

乳幼児期・学齢期における音環境についての一考察

義務教育研修課 指導主事 細見 悟

要 旨

今日の生活環境の中には、音や音楽が溢れ多様化しているため、それらの有用性や人間とのかかわりが見失われつつあると思われる。また、無意識のうちに耳に入り込む騒音による影響も無視できない。

そこで、子どもたちを取りまく音環境について分析し、とくに乳幼児期・学齢期の子どもたちに対して、心身ともに健康な生活を送るための基礎を培う音環境の在り方について考察した。

それらから、私たちが、子どもたちに自然の音や生活の音について興味をもたせ、体験を通して意識的に聴覚を育て、音環境を創造していくことが大切であると提言する。

はじめに

私たちの生活環境には、常にさまざまな音が存在している。このすべての音のことを「音環境」と呼ぶことにするならば、私たちは常に音環境に囲まれて生活しているということができる。

ところで私たちは、音のすべてを意味のある音として感覚的に意識しているわけではない。音環境のうち、幾つかの音を快い音、不快な音というように、「意味ある音」として取り出し、他は背景音として意識していると考えられる。

また、人間は、耳から聞こえる音に対してずっと同じ価値観をもって生活してきたわけではなく、その時代における音環境に大きく左右され、「慣れ」によってそれぞれの人が音に対しての価値観をつくりあげてきた。

とくにこの半世紀においては、音環境の変化が激しく、世代により音に対する価値観の相違が見られる。このような「音環境」の中で子どもたちはどのように音を取り入れていけばよいのか。その環境づくりについて考える。

1 生活の中の音

自然界には小川のせせらぎ、鳥のさえずり、木々を吹き抜ける風の音など、さまざまな音がある。生物が発生したとき、その音は既に存在していたのであるが、人間は、それらからリズムを感じとり、旋律を発見し、自ら歌を歌うようになっていった。

私たちは生まれるとすぐ、音といっしょに生活をしている。しかし、それは、古代からの大自然の音だけ

ではない。毎日、好むと好まざるとにかかわらず、「音」がどンドン耳の中に飛び込んでくるが、そのほとんどが快い音ではない。次第にその不快な音に慣らされて気にならなくなってしまったように錯覚をおこすのである。これが私たちの心や体に好ましくない影響を与えていることなど意識している人は、ほとんどいないのが現状である。

『『アメリカのウォルター・キャノン (1871~1945) によると、私たちのように生命を持った存在は、外から影響されることを好まなく、外からどう力を加えられても、内側は常に安定を保っていかうとする性質を持ち続けている』と唱えている。それは、不快な音に連続してさらされていると、内側の安定を保とうとする性質がはたらいて、その苦痛から逃避するため、動悸、頭痛、下痢、便秘、食欲減退等、いろいろな症状が現れる場合が見られる。』¹⁾と生命の恒常性について渡辺茂夫は述べている。

半世紀前は、夜、外で耳をすますと「シーン」という音があたかも聞こえてくるような静かな状況があった。しかし、今日では自動車やサイレン、モーターの音など耳に飛び込んできて、当時の静けさはあまりない。現代の子どもたちには、生き物が呼吸する音しか聞こえないような「静けさ」は、ほとんど経験することができない。運よく経験できたとしても、子どもたちには、それが不気味にさえ受けとめられてしまうことがある。

「静けさ」について、私たちは、普段何気なく使っているが、その言葉について意識的に考える機会はあまりない。私の友人が、音楽を再生して聴くため、地

下室に外部との音を遮断したリスニングルームをつくっているが、その部屋で私が体験したものは「静けさ」とはほど遠いものであった。確かに音のない環境ではあったが、その部屋は「静けさ」という意味のもつ情緒的な雰囲気とは、無縁の世界であった。

むしろ私たちは、小川のせせらぎ、風にそよぐ木の葉などのような情緒を感じさせてくれる音から、静けさを感じとっているのではないか。「静けさ」というのは物理的な音量だけで済まるものではなく、個人や社会の価値観をあらわした主観的なものではないかと考える。

2 ゆらぎ (fluctuation) について

40年程前、寝台車にゆられて東京まで行った記憶があるが、そのときの一定間隔で奏でられる「音」を覚えている。レールから聞こえてくるガタンゴトンと響く音である。それが何万回とくり返されるていくうちに、その振動が私を眠りに誘い込んでくれたのを懐かしく思い出す。

音楽の一番もとになるのは、やはりリズムであると考え。ハーモニーまたはメロディがない音楽に接することはあるが、リズム感がない音楽は聴いたことがない。リズムは緊張と弛緩の繰り返しといえる。つまり反復であるが、この反復の動きこそ、あらゆる生命活動と切っても切れない関係がある。心臓はもちろん、人間の体を形成している一つ一つの細胞がリズムをうっているマイクロリズムといわれるものもそれである。日本の子守歌もまた、体を揺らしながら、くり返しくり返し歌われるが、乳幼児は、「くり返される、ほどよい揺れ」のリズムに、気持ちよく眠りを誘われてしまうのである。

音楽を聴いているとき、自分で気付かないうちに自然と体を動かしたり、手や足でリズムをとっていることがある。このように知らず知らずのうちに影響を受けているのである。

渡辺茂夫が『ゆらぎ』について、突然大きな音がしたり、地面が激しく揺れ動くなどの緊張が次々と続いたり長引いたりすると、体は疲れ果ててしまう。そこで、いち早く危険のないところに逃避して、緊張の持続から開放しなければならない。次には危険が去ったので、もう大丈夫と確かめるための情報があるようになる。大自然には、このように変化が激しく突発的、唐突で、ヒトにとっては著しく緊張を呼ぶ刺激となる

ものと、逆に、危険が去ったことを知らせるような、穏やかで変化が少なく、同じパターンの繰り返しのよ様なユラユラとゆらぐ現象が存在する。』²⁾ と述べている。

したがって、適度に音の刺激があり、かつ安全な状態が続くゆらぎ現象を、ヒトは「やすらぎ」と感じるようになったのではないかと考える。

人間の脳の電気的な活動を脳波の形で観察すると、脳の活動状況に応じていろいろな周波数の波が出る。その中で、不安な緊張は解かれており、体が十分にリラックスした状態のときには、ある特定の脳波がでて

いる。このことに関して渡辺³⁾ は、次の表のように脳波の性質を示している。

δ (デルタ) 0.4~4Hzの波	ぐっすり寝入っているときの 大きな電圧の波
θ (シーター)波 4~7Hzの波	入眠時、眠りの浅い時、起き はじめの時のやや小さめの波
α (アルファ)波 7~12Hzの波	覚醒して、リラックスしたと きの波
β (ベータ)波 12~26Hzの波	活動し、行動しているときの 周波数の高い波
γ (ガンマ)波 26~30Hzの波	カッカと興奮しているときの 波

(各脳波は1秒間測定Hz)

上表に示すように、目や耳から入ってくる情報が快い「ゆらぎ」になると、脳波にはα波が現れるが、美しく静かな景色を眺め、海の波の音や川のせせらぎなどの音を聴くとき、α波が現れてくるのは、その「ゆらぎ」のためであると考えられる。その「ゆらぎ」をうまく応用したものは意外に身近にある。風の流れがゆるやかになったり速くなったりする扇風機の風のゆれがそれである。また、風呂のお湯に気泡を出す電気器具も「ゆらぎ」を応用している。

1973年に、アメリカのR. F. ボッスらが、クラシック音楽の周波数ゆらぎにも、その「ゆらぎ」の傾向を示すことを発見している。例えば、モーツァルトの交響曲やヴィヴァルディのヴァイオリン協奏曲などの音

楽を聴いたときも、同様にα波が現れる。それは、心身が安定し、適度に注意を集中することを助ける。また、心身のエネルギーというべき活力が現れ、イメージやアイデア、直感力等の発生を助長する働きがあると思われる。

3 生活の中の音環境

私たちは自分の身のまわりにある「音」をいつも意識していることはないが、なにかのきっかけで大変身近に感じられることがある。例えば、エレベーターの中で顔見知りでない人と二人だけになり、無言のまま気まずい思いをしてしまったというような経験は誰もがもっている。そんなとき、ちょっと鳥の鳴き声のような自然音や音楽が流れていると、どんなに和やかな雰囲気になることであろうか。歯科医院で治療の際にでるドリルの嫌な音を消す自然音や音楽も、患者にとっては何物にも代え難いBGMのマスキング効果がある。また、病院での手術前の不安と恐怖は相当なものである。そうした状態で音楽を聴くことは患者に大きな支えを与え、回復も早くなる。この他にもスポーツのイメージトレーニングや仕事のリフレッシュにも自然音や音楽の効用は大きい。

このために「環境音楽」と呼ばれる自然の音だけを録音したCDなどがでており、私たちの生活の中には積極的に音環境をつくり取り入れられつつある。しかし、それを聴くだけでは、「豊かな感性」を培うことは十分に期待できない。なぜなら、その音を聴くのは、周囲の音環境から隔離されたリスニングルームなど特別の場所であることが多く、周囲の環境の中にある音から逃れて、自分だけの狭い場所で隔てられたやすらぎを求めることになる。それは現実の音環境に対して、積極的にかかわり、よりよい音環境を見つけ、つくり上げたりする意識を高めることについて、あまり期待がもてない。聴く方法については、常に生活を意識したものであることが望まれる。

4 音のもたらす子どもへの影響

(1) 母親の胎内での音

人間が最初に音楽とふれ合うのは、母親がやさしく歌う子守歌でもなく、産婦人科医院の新生児室のBGMでもない。人間がもっとも平和で安心して過ごせるところ、つまり母親の胎内である。そこで初めて生命体として「音」に出会うのである。赤ちゃんは母親の心

臓の音（胎内音）を全身で受けとめ感じているのである。また、母親の声も当然母親の体をとおして聴いていると考えられる。

細田真理子は「もちろん母親が音楽を聴いていて、気持ちがいいと感じているときは、胎内の赤ちゃんも気持ちがいいと感じている。それは、音楽を聴くと母親の脳からα波が出てくるが、胎内の赤ちゃんの脳からもα波が出ることから裏付けられる。」⁴⁾と示しているが、胎児は心地よいBGMを聴きながら、平和で穏やかな眠りを味わっているのである。

それに対し、「犬のキャンキャン鳴く声、工事現場のガンガンという音、サイレンの音などを聞いたときは、β波が出る。同じくおなかの胎児にこの音を聞かせると胎児からもβ波が出ている。」と示しているが、そのことは、胎児を不安にさせ、交感神経を緊張させる作用があるので胎児にはよくない影響を与えたと考えられる。

α波が出ているときの脳は、さまざまなホルモンを分泌し、成長も盛んである。つまり、胎児の脳を活発に成長させるためには、α波の出る音を聴かせることが大切である。言い換えれば、母親が「心がいやされ、安心できる音」を聴くことにより、赤ちゃんの健やかな成長につながるのである。そして、β波の出る母親にとって不快な音は胎児にもβ波が出るのである。

(2) 胎内での聴覚形成について

胎児の器官形成の中でも、とくに聴覚は発達が目覚ましく早期に機能を発揮するが、大島清⁵⁾によれば次のような発達段階になる。

妊娠 6 週	耳の形成が開始される
妊娠 4 か月	脳がつくられ始め、海馬の形成により、「音」を感じとれるようになる
妊娠 5 か月	蝸牛殻の完成 大人の耳と同等にまで形成 音を記憶できるようになる 200~1000Hzの音によく反応
妊娠 8 か月	音の強弱や高低を聞き分ける能力が高まる

上表によると、胎児は、200~1000ヘルツぐらいの中程度の音によく反応するが、それは、ちょうど母親の声の高さと同じ音域となるのである。当然、胎児は耳だけでなく、体をとおしての直接振動として伝わり、いつも母親の声が聞こえているため、他の音に比べて

覚えやすいのである。また、妊娠8か月で聞き分ける能力のある胎児は、母親の声の強弱や高低で、母親の気持ちを敏感に感じとっていることになるのである。

大島の意見を参考にすると、生まれた早い時期に母親の声を識別できるのは、おなかの中にいるうちから母親の声を記憶していると考えるのが妥当である。

乳児に母乳を与えるとき、母親の心臓の音を聴かせるように抱くと安心して飲む。また、大島は「元東京医科大学諸岡教授の研究によると、泣いている乳幼児にヘンデルの〈メヌエット〉やハイドンの交響曲〈時計〉を聴かせると、ほとんどの場合が泣き止んでしまうと報告している。」⁶⁾と示しているが、これは、この曲が母親の心拍の速さとほぼ同じアンダンテに相当する速さであることをつきとめた。恐らく、このリズムも胎内で記憶していると考えられる。このように泣いている乳幼児に、この音楽を聴かせれば泣き止むのだが、大切なことは、その後どのような「音」が与えられるかによって、いかに感性が育まれていくかが決定されるということである。

脳の重さについて、貫行子は、「神経細胞の約150億個は、すべて胎児のうちにつくられる」⁷⁾とし、下表のように推移すると示している。

新生児	350~400グラム
生後8か月	約800グラム
3歳	約1,000グラム
20歳	1,200~1,400グラム

上表が示すように、重さだけからいえば3歳で成人の脳の80%ができあがることになるが、その後は、ゆっくりと大きくなり、20歳前後で完成する。つまり、体の発育には18年ほどかかることを考えると、3歳までの脳の発育がどれほど急速であるか。また、大事であるかが伺える。しかし、重要なことは、脳の重さだけでなく神経細胞同士のネットワークを緊密に張り巡らすことであることはいまでもない。

人間は未熟で生まれ、環境からバランスのよい刺激を受けながら脳を成熟させることによってこそ心豊かに成長するが、それによる神経細胞同士のネットワークづくりは生涯続くものと考えられる。そのネットワークづくりは、乳幼児期においてとくに活発に行われる。したがって、言語中枢がまだ未発達なその時期における「音」の刺激は、重大なものであると推察する。

(3) 子どもたちを取りまく音について

① 乳幼児期

乳児は、生まれて間もないころから戸がバタンと閉まる音でびっくりしたり、母親の声で手足をバタバタさせるなど、まだ視覚的な認識ができないころから、「音」については敏感に反応する。彼らは、誰が自分を守ってくれるのか言葉を通しては見つけることができないが、スキンシップや温かい話し声や子守歌を聴くことなどにより総合的に判断しているのではないかと考える。

しかし、乳幼児の生活環境は、本人の意志とは無関係に音や音楽が溢れている。この状況を改善するには、子どもに音や音楽に対する選択力を身に付けさせることにより、より豊かな感性を培わせることが必要だと考える。そのためには、まず自然の音、心に響く音を子どもたちに聴かせてやらなければならない。

また、子どもたちに与える玩具や楽器は、子どもだから何でもいいのではなく、噪音の少ない美しい音色のする玩具や楽器を与え、どんな音が心に響くのか、そして気持ちがいいのかなどを豊かに感じるような環境を整えてやらなければならない。幼児期の音を聴く体験は生涯の「音」についての基準になってしまうのである。

楽曲についても、子どもは単純な曲を好み、童謡やわらべ歌が適していると思込み、クラシックやポップスは大人のものと考えるのが一般的であるが、中にはジャズが大好きでそれを聴くとじっとしていられなく、おどりだしてしまう子どもたちもいるのである。大人が一方的な価値観を押しつけてしまい、子どもの成長を妨げている現実がたくさんある。

公園へ出かけると、セミの声や木の葉が風にゆれる音を聴くことができる。工場の機械の音も耳に入ってくる。また、雨の日も出かけてみる。木の葉が雨にうたれる音、雨粒が空き缶にあたる音やトタン屋根の音なども耳に入ってくる。晴れの日と雨の日や夏と冬では、耳に入ってくる音が違うことがわかる。

そのとき大切なことは、保護者が子どもといっしょに「驚き」や「感嘆」の気持ちを素直に表現でき、周囲の「音」に興味や関心をもつことである。このように、自然の音や生活音を意識させることで、子どもたちに「快い音」と「不快な音」とをより敏感に認識することができるのではないかと考える。

② 学齢期

最近の子どもたちは、以前の子どもたちに比べ、大声で話をする傾向にあるといわれている。学校でも、「静かに話を聞きましょう」「自分勝手な話はしないようにしよう」などの生活目標や指導が多くなってきたように感じる。これは、子どもたちが騒音を含めた社会全体の「音」に、無意識のうちに影響されているためではないかと考える。

子どもたちの生活の中で、「音」に対する影響を改善するためには、まず騒音に無関心な耳を、騒音に敏感な耳に変えることである。「音」は直接的に感性に訴える力をもっており、聴覚機能がしっかり活動している子どものころから感受性の豊かな耳にしておく必要がある。なぜなら、感性を支配する脳の部分は生まれた瞬間から既にしっかり活動しているのである。

前述したように、子どもたちに感受性の豊かな耳を育てるためには、まず自然の中で「音」を体験させ、人間が本来もっている「生きる」ことへの営みを呼び起こさせることである。それは生活音を意識することへとつながる。

5 音環境に対する学習等の取組

(1) 乳幼児期から

ある「子育て学級」へ行ったときの出来事であるが、休憩時間に幼児が母親に何かを言いたくてぐずっていた。母親は立って他の人と話をしていた。なぜぐずっているのか私なりに原因を考えてみたが、子どもは目の前にあるクーラーの音がいやでぐずっていたのではないかと考えた。そこでの母親のとるべき行動は、抱っこをするかクーラーのスイッチをきるなどをして、子どもに迫りくる「いやな音」から一刻も早く遠ざかり、不快な音で興奮している心を受けとめてやることである。しかし母親が聴くことに鈍感であり「音」に対する感性がそなわっていないと、子どもたちの鋭い聴力や豊かな感受性を、親が徐々に低下させてしまうのである。

昼寝の時間に石油ストーブをつけたまま寝かせて、幼児がモーターの音をまともに聞いている例もある。ただ、幼児には自覚症状がないため、そのときは何事もなかったように過ぎるが、ここに大きな問題が隠れている。前述したように、それが蓄積されると内側から防御しようとする作用が徐々に現れる。それを回避するには、子どもたちの生活空間の音源を日頃からチェックし、子どもにとっての快適な音環境を常に意識して

生活することである。例えば、一日中テレビのスイッチがつけっぱなしという状態があるとすれば、子どもにとって消すのがいいかどうかと大人が意識することである。

音環境について、生涯学習の視点から見たテーマを金城巖が「音環境に関する環境教育」のレポートの中で、「乳幼児期、学齢期、成人期において、それぞれの精神面、経験面での発達段階に応じた課題が設定されるべきである。」⁹⁾ とし、そのテーマを次のように示している。

- ① 音環境のもつ価値について気付かせる
- ② 音に対しての鋭い感性を育てる
- ③ 音響学や騒音等についての概念的な学習
- ④ 騒音問題についての学習

乳幼児期においては、自然の中で音の感性を養うことが基本になる。また、学齢期においては、自然の仕組みや音環境についてのいろいろな知識を持つことであり、成人期においては、音環境について積極的に問題解決のための行動がとれるように意識できることであると考える。

とくに、乳幼児期の音についての体験を多くもつことが豊かな感性を築く基礎になり、音環境のみでなく、人間の生きる力の源となると考える。

これらの中で①及び②では、音を意識して聴いたり、楽しみつつ聴覚を研ぎすます体験を与えることが重要視されている。また③及び④においては音の分析などをとおして、人間にとって「快い音」を追求していく視野を広げることをめざしている。

その中でも自然の中で音に接していく経験は、新たな音環境の意味を発見する基になり、4つのテーマをとおして音環境に対しての行動を積極的なものにしていくことにつながる。

したがって、乳幼児期から自分自身の五感を働かせ、音環境に対して主体的に働きかける素地をつくるために、いろいろな自然の音について実体験をとおして聴くことが重要になってくる。

1998年12月に文部省が示した「幼稚園教育要領」の中で「幼稚園教育目標(3)自然などの身近な事象への興味や関心を育て、それらに対する豊かな心情や思考力の芽生えを培うようにすること」⁹⁾ とある。また、「環境」の領域では、遊びの中で周囲の環境とかかわり、その意味や物事の法則性に気付くことや、自然の

大きさ、美しさ、不思議さなどに直接触れる体験を通じて、幼児の心が安らぎ、豊かな感情、好奇心、思考力、表現力の基礎が培われることを踏まえ、幼児が自然とのかかわりを深めることができるよう工夫することとしている。

自然をより身近に感じながら生活することが、人間らしく生きる本来の姿であると考えたとき、大事なことは子どもたちのまわりにいる大人自身が、音環境について客観的に分析し、不自然な状態の中にいるのかわからないかを判断し、子どもたちに正確に伝えることである。そのことにより、子どもたちの音環境への積極的なアプローチを生むと考える。

子どもの積極的なアプローチの基になるのは、当然、最初に出会う母親からの影響であり、それは母親の今までの音に対するかかわりが大きく左右するのである。母親の感性がいかに養われているかである。

(2) 学校生活での試み

① 学習の中において

小学校低学年で大切なことは、生活環境の中の音から、人間にとって有益な音とそうでない音について分析できる力の基礎をつけることである。

例えば、室外へ出て、聴いた「音」をすべて紙に記入し、音の地図をつくったり、聴いた音を大きな音、やさしい音、高い音、気持ち悪い音などといったようにグループに分けてみる。また、聴く場所を運動場や屋上、登校道路などと変えてみる。その結果を子どもたちに分析させてみると新しい発見をたくさんできる。この例のような体験とおして音環境について意識できる心を養うことにつなげていくのである。

音を聴くときの種類をR・マリー・シェーファーの「サウンド・エデュケーション」¹⁰⁾の例を参考にして示してみると、

- ① 朝起きてこの教室までの間に一番小さかった音
- ② 大きな音にかき消された音
- ③ あなたのそばを通り過ぎた音
- ④ 動きながら方向を変えた音
- ⑤ 2回だけ聞こえた音
- ⑥ 季節を感じさせてくれる音
- ⑦ 最も遠くから聞こえてきた音
- ⑧ ほかの音に反応して鳴った音
- ⑨ ゆっくりと上がっていくか下がっていく音
- ⑩ 聞きたかったのに聞けなかった音

などがあり、もう少し発展させると

毎日の生活を音日記で書いてみよう

- ① けさ、目がさめて最初に聞いた音
- ② きのう寝る前、最後に聞いた音
- ③ 今日聞いた一番小さい音
- ④ 今日聞いた一番きれいな音
- ⑤ 今日聞いた一番いやな音
- ⑥ 今日聞いた中で、一番気持ちのよかった音
- ⑦ 明日も聞きたい音
- ⑧ 「こんな音ならいつも聞いていたい」と思う音

といった項目で毎日、音の日記を書いていくと内容の変化や興味深い統一性などを発見でき、子どもたちの心の中に「音」の存在を意識化させることができる。この例は社会科や生活科、音楽科で実践できる。

音楽科の例であるが、自動車や電車が走ると「音」が出る。その「音」を録音して、音楽室で再生して聴く。子どもの乗っている自転車や三輪車でもおもしろい。その「音」を楽器や声を使って表現させる。録音した「音」をよく聴かせて、構成しているどの音を残してどの音を省くか、更にどんな音を加えるかをグループで考え、音素材をまとめていく。図形楽譜をつくり、それを表現させるのである。音を分析し、表現する活動とおして、子どもたちは普段何も感じないありふれた音でも創作することにより、おもしろい音や不思議な音であったことを発見する。

また、技術・家庭科や美術科における授業中の作業で、単純な活動をする場合には、なかなか集中して行動することが出来ない場合が多い。これは、まさしく心の中に「ゆらぎ」が少なく、脳の一部分ばかりが活動して、体全体のバランスが、かたよって働いているのである。そこで、鳥の声や小川のせせらぎの音や音楽などを流すことによって、活動していない脳の部分を刺激し、体全体をバランス良く活動させる。それにより、作業の効率がよくなる方法も考えられる。

② 休み時間や登下校等

休み時間や登下校時におけるBGMの活用は、一日の活動を、気持ちよく展開させやすくする効果がある。これは、音楽療法の研究家で精神科医であった米国のI. M. アルトシュラーが説いた「同質の原理」の考え方の応用であるが、音楽を用いて気分転換を試みる際には、現在の感情と反対の感情を誘う音楽を直接に刺激として与えずに、まず、そのときの感情と同質の音楽で刺激し、次第に逆のムードの音楽に移行する方法

をとってみると、比較的順調に感情転換が実現しやすい。

登校時の音楽は、徒歩や自転車通学で登校してくるため、やや心臓の鼓動が速くなると思われるので、体の調子と同じ気持ちの明るくテンポも速くはっきりしたものをを用いる。それから次第にテンポを遅くし、静かな音楽へと変えていく。それにより、心が落ち着き学習に集中できるようになっていく。下校時は開放的で明るく、リズムカルな音楽というふうには、雰囲気を変化させる。

業間の休みは、授業終了時の開放感のある音楽から始め、次の授業のため、心静かに精神を集中できる音楽へと、相対する性質の音楽を継続して結びつけていく。

昼食の時間については、業間休みと同じように授業終了の開放感のある音楽をまず使用し、食事時は、ゆったりとした安定感のあるテンポで、明るい雰囲気のある音楽を用いる。それは消化機能を促進させる効果がある。その後、授業開始に向けて、静かに精神を集中させやすい音楽をもってることが大切である。

学校施設の音環境については、トイレなどにBGMを流してみる。それだけでも雰囲気が変わり、気持ちがさわやかになるような効果がある。1か所のスピーカーから大きな音を流すのではなく、多くの場所にスピーカーを取り付け、小さな音を流す方法が、耳に入りやすく効果もある。

(3) 障害児教育や教育相談での試み

障害をもつ子どもたちと、楽器の演奏を通してコミュニケーションを図る方法であるが、制限をせず自由に楽器を鳴らして彼らの心の中にあるものを楽器の音で表現していくのである。対象者が何か音を出すとコミュニケーションを図ろうとする者が同じように、おうむがえしで音を出す。相手が音を出す。また、おうむがえしで返す。そうしていくと徐々に相手の存在を意識するようになる。それをくり返すことにより、日常の会話的な言語では達成できない信頼関係や共感、相互理解を発展させていくのである。障害をもつ子どもたちは、言語を媒体としたコミュニケーションが難しいが、音楽は非言語的なコミュニケーションであるので非常に有効である。楽器はできるだけ簡単に鳴らしやすく雑音の少ないことや鳴らし方によって変化がつけやすいことが大切である。例えば、チャイム、太鼓、ウッドブロック、シンバルなどがよいと考える。

教育相談における面接場面においては、子どもが好きな音楽を流しながら話していくと、本人の趣味が教師と共有され、自分が受け入れられているという実感がわいて、教師に対して心を開いていくことになる。音楽が話を受容していこうとする雰囲気高め、相互のコミュニケーションをうちたてていくことにつながるのである。

以上のような試みの積み重ねが、乳幼児期や学校生活を快適にし、生活や登校への意欲を高める一要因になると考える。

6 研究のまとめ

子どもたちを取り巻く「音環境」についてさまざまな状況を述べてきた。溢れかえる音の中で、生活環境を子どもたちの側に立って条件整備を行っていくことが大切である。そのためには、自然の音や生活の中の音について意識的に聴くことから始まることを述べてきたが、保護者や地域に対して、「音環境」の重要性を投げかけていくことが大切である。

子安美知子は、「頭だけでなく五感を使って獲得した知識は感情が伴ない、やがて行動につながっていく。知・情・意のバランスのとれた人間こそ、真の力が備わる」¹⁾と述べているが、「五感」をとおした体験は子どもたちに「生きる力」を与えてくれる。子どもたちが、意識的に聴覚を働かせる中で、自然の「音」や生活の「音」について興味をもち、体験を通し感性を磨きながら成長できると考える。

これまで述べてきたことを踏まえて今後は、子どもたちの生活のより良い音環境について研究を進めていきたい。

〈参考・引用文献〉

- 1) 渡辺茂夫『健康と音楽』誠文堂新光社(1992)
- 2) 1)に同じ
- 3) 渡辺茂夫『能力開発法』千曲秀版社(1989)
- 4) 細田真理子『妊娠百科』主婦の友(1991)
- 5) 大島 清『胎教百科』主婦の友(1991)
- 6) 3)に同じ
- 7) 貫 行子『バイオミュージックの不思議な力』音楽之友社(1992)
- 8) 金城 巖「音環境に関する環境教育」環境技術 Vo.124 No.6(1995)
- 9) 文部省「幼稚園教育要領」(1998)

10) R・マリー・シェーファー『サウンド・エデュケーション』春秋社 (1992)

11) 子安美知子「テーマ99」朝日新聞 (1999. 2. 12)
早稲田大学語学教育研究所 所長 (教授)