

歌と回想を重ねるプログラムの進め方（モデル・プログラム）

対象：デイサービスセンターの利用者 20～30 名

時間：30 分程度

形態：4つのグループ。4～6名程度ごとに、テーブルの回りに座って。

目的：情緒的な安定、利用者同士や利用者と援助者のコミュニケーションの促進

プログラムの流れ・進め方

リーダーが、自分の身近なところで発見した春を感じる出来事、モノなどを簡単に話す。

< 2分 >

「春と言えばどんな歌」と利用者に質問を投げかけ、いくつかの曲名を利用者に自由に言ってもらおう。「朧月夜」が出てきたら、その意見を採り上げる形で歌につなげる。意見が出なかったら「こんな曲を知っていますか」と「朧月夜」の一節を歌う。

「朧月夜」を範唱・模唱を使って練習する（一番のみ）。

「菜の花」や「かすみ」といった歌詞からは、春のあたたかさ、自然のやさしさを感じられますね」などと曲想（ 1 ）を伝える。

リーダーが「それぞれの春の風景を思い出しながら歌いましょう」と言い、最初のフレーズを歌う。

「朧月夜」を斉唱する（リーダーは歌詞コールで支援する）

< 5分 >

「情感がこもっていてすばらしい歌声を聴かせていただきました」といった肯定的な言葉かけのあとで、「他に“春”というとなんか景色が思い浮かびますか」など具体的な質問を1人の利用者に投げかけ、春にちなんだ風景の思い出を引き出す

「は、その景色をいつ頃見ましたか」「さん、その鳥の鳴き声はどこで聞きましたか」「××さんその野草の味をどなたと味わいましたか」など返ってきた答えに対して具体的な質問を投げかえし、その時の思い出をより鮮明にする

上記 で語られた思い出を引き合いに出しながら、次の利用者に春の思い出を語ってもらおう。

< 10分 >

上記 で語られた思い出を簡単に確認（一口にまとめて他の利用者に向けて紹介して）後、思い出話の中に野山での遊びがあれば（なければリーダーが私にはこんな思い出がありますとつなぎを入れて）「春はやはり外に楽しむものなのではないでしょうか。山や里や野と一緒に登場するこんな歌を楽しんでみましょう」と「春が来た」の最初のフレーズをリーダーが歌う。

「春が来た」を範唱・模唱を使って練習する（一番のみ）

歌詞コールで支援しながら、斉唱する。

- 1：曲想（曲から思い起こされる情景、思い出など）をゆるやかに共有し、それぞれが想いを込めて歌うことの快さを通して情緒的な安定がもたらされる。また、歌にまつわる思い出を他者に向かって表現（披露）することを通して情緒的な安定がもたらされる。

< 15 分 >

「大きな声で歌ってみえた　さん。この歌はいつ頃歌いましたか」と質問を投げかけ、1人の利用者にいつ頃歌ったかを言ってもらおう。

「　　の頃に歌ったんですか、その頃の春の楽しみは何でしたか」と質問を投げかけ、さらに思い出を語ってもらおう

「　　さんは、××が春の楽しみだったそうですが、　　さんはどんな春の楽しみがありましたか」などと上記の思い出話の話題を使いながら、もう1人の利用者に質問を投げかけ、思い出を語ってもらおう

「皆さん、春には心が弾むような思い出をお持ちのようです」「では、春が来て心が弾む、そんな頃の自分にもどってもう一度一番を歌ってみましょう」と曲想を伝える

最初のフレーズをリーダーが歌い、引き続き（サンハイ）の合図で斉唱を始める（歌詞コールで支援）

「やっぱり、思い出と重ね合わせて歌うとひと味ちがってきますね」といった肯定的な言葉かけをして、もう一度最後まで斉唱する。

目標 と 工夫

目標は、援助の目的に利用者が近づいたことを客観的に把握できるような、具体的な利用者の状態や行動。

工夫は、そうした目標に向けた援助者の働きかけ（演出）。

目標　： 4名程度の利用者が全員に向けて思い出を披露・表現する

目標　に対する工夫

歌の前後に、思い出話が披露され、それが他の利用者に共有される場面を設定

- ・リーダーが、利用者に具体的な話題を投げかけ、思い出話をしてもらおう
- ・リーダーは、他の利用者に聞こえるように、利用者の思い出話を簡単に繰り返す。
- ・利用者の思い出話から具体的な話題を引き出し、それを使って次の利用者に思い出話を披露してもらったり、次の歌につなげていく。

目標　： 利用者がリラックスした表情で歌い、一人ひとりの歌声が聞こえるようになる

目標　に対する工夫

歌わされているのではなく、楽しみながら歌えているという実感をもってもらおう

- ・リーダー自身がリラックスした表情で歌う
- ・範唱・模唱で歌詞やメロディーを伝える
- ・また、その際には、曲想がしっかり伝わるように、リーダーが楽しそうに歌ったり、はずむように歌ったりする。
- ・ゆったりした歌の中で、しっかりと歌詞コールを行い安心感を持たせる
- ・歌詞のフレーズを用いて、利用者に共通して思い浮かべてもらう情景を提示する（曲想を伝えて、気持ちを含めて歌えるように支援する）
- ・歌い終えた後に、かならず肯定的な言葉かけ（褒め言葉等）をする