

リリムジカ=心に響く音楽。読むだけで音楽レクと音楽療法の知識が身につく記事を毎月無料でお届けしています。

## 控えめな矢崎さん (仮名) のハーモニカ

その日ファシリテーター (以下FT) はプログラム案に「矢崎さんにハーモニカを吹いていただく」という内容を盛り込んでいました。曲は、ご家族からレパートリーとして教えていただいた「日の丸の旗」。矢崎さんは控えめな方で、前回「ふるさと」でハーモニカ演奏を依頼したときは「恥ずかしい」と断られました。今回も無理に勧めることなく「みなさんの歌にあわせてよろしければハーモニカもいかがでしょうか」という形でご提案し、1曲でも吹いていただければ良いと考えていました。

いよいよ「日の丸の旗」を歌う場面。矢崎さんに声をかけると、小さい音ながらもハーモニカを吹かれました。曲が終わると、周囲のご参加者や職員さんたちから大きな拍手があがりました。矢崎さんがにこやかだったので、FTは「もう1曲いかがですか」と提案しました。矢崎さんはうなずかれ「ふるさと」を吹いてくださることに。そのやりとりを見た別のご参加者から「『ふるさと』にあわせていつもやっている手話、やろうよ」との声がかかりました。ハーモニカの音色と歌声、そして手話。参加者みなさん、それぞれの方法で音楽を楽しみました。



### 読者からのQ&Aコーナー 歌詞指しのコツはありますか？②

前回は何を使って歌詞指しをするかについて書きました。差し棒を使うならば先端が目立つものが良い。手ごろなものがなければ手で指しても良い。というのがポイントでした。

【コツその2】視界をさえぎらない位置に立つ。歌詞指しに一生懸命になるとやってしまうのが参加者の視界をさえぎること。歌詞をはったホワイトボードや壁の横に立つと、一部の方から歌詞が見えなくなることがあります。全員が見える位置に立っているか、確認する癖をつけましょう。また、歌詞の左側に立つと先の歌詞が身体に隠れてしまいます。右側に立てば参加者は先を見渡しながら歌えます。次回は手の動きについて書きます。

うさ子の奮闘記 第15話  
「サビだけでも大丈夫です」  
作：うめ子

