか？
- わたしは相手の意図や要求を理解しにくい
相手はなぜわたしのやったことに笑ったり腹を立てたりするのか？

→相手とわたしは、どのようにお互いの意図や感情を構成し、日常的作業を達成するのか？そこに新しいやり方の可能性はないか？

30

(3) Aの〈音楽〉の基本構造

The diagram shows a piano keyboard with a red arrow pointing right labeled '緊張' (Tension) and a blue arrow pointing left labeled '弛緩' (Relaxation). Below the keyboard, the text 'はじまり' (Start) is above the red arrow and 'おわり' (End) is above the blue arrow. To the right, it says '情動の高ぶり' (Emotional surge) and 'スリル感' (Thrill).

Below the diagram is a photograph of a person (A) sitting at a piano, playing.

Aの視覚障害に由来？：彼にとってピアノは「手の届く幅、鍵盤の手触り、音」

32

私は、Aの〈音楽〉の基本構造から出発しようと考えた

- 「低い鍵盤から高い鍵盤へ上行し、再び下行して終わる」音楽を、2人でフレーズをつなぎながら演奏する
- この構造のなかで、いかに楽しく一緒に遊べるか
- 21回目：ピアノやりとり ■

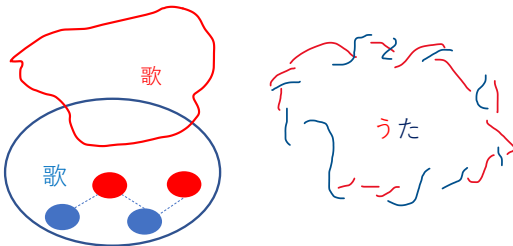
33

中期：音楽活動形態の模索

- A、Th、Coが、「ケアする／される」「教える／教わる」関係を超えて、互いの持ち味を持ち寄って活動することを目指した(仲間関係=バンド)
- Aの言葉「グループ」「メンバー」
- 3人が受け入れられる楽曲を、共にいられる「足場」や「器」として用いる

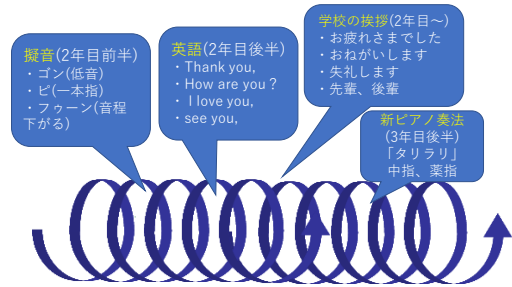
35

歌から、うたへ



37

- 「共通の足場で遊ぶ」活動を毎回繰り返すうち、Aのほうから、様々な要素を持ち込むようになった



- 28回目：英語のやりとり ■

34

歌唱

《Oh happy day》

この曲を導入した意図：
曲の特徴である「かけあい」をAに経験してほしい



36

トリオ合奏《ハンガリー狂詩曲第2番》

- この曲を導入した意図
支えとなる「音楽=足場」のないところで、やりとりを作っていく経験をしてほしい

- 曲の構造



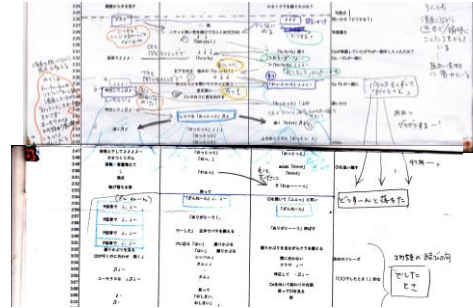
- パート A=ドラム、Co.=ピアノ、Th.=クラリネット

38



39

②Th.の一人称視点から、場面の質に関することを記入
各々の経験/音楽構造やエネルギーの推移/キーワード



40

②を参照し、場面の流れを文章で記述

セクション6 2:26「おととと」～転がり落ちる～どっすーん

Th1と2はタイミングを合わせて、「どうする？ここで終わりじゃないよね」と言うように、3音の間かけフレーズを奏でる。短い間、Clはニヤッと笑い2人と反対方向にそっぽを向くようにして「See you!」と言う。だが、Th.1が「fu-fu-fu」と声で誘うと、すかさず「fu-fu-fu」と模倣で返す。Th.1は拍子のリズムをやや強調して「fu-to-to」と返す。(この時Th.1には、最近Clが曲手を気に入って発音していた「おととと」が頭にあり、「fu」のアクセントから「ととと」へと移行している)。Clが拍子を強調して「fu-fu-fu」と返したのに対し、今度は明確に「おととと」の言葉を発する。Th.2が「面白いな、乗った!」というように、続きのフレーズをユーモラスに演奏する。Clは「おととと」を聴いてニヤリと笑い、2人のほうへ顔を向けて、普通の話し声で「おととと」と言う。それをきっかけに、Co.とTh.1が声、Th.2がピアノで「おととと」を次々に繰り返す。声と音が重なり合ってテンションが増えていくにつれ、「おととと」と身体バランスが崩れるようにリズムや音程がガタつき始める。Clがたまらず「わあっ」と声を出したところで、Th.1がかぶせるように「おあ〜〜」と声を上げると、坂を転がり落ちるように音が下行していく。Clは笑って「ざんねーん」と言い、Th.2が強調するように「タンタン」のフレーズを繰り返す。「どっすーん」と尻餅をついたような場面が思い浮かんだ。Clは満足そうに「ありがとーう」「○○でーした!」と物語の終わりを告げる時の言葉を発し、即興からテーマに戻る時の合図のように、シンバルとタムを叩く。Th.1,2はClに呼応して、「○○でしたとさ!」というようにユーモラスなフレーズを演奏する。

41

場面の後半で起こっていること

42

音楽(The Music) があるときのAと私の経験(Gilbertson 2018)



43

音楽(The Music) がなくなったときのAと私の経験(Gilbertson 2018)



44

移行期：生活環境の変化

- Aの特別支援学校高等部卒業を機に、発達促進を目的とする個人音楽療法から、日常生活の一環として地域の音楽活動へ移行を模索
- Aが参加できる活動の場の少なさに直面
→発表者が立ち上げることに

45

おとむすび・おんがくクラブ

- 地域の音楽スペース「おとむすび」で行っている、知的障害のある人を含む参加型音楽活動
- 2019年12月より、隔月1回、計19回のワークショップを実施(継続中)
- いわゆる治療や教育を目的とする音楽療法ではなく、音楽活動を通して、地域で多くの人と関わりながら健やかに暮らすことを参加者皆が体験していくプロセスを重視



46

3. ケアとアートを問い直す： 「東京迂回路研究」

47

「東京迂回路研究」概要

- 事業名「東京迂回路研究」(研究型アートプロジェクト)
- 主催
東京都、アーツカウンシル東京(公益財団法人東京都歴史文化財団)、NPO法人多様性と境界に関する対話と表現の研究所
- 期間
2014年～2016年
- 研究所員
長津結一郎(アートマネジメント)、井尻貴子(臨床哲学)
三宅博子(音楽療法)、石橋鼓太郎(アートマネジメント)

48



「東京迂回路研究」 が 生まれた経緯

49

「障害」と「アート」について考える。

臨床哲学

音楽療法

アートマネジメント



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

50

結局は、
多様性 と 境界
が問題だ。



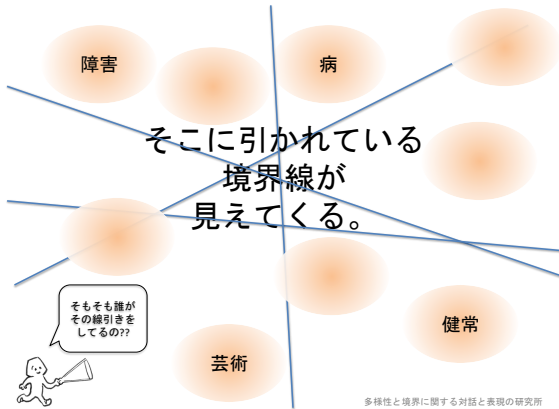
多様性と境界に関する対話と表現の研究所

51



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

52



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

53

いっぽう、
わたしがわたしとして
生きていく、
という、困難。

それと、「わたしたち」。



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

54

「障害」と「アート」 / 「生きづらさ」
社会で暮らす「わたしたち」が生きること「表現」の問題
新しい文化の萌芽



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

55

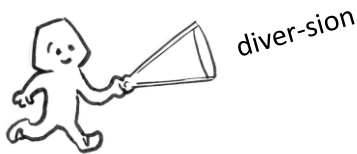
特定非営利活動法人
多様性と境界に関する
対話と表現の研究所



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

56

多様性 = diversity
境界 = division



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

57

迂回路！

- **diversion**
【名】
1. 分水路、迂回路
2. 道へ転がせること、転換、移転、転用
3. 《金融》《資金》流用、資金流用、多角【分散】投資、（多方向への）投資
4. 転用し、転換、変分転換
5. 「Tom never saw you as anything but a diversion」トムにとってあなたはただの遊み相手なのだ。
6. 《軍事》けしん制【作戦】、機動【作戦】
7. 目的外業務
- 【和訳】、英訳 **diversion**、カタ **ダイバーション**、ダイバーション、デバーション、デバーション、英訳 **diversion**、英訳 **diversion**、分路、分路、分路
- **diversion aqueducts**
分水路
- **diversion canal**
分水路
- **diversion channel**
分水路
- **diversion dam**
分水ダム
- **diversion device**
分水装置
- **diversion from the meat of**
(a ~) ~の本質から離れさせること

出典：英辞部 <http://eow.alc.jp/>



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

58

- 多様な人々が社会のなかで共に生き抜くためのヒントを得る
- 現場から浮かび上がる問いを、様々な人々と共に「対話」し、共有する



生きるなかで、
言いようのないもどかしさややりきれなさ、
つらさやしんどさなどを感じたとしても、
それでも歩きぬくことのできる
「迂回路」を見出す

「対話」を通じて、
「迂回路」をたどることで、
これからの社会を生き抜くための
「表現」を見つけ出したい。



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

59



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

60

研究方法：「対話型実践研究」

東京 迂回路 研究



<http://www.diver-sion.org/tokyo/>

多様性と境界に関する対話と表現の研究所



61

62

調査研究：もやもやフィールドワーク

もやもやフィールドワーク

- 調査編
- 報告と対話編

63

調査先一覧(訪問順)

2014年	2015年	2016年
医療法人社団光生会平川病院 造形教室 (東京都・八王子市)	国際基督教大学ジェンダー研究 センター「ふわかフェ」 (東京都・三鷹市)	就労継続支援B型事業所ハーモ ニー (東京都・世田谷区)
慶福育児会 麻布乳児院 (東京都・港区)	第12回当事者研究全国交流会 (北海道・浦河町)	地域作業所カブカブ ・新井英良ダンスワークショップ (神奈川県・横浜)
伊豆大島 元子おばちゃん家 (東京都・大島町)	第23回へてるまつりin浦河 (北海道・浦河町)	エコゾフィー研究会 (全域)
RFC(レインボーフォスターケア) (全域)	たんぼdeミュージカル (北海道・むかわ町)	釜ヶ崎芸術大学2016大学院 ・詩のワークショップ (大阪府・大阪市)
就労継続支援B型施設 Crazy Cats (東京都・世田谷区)	立石ディスコ・アフタヌーン (東京都・葛飾区)	cafeこいま (大阪府・堺市)
宅老所 井戸端げんき (千葉県・木更津市)	NPO法人ばれっと (東京都・渋谷区)	たんぼの家 ・ひるのダンス ・演劇ワークショップ (奈良県・奈良市)
community center akta (東京都・新宿区)	視覚障害者をつくる美術鑑賞 ワークショップ (全域)	
特定非営利活動法人 山友会 (東京都・台東区)	芝の家 (東京都・港区)	

65

もやもやフィールドワーク報告と対話編

- ・ 調査で得られた見解や視点を参加者と共有し、共に話し合い、考える
- ・ 対話の方法「哲学カフェ」

67

もやもやフィールドワーク調査編

- ・ 東京都および全国の医療・福祉施設、当事者団体、ケアに関わる団体等を訪問し、活動の参与観察や関係者への聞き取りを行う
- ・ 1～2年目
障害・ケア・労働、住居、ジェンダー・セクシュアリティ、都市と地方など、幅広い領域を対象とした短期・単発の調査
- ・ 3年目
アクションリサーチの手法を参考とし、調査先との協働を目的とした長期・継続的調査

64



66

テーマー覧

回	報告	対話
0	生き抜くための〈迂回路〉とは何か	
1	精神科病院における造形活動について	哲学カフェ「生き抜くための〈表現〉とは」
2	日常の〈表現〉—乳児院の事例から	哲学カフェ「生き抜くための〈表現〉とはその2」
3	人がつながる場—伊豆大島の事例から	哲学カフェ「暮らす場所のえらびかた」
4	“家族”を考える—LGBTの里親支援活動の事例から	哲学カフェ「“家族になる”とは」
5	“社会参加”への道—精神障害者就労支援施設のライバウス運営から	哲学カフェ「“社会参加”してますか？」
6	共にあること—ある宅老所の日常から	哲学カフェ「ケアって何？」
7	「JOURNAL東京迂回路研究1」について	哲学カフェ「対話は可能か」
8	当事者研究とその文化—へてるまつりに参加した経験から	哲学カフェ「文化が生まれるところとは」
9	閉じながら開かれる場—ふわかフェの実践から	哲学カフェ「安全な場所はどこにあるのか」
10	共にみること—視覚障害者をつくる美術鑑賞ワークショップに参加して	哲学カフェ「“見る”とは？—視覚芸術であるアートを視覚障害者がみれるのだろうか？」
11	「JOURNAL東京迂回路研究1」について	哲学カフェ「わかりあうってどういうこと？」
12	アクションリサーチの試み—ハーモニーとの協働から(中間報告)	哲学カフェ「“わかりあえない”から何がはじまる？」

68



69

連続講座

- トークシリーズ「迂回路をさぐる」(2014年)
- もやもやフィールドワーク・分析編(2015年)
- 現場から言葉をつむぐゼミナール(2016年)

活動発表

- 「東京迂回路会議」(2014年)
- フォーラム「対話は可能か？」(2015年)
- 東京迂回路研究オープンラボ(2016年)

成果発表・情報発信

- 『JOURNAL東京迂回路研究』1～3
- WEBサイト <http://www.diver-sion.org/tokyo/>

70



プロジェクトのなかで
浮かび上がってきたこと

「あなたたちが一体何者で、何を調査して、
どのように研究しようとしているのか、
よく分からない」

私たちは、
誰として、誰に向けて“研究”しようとしているのか？
そもそも、“研究”とは？

71



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

72

「専門性」

↓

自らが身に付けた既存の知識や経験という
“専門性”の衣服を脱いで、
他者と関わろうとする態度のこと？

ex) エスノグラフィー

「当事者性」

↓

置かれた状況や立場をこえた
関係性や揺がりのなかで
当事者性を捉える
→みんな当事者/非当事者である、という共同
ex) 「当事者研究」



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

73



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

74

「研究」

↓

“研究”という営みを通して、
なにかとなにかのあいだの関係の変容を促し、
社会にありうる別の姿(=迂回路)を見出そうとする、
(表現)



対話で出会ってきた
ことば



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

75

76

こんなにみんなが
『正しい家族』像を描いていて、
人に強要してくるんだ、と思いましたね

施設に預けているかわいそうな子とか
いろんな社会的イメージがあると思うんですけど、
...決して愛されていないことはなくて、
みんなで見えていくっていう子育ても
あるのかなと思ったりします。



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

77



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

78

僕は健全なものを目指しているという
つもりすらないですね。
だから、いかに社会に参加してもらえるか
っていうところなので、
例えばその人が、ホストクラブに勤めようが、
不健全な形で社会に参加しようが、
それはそれでありだと思っているので。
社会にいかに参加できるかっていう
基準でしか考えていないので。

「旅行に行くのに子どもと一緒に
楽しむのが当たり前だろ」みたいな、
それで楽しい方がいい(という価値観)。
でもそこでちょっと、ガス抜いてあげると、
涙も出るほど嬉しいと思うんだ



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

79



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

80

徘徊も、犬を連れれば散歩です



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

81

おじいちゃんおばあちゃんからしたら、
誰がボランティアで、誰が職員で誰がパートでとか
そんなことどうでもいいです、別に。
手を差し伸べてくれるかどうか、とか、
そばにいてくれるかどうか、ってことだから。



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

82

「中」というのが作られることによって、
「外」の人、みたいなものが強烈にできちゃう。
それは避けられないのかと考えるけど、
それを避けると、やっぱり成り立たないように思う。
その意味で、何か境界とか、
溝みたいなことがすごく気になる。



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

83

多様であるって、色んな違いのあるものが
そこにあるっていうこと。
違いを認めることは、
その間に境界があるのを認めているってことだと思う。
なので、括ることによって境界が生まれるのではなく、
既に境界はあるんじゃないでしょうか。



多様性と境界に関する対話と表現の研究所

84

事業テーマ

- 平成26(2014)年度「迂回路をさぐる」
- 平成27(2015)年度「迂回路をつなぐ」
- 平成28(2016)年度「迂回路をつくる」

85

迂回路とは何か

「わたしたち」は、生きるなかで言いようのないもどかしさややりきれなさ、つらさやしんどさを感じたとしても、**抜け道を見つけたり、寄り道をしたりすることで、既存の枠組みや境界をずらし、歩きぬくことができる**のではないだろうか。」(平成26・27年度事業案内パンフレット)

86

迂回路とは何か

「...徐々にわかりつつあるのは、「迂回路」とは、行き止まりに突き当たった人々が脇に逸れて新たに開拓する道なのではなく、日常の中における自分と他者の関係、そして自分と自分の関係が変わることで、他者との間に立ち現れてくるような道なのではないか、ということですよ」(平成28年度事業紹介文)

87

どのように「迂回路をつくる」？

- 人々のあいだで、一緒に、つくる
- いろんな人々が、それぞれの立場からつくる
- そのありようを言葉にする、伝える

89

芝の家「音あそび実験室」



91

(続き)

「私たちの手で迂回路をつくり提示するのではなく、人々がそれぞれの立場からそれぞれの迂回路を見つけ、そのあり方を共有し合うことで、そこからさらに新たな迂回路が立ち現れてくるような活動を目指していきたいと思います。」

88

4. 音楽活動による共創の場作り

90

港区、芝地区



92

🏠 芝の家

- 人と人とのつながりの創生を目的に、2008年にオープン
- 港区と慶應義塾大学が運営
- 誰もが思い思いに過ごすことのできる、地域の「居場所」

- 利用方法
「好きな時に好きなだけ立ち寄り」
「好きなことをする」
「好きなだけ滞在する」



93

🎵 音あそび実験室

【位置づけ】 芝の家のクラブ活動の一つ

【実施】 2015年より隔月1回(34回)
土曜の午後2~3時間
年一回、芝の家のお祭りに参加

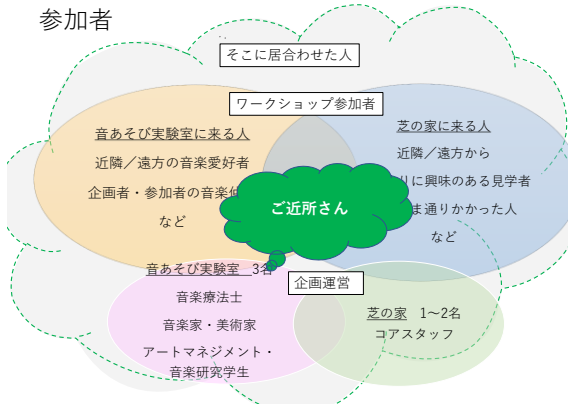
【内容】 即興演奏・歌作り・楽器作りなど

【参加】 誰でも参加可能・出入り自由

【モットー】 音楽を「教える」のではなく、対等なメンバーとして「実験する」

94

参加者

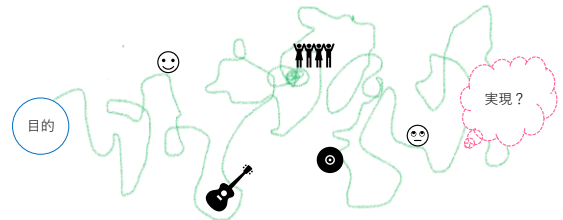


95

活動の進め方

• 「道草」= 探索的、対話的

- その時々「今おもしろいこと」への道草が場をつくる原動力
- その過程で、多様な人々や物事に出会っていく



96

場面①

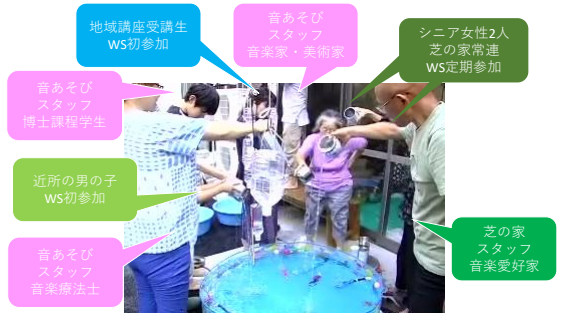
滝のパフォーマンス (水を落とす演奏)

- ワークショップのテーマ「水のおんがく」
前回の参加者の発案
- 近所の方が貸してくれたビニールプール、参加者が持ち寄った空き缶、ストロー、楽器などを使って、水の音を聴いたり、奏でたりする場面



97

参加者が互いの振る舞いや言葉に触発されて巻き込みあいながら、ひとつのパフォーマンスが作られていく様子に注目してご覧ください。



98



99

触発の連鎖とそのパッチワークから生じる、相互エンパワーメント

- 触発の連鎖(本間・松本2014)
水を使ったミュージッキングを媒介として、ある参加者の行為が別の参加者の行為・語り・知覚のいずれかを触発し、それがまた別の参加者を触発し...という連鎖が起こっている
- パッチワーク性(西川2007)
行為の連鎖の過程で、互いに補いあったり、肯定したり、提案し受け入れられたりといった、エンパワーメントの小さなかけらが、パッチワークのように積み重なっていく

これらがひとつの音楽行為として経験されるとき、参加者個々人の意図を超えた相互エンパワーメントが生じていると考えられる

101

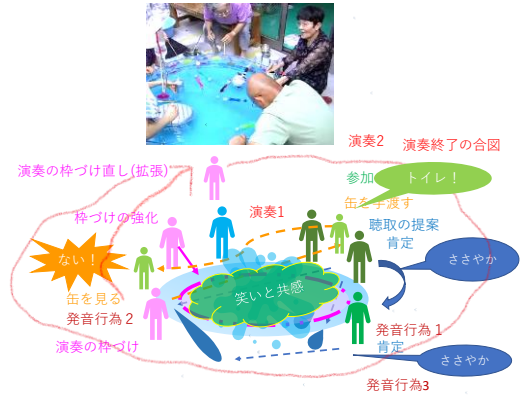
場面②

芝の家のお祭りでの歌詞作りとパフォーマンス

- 歌《いつつまでも、芝の家》
- 芝の家10周年、11周年の2年にまたがって作られた
- その間、建て替えに伴う仮拠点への引っ越しがあった



103



100

ファシリテーター(音楽療法士)がしていること

パフォーマンスの枠づけと枠づけ直し

- はじめ：緩やかな場の枠組みの設定
- 相互行為の積み重なり→パフォーマンスの枠づけ
- 枠づけ直し→異なる人々を含みこむ

枠づけと枠づけ直しによって、多様な人々の相互作用から表現が生まれるよう、環境を調整している

102

歌詞の中で表現されているもの：1番

<ul style="list-style-type: none"> • いつでもだれでも好きな時に立ち寄ってひとやすみできる、芝の家という居場所の特徴が表現されている • 芝の家の誕生日を祝う パースデイソングとして作られている 	<p>ビルとビルの隙間から にぎやかで楽しい声をする 学校帰りも 買い物帰りも お勤め帰りも 何もなくても 縁側で おやつおしゃべり シャボン玉とばして ひと休み おじいちゃん おばあちゃん 赤ちゃんまで しばしば来られる 芝の家 みんなが笑顔で お誕生日おめでとう</p>
--	---

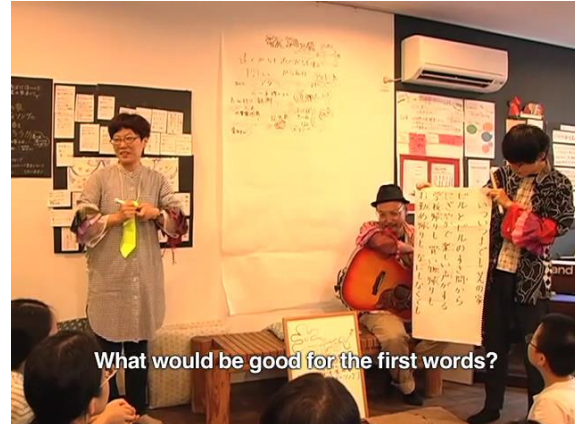
104

What is represented in the lyrics: Verse 2

- 日々の出来事や催しの情景が描かれている
- 人間だけでなく、犬、そよ風、ちようちよまで入っている場所
- 芝の家という居場所への感謝と、「これからあつちんなの居場所」という気持ちが込められている

おいしい匂いの 四つ角に
お弁当持ち寄り いただきます
恋バナ、宿題、けん玉、折り紙
お抹茶、レコード、
落語にシアター
縁側に こぼれるあかり
ちゃぶ台囲んで語り合う
ワンちゃん、そよ風、ちようちよまで
しばしば来られる芝の家
みんなで過ごした思い出にありがとう
これからもよろしくね

105



What would be good for the first words?

106



107

多様な存在 (being)に価値をおく、
コミュニティ・エンパワーメント

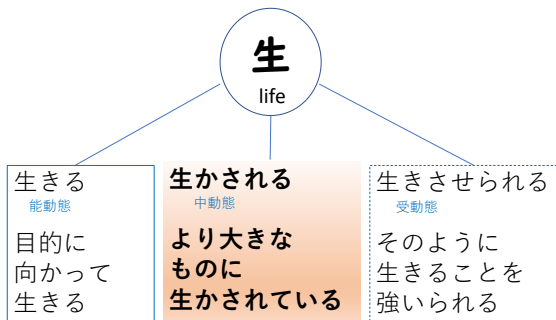
- beingとしての健康 (Ikuno 2005)
「何かができなくても、機能しないままでも、人間として満ち足りてくる、存在が健やかになる」こと
- 居場所 (Inoue2007)
居場所=居る (be, exist) + 場所 (place)
第一の目的は「そこにいること」

「多様な人々や生き物が居る芝の家という場において、それぞれの存在が満ち足りてくること」がメンバーたちの間に確かに感じられていること

108

「生かされる」感覚

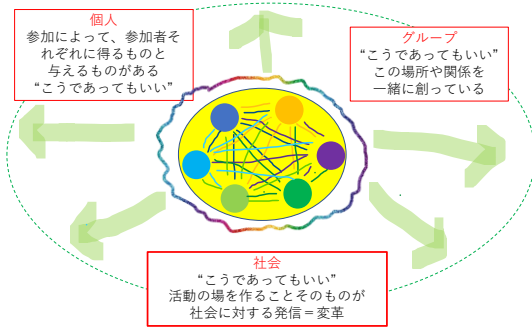
(Ikuno2005, Inoue2007, modified by Miyake 2020)



109

5. おわりに：芸術(音楽)と身心変容技法

110



111



112