

子どもの心に寄り添う「イメージ奏法」の実践 ～コロナ禍を前向きに生きるために～

神谷 舞

Practicing the “Kyoko Takemoto’s Imaginative Music Playing Method” with consideration to children: To live positively during the COVID-19 pandemic

1. はじめに

近年、新型コロナウイルス感染拡大の影響で、人と人との接触が減り、行動の制限がされ、子どもたちも多くのストレスを感じている。国立成育医療研究センターのグループのコロナ×こどもアンケート第6回調査によると、コロナの影響でなんらかのストレスを感じている子どもの割合は回答全体の約70%であった。同じく国立成育医療研究センターの実施したアンケート調査によると、こどもが考えた「気持ちを楽にする23のくふう」の中に、「歌う、音楽を聴く」という音楽に関する項目が入っており、その中で「ピアノを弾く」と回答している子どももいる。ステイホームにより、家で過ごす時間が増え、家で楽器を演奏する時間はコロナ禍以前に比べて増えているようである。

音楽は、コロナ禍で疲れている私たちに心の癒しを与えてくれる。心の拠り所としての音楽や風景を何個も持っている、それを支えにできる。(2016, 笹森) 人を思いやる優しさ、悲しみや困難を乗り越える力など、音楽は人生において大切なことを私たちに教えてくれる。

音楽の持つ感情や情景をイメージし、それを可視化して演奏に導く「イメージ奏法」という、武本京子氏が考案した演奏法(武本, 1955, 2013, 2019)がある。

音楽の持つ様々な感情を感じ取ることは、子どもたちの感受性や精神性の育成につながり、相手の気持ちになって考えることができるようになり、様々な角度から物事を見ることができるようになると考えられる。「イメージ奏法」は、音楽の習得のみならず、人生における「人間力」と「心のちから」の育成に役立つ。(2013, 武本)

今、コロナ禍で色々なことが制限され他人ともなかなか会えない状況の中、「イメージ奏法」を用いて演奏することは子どもの心を開放し、気持ちを明るくすることに繋がるのではないだろうか？

今回、筆者と他2名のピアノ教師に協力してもらい、ピアノを習う小学生から中学生の

計32名に、「イメージ奏法」を実践し、子どもたち自身にどのような心の変化があったかアンケート調査を行った。その実践と結果について報告する。

2. 「イメージ奏法」とは

「イメージ奏法」とは、武本京子氏が考案した演奏法及び指導法で、楽譜の奥にある作曲者の主張、思想、情動などを推測し、演奏者の過去の体験や記憶、思考、言語、色彩を取り入れてイメージを明確にした視聴覚融合の奏法（武本, 1955, 2013, 2019）である。

演奏者はイメージを可視化し、演奏設計図である「イメージ楽譜」を制作し、そこから立体的空間を作り出す演奏を導く。

武本氏が2017年から行っている医教連携プロジェクト、「イメージ奏法」による音楽と映像の供与が心身にどのような影響を及ぼすかにおいての研究では、視覚的融合の音楽教育は心の活性により効果的であることが実証され、ストレス社会において「イメージ奏法」を使用した音楽が生態に何かしらの影響を与えていることが証明されている。（2020 武本）「イメージ奏法」を応用した小学校教育におけるICT活用授業では、音楽の視覚化の共有という協働的音楽教育により感情の多様性の認識と独創的な想像力を育成することができたと実証されている（2020 武本, 福澤）「イメージ奏法」を応用した中学校の音楽の合唱指導では、協働学習により、生徒の多様性を引き出し、それを可視化することによって、お互いの違いを認めあうことにつながったと実証されている。（2020, 武本, 山口）また、包摂的なリーダーシップを育成するためにも「イメージ奏法」が効果的であったと実証されている。（2020 武本, 山口）「イメージ奏法」を応用した幼児から児童期のピアノ演奏指導法では、ピアノ演奏指導の中で行う音楽の可視化により、想像力と論理的思考の育成に効果があると実証されている。（2020, 武本, 神谷）

3. 子どもの心に寄り添う「イメージ奏法」

子どもの教育における「イメージ奏法」は、音楽からイメージした子どもの想像力を「言葉 色 表現曲線 物語 絵」などで視覚化しながら五感を使って演奏する方法を導き出していく。子どもと教師の対話的コミュニケーションにより子どもたち個々の心の内や考えを引き出し、感性や想像力を豊かにする「心の教育」に重点を置いている。子どもの教育目標である、物事のあらゆる面を深く感じ取れる能力（感性）や、それを表現できる脳力（表現力）を育てること、そして豊かな創造力の育成につなげていくこと（2000ヤマハ音楽振興会音楽研究所）に効果的な指導法だと考えられる。

子ども一人一人の心に寄り添うことのできる「イメージ奏法」は、コロナ禍でストレスを感じている子どもたちの気持ちを前向きに、明るくする上でも効果的なのではないだろうか？

4. 子どもの心に寄り添う「イメージ奏法」の実践方法

対象：町のピアノ教室に通う小学生から中学生、計32名

実践曲：ブルグミュラー25の練習曲他、クラシックの楽曲

実践方法①

教師の実演から子どもの発想力を導く。そのために、ピアノ教師自身が「イメージ奏法」の理論により音楽的要素を考察し、作曲者の主張、思想、情動などを分析し、そのイメージに沿った実演を通して、子供の発想力を導く工夫を行なう。この生演奏からの波動により、子どもは、音楽から受けるイメージを膨らませることができる。

実践方法②

質問形式によって、子どもの心の内や、その子どものもつイメージを引き出し、「イメージ語」や「イメージ画」を決定する。

イメージを言語化するためにイメージ語表（図1, 2参照）やイラストなどを用いて質問をする。幼児から児童初期の子どもは特に絵に興味を示すので、絵から子どもの想像を広げていく。問いかけ方は、「季節はいつだろう?」「どんな天気かな?」など、具体的な質問をする。ここで一番大切な問いかけは、「どんな気持ちだろう?」という問いかけだ。いろいろな表情をしている顔のイラストを見せて子どもたちに考えさせる。

小学校高学年の児童や中学生は、音楽から自分のもつイメージを自分の言葉でも表すことができる。参考として、イメージ奏法解説書の中のイメージ語表を見せ、子ども自身にイメージ語（図2参照）を選択させる。

この時、子どもと対話し、子ども自身が考えたり発見したりすることが、とても重要である。



図1 子ども版のイメージ語



図2 イメージ語表
『武本京子の「イメージ奏法」解説書』
p29より

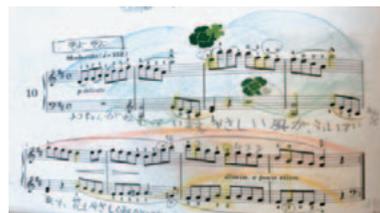
実践方法③

「イメージ語」や「イメージ画」をもとに、イメージカラーを選択する。「このイメージ語、このメロディにはどんな色が合うだろう？」と問いかけ、その子どものイメージする色を選択させる。

実践方法④

イメージカラーが決まったら、音が創り出す立体的空間や呼吸法を表す「表現曲線」を描き、着色し、「イメージ楽譜」を制作する。着色を行う際、和音の変化によっても色を変えて着色を行う。

表現曲線に着色して音楽を可視化することにより、音楽を立体的に感じ、創造力を育てることができる。



イメージ楽譜の例

実践方法⑤

自分で作った「イメージ楽譜」をもとにその情景を想像し、物語を作る。1人で作ることが難しい場合、教師とのコミュニケーションの中で想像力を膨らませ、物語を作成する。子どもの想像力が豊かになることを目的とする。

実践4と5による音楽の可視化により、教師と生徒がイメージを共有できる。



イメージ画の例

実践方法⑥

イメージする情景や感情を音色で表現するための具体的奏法を学ぶ。

イラストを使って説明し、その音色を表現するための身体の使い方、手や指の角度、打鍵のスピード、音圧のかけ方などを学ぶ。

実践方法⑦

具体的奏法を生かして、実際に演奏する。自分のイメージするように演奏できた時、子どもの目は輝き、喜びと達成感が生まれる。この経験が、子どものやる気や自発力を育て、ピアノを弾くことや自分なりの表現をすることが心の栄養となり、心を明るくすることにつながると考えられる。

5. 「イメージ奏法」の実践記録

ここでは、「イメージ奏法」を実践した子どもの性格、演奏の変化と子ども自身がどのように感じたのか、いくつかの実践記録を紹介する。

①小学3年生のAさんの実践記録

Aさんの性格は真面目で優しく、少し心配性なところがあり、コロナへの不安もある。

実践した曲はブルグミュラー作曲25の練習曲より「牧歌」。Mさんの曲のイメージは、優しくやわらかくあたたかい気持ちだ。中間部では雨が降り、テーマに戻った時に、晴れて虹が出てくる様子を描いた。

実践前は音色が硬く、ペダルの踏み方が機械的だったが、イメージをした後、Mさんの出す音色がやわらかい音色に変わり、ペダルも優しく踏み変えるようになった。Aさん自身も自分の出す音が心地よかったようで、演奏後は笑顔をこぼした。Aさんは、「色や表現曲線によって、演奏する時にイメージが膨らんだ。気持ちよく演奏ができた」と満足していた。この曲を気に入り「来週も練習してきたい」と意欲的になった。



Aさんのイメージ楽譜（テーマ）



Aさんのイメージ楽譜（中間部）

②小学4年生Bさんの実践記録

Bさんの性格は優しく内気で、レッスンでは思うように弾けないとすぐに泣いてしまっていた。コロナへの不安もある。

今回実践した曲は、ブルグミュラー作曲25の練習曲より「さようなら」で、次のようなストーリーを考えた。

『昨年の春休みのこと、姉が入院することになりました。ママもつきそいでいっちゃいました。2人がいない生活は初です。すっごくすっごく不安です。ときどき病院にいても、コロナだからずっとは会えません。でも、電話をすると少しホッとします。電話をすると心がポカポカします。でも、きるとまた悲しい日がもどってきます。あと何日つづくか とってもとってもさみしいです。』

悲しい表現をするために指の角度を変えレガートのタッチを学び、Bさんのイメージする音色で演奏できるようになった。

Bさんは演奏後に、「イメージして演奏したら悲しい気持ちになった。お姉ちゃんが入院した時のことを思い出した。ストーリーを作る前はどんな気持ちで弾いていいかわからなかったけど、ストーリーを作って、その部分をどんな気持ちで弾くかがわかり、気持ちを込めやすくなった。」と語った。その後も色々な曲にお話を作りイメージを膨らませ、家では自らピアノに向かうようになり、Bさんの母親も喜んでいた。



Bさんの描いたイメージ画

③小学3年生のCさんの実践記録

Cさんは明るく、何事もテキパキとこなすしっかりもので、譜読みも速いが、急いで弾いてしまうのでミスも多い。コロナに対するストレスはあまりないようだ。

今回実践した曲は、ブルグミュラー作曲18の練習曲より「ないしょばなし」で、彼女はこの曲に感謝、尊敬、優雅、優しい、夢、希望、華麗というイメージ語を選んだ。

家でイメージ画を描いてきて、教師と話しながら一緒に次のようなストーリーを考えた。

『誰もいない草原で、お花や小鳥に「自分の本当にやりたいことは何なのだろう？」と話しかけた。何をやってもこれは違うな・・・と思い悩んだ。何度も何度も迷っている。難しい迷路の中にあるような気持ち。ゆっくりでもいいから、もう迷わないで、自分のやりたいことを探そう！自分は自然に話しかけることが好きなんだ。今まで気づかなかったけど、私は自然に話しかけることが好きなんだ。』



Cさんの描いたイメージ画

実践前は、急いで弾いてしまい音色の変化ができなかったが、実践後は、テンポが少し緩やかになり、音色の変化や響きを聴きながら心地良い流れで演奏できるようになった。Cさん自身も演奏に違いを感じ、「お気に入りの曲をこれからはもっと大切に弾こうと思った」と語った。また、「自分もこの物語のような事が実際にできるのかな？お花を植えることが好きだから、お花に話しかけたりしたいな。」と、想像力豊かな感想を持った。

その後のレッスンで、ブルグミュラー18の練習曲より2番「真珠」の譜読みを行う際も自らイメージ画を描いてお話を考えた。美しく弾くために指の運びや音色に気を配り、丁寧に譜読みを行えるようになり、より積極的な姿勢になった。

④小学3年生のDさんの実践記録

Sさんは2人の弟思いのお姉さんで、ピアノを弾くこともお話を作ることも得意だが、表現に生かせず、淡々と弾いてしまうことが多い。

今回実践した曲は、ブルグミュラー作曲25の練習曲より「舟歌」、ショパン作曲「ワルツ変ニ長調作品64-1子犬」。Dさんは家でお話と絵を描き、それをもとに音色や表現の工夫を教師と一緒にやり、「舟歌」では歌うようなレガートのタッチを、子犬のワルツではレジェーロのタッチを覚えた。実践後、Dさん自身「わくわく楽しい気持ちで弾けた。船歌は旅をしている気持ちになった。お話を作ると、いつもよりピアノを弾くことが楽しくなる」と語った。「イメージ奏法」を取り入れることで、音色作りに興味を持ち、自ら表現しようという意欲も高まった。



Dさんの考えたお話と絵

⑤小学5年生Eさんの実践記録

Eさんは読書好きの静かな子で、ピアノの演奏では表現が内にこもってしまう。コロナ禍で少しストレスを感じている。

今回実践した曲は、ブルグミュラー作曲25の練習曲より「牧歌」で、次のようなお話を作った。

『すがすがしいある晴れた日のこと、牧童が一人目覚めました。いつものように外に出ていくと、たくさんの羊や馬が草を食べていました。今日もいつものようにみんないるか、数を数えていました。ところが、一匹足りません。急いで探しにいくと、ひとりで草を食べている子羊を見つけ、連れて帰りました。そしてその後は、朝の澄んだ空気をたっぷり吸って、ご飯を食べ終わった羊とたくさん遊んで、太陽が真上の近くにきて昼になったこ

とに気づき、ゆっくり歩いて帰りました。』

朝、牧童が目覚めて伸びをしている様子、空気をいっぱい吸っているところ、といった具体的なイメージができたことにより、演奏するときに呼吸ができるようになった。それにより、自然なフレーズ感が生まれ、音楽と対話しながら演奏できるようになった。

Eさん自身も、「楽しく弾けるようになった。牧童になった気持ちで、場面を感じながら弾けるようになった。」と語った。

「イメージ奏法」により、Eさんは内にこもっていた心を開き、積極的な表現ができるようになった。

⑥小学1年生F君の実践記録

F君は素直で子どもらしく理解力のある子で、音楽が大好きだ。挿絵や歌詞などからイメージすることを自発的に行う事が多い。歌詞があれば歌いながら弾き、歌詞がない曲は音名で弾き歌いし、自分でところどころ歌詞を作って歌っている。

今回実践した曲は、バスティン作曲アロエツェ他各曲で、「イメージ奏法」により声色を変えて歌い、「楽しさ倍増!」と喜んだ。曲について一緒に話し合い、楽譜に色を塗ってから弾くと、「アイデアが湧いてくる!」と話した。「イメージ奏法」の実践により、よく音を聴き豊かな表現ができるようになってきた。本人曰く、「イメージ奏法」を実践した時としない時では、「違いまくり」とのことである。

H君のような年齢の小さい子どもにとって、音楽から想像することは遊びのような感覚なのかもしれない。

⑦中学1年生Gさんの実践記録

Gさんは賢く、独自の世界を持っている。吹奏楽部に入っているが、コロナで部活がなくなってしまうことが多く、ストレスを感じている。

実践した曲は、ドビュッシー作曲アラベスク第1番で、実践前はその時の気分によって気まぐれで、時には雑に弾いてしまうこともあった。イメージについてGさんに質問をすると、Gさんは自分のイメージをしっかりと持っていて、「前半は幻想や神秘を表す薄いピンクやイエロー、中間部は優雅な水色、自由を表すイエロー、壮快なオレンジ」と語った。

実践後は、Gさんの音に温かみや柔らかさが出て、豊かな表情で演奏できるようになった。Gさん自身も「自分のイメージを感じながら演奏できた。想像しやすくなり弾きやすくなった。」と語った。

中学生の生徒は、自分の考えを持ち、それを述べることができるので、教師からの一方通行ではない対話的な「イメージ奏法」は特に有効的だと考えられる。

⑧中学1年生Hさんの実践記録

Hさんは大変真面目で努力家だが、自己表現が苦手なピアノも一本調子であった。ピアノを始めた年齢が遅く、他の子に追いつきたい気持ちが強かったので、間違えさえしなければいいと思ひ込み、どんな曲もただ音を並べるだけでとても速いスピードで弾く子であった。

今回実践した曲は、ブルグミュラー作曲25の練習曲より「タランテラ」「澄み切った流れ」の2曲で、Hさんは「弾いていると、タランテラの激しいところは強い赤色を感じ、天使の合唱は柔らかいグリーンとほんの少しの黄色が見え、その黄色はたんぽぽだと思う。澄み切った流れは濁流と清流を選んで弾く」と語った。「イメージ奏法」を実践して、「始めは違いがわからなかったけれど、先生が色を楽譜に塗ってくれてからなんとなく違いが分かってきた」と語った。

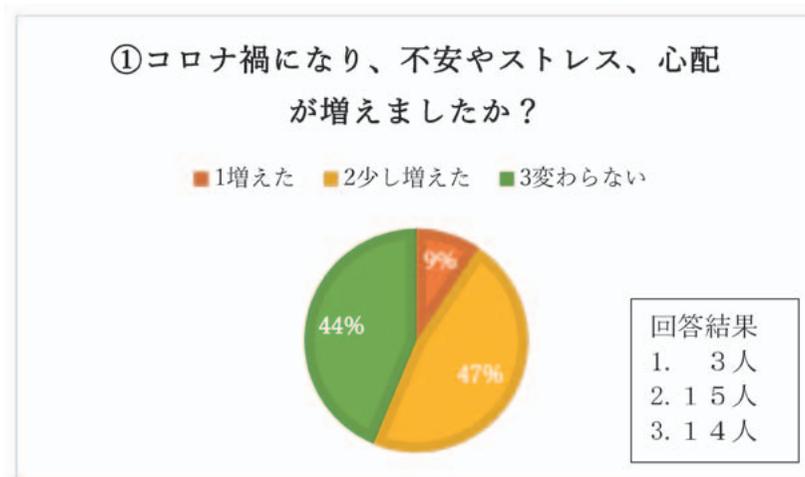
「イメージ奏法」をレッスンで取り入れてから、Hさんは自分で考えながら演奏ができるようになった。他人と自分を比べないで、音楽と自分の心との対話が必要だということ学んだ。

6. 「イメージ奏法」を実践した子どもたちのアンケート結果

「イメージ奏法」を実践した計32名の生徒に行ったアンケート結果を集約する。

① コロナ禍になり、不安やストレス、心配が増えましたか？

1. 増えた 2. 少し増えた 3. 変わらない、または減った



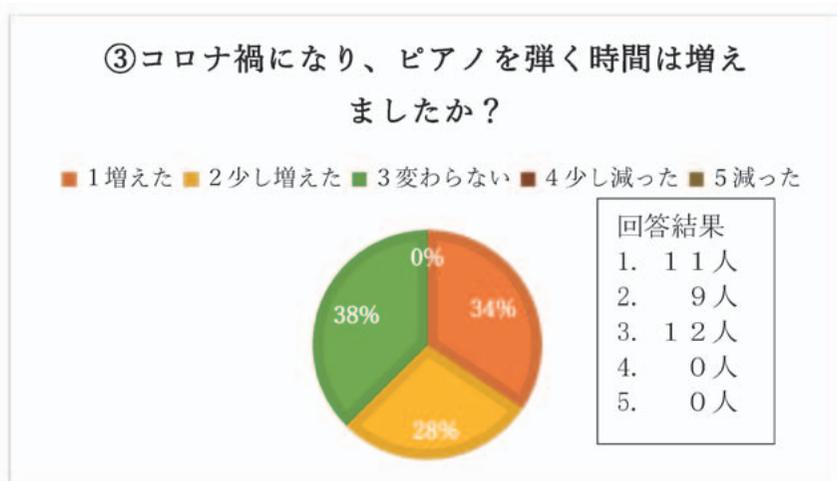
② ①の問いで1. 2. と答えた人は、どんなことがストレスですか？

- コロナにかかるのが心配 3名

- 部活ができない 2名
- 友達と遊べない 5名
- 旅行に行けない。2名
- マスクがストレス 3名
- コロナで学校行事がなくなる
- 学校では席に座っていないといけない
- 学校に行けない
- 外出に制限がある
- 海外に単身赴任のお父さんに会えない
- 親戚や友達が元気かどうか心配
- 当たり前にかけていたことができない
- 家にこもっていないといけないので、兄弟げんかが増えた

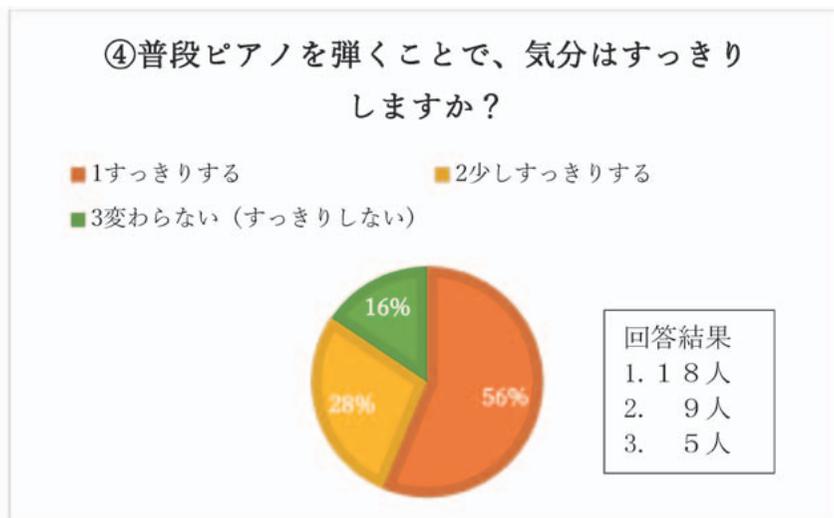
③ コロナ禍になり、ピアノを弾く時間は増えましたか？

1. 増えた 2. 少し増えた 3. 変わらない 4. 少し減った 5. 減った



④ 普段ピアノを弾くことで、気分はすっきりしますか？

1. すっきりする 2. 少しすっきりする 3. 変わらない (すっきりしない)



⑤ 「イメージ奏法」を実践した時、どのような気持ちになりましたか？（記述式）

- 物語に入り込めた。自分がイメージした通りに演奏できて嬉しかった。(小学3年)
- 自分のイメージを感じながら演奏できた。(中学1年)
- 明るいところは散歩している気分になって、暗いところは体が縮んだような感じになった。(中学1年)
- 情景を思い浮かべながら、気持ちよく演奏できた。(中学2年)
- 想像しやすく、気持ちが入りやすかった。(小学5年)
- イメージをしたら、気持ちよく弾けるようになった。(小学6年)
- 特に変わらなかった。(小学3年)
- 楽譜に書かれている強弱記号が単なる記号ではなく、その奥にある意味がわかった。例えば同じフォルテでも、悲嘆を表すフォルテや抗議を表すフォルテなどがあり、違う意味となる。(中学2年)
- 曲のイメージを想像しながら表現できるので楽しい気持ちになります。(小学5年)
- 楽しい気持ちで弾けます。(小学2年)
- イメージがつかみやすくなった。(小学4年)
- 悲しい音の出し方が分かり、それが表現できた時は嬉しかった。(小学5年)
- 小さな可愛い女の子がバレエを踊っているところをイメージして練習した。キラキラした音が合うと思って、そういう音が出せるように練習を頑張ったので、できた時には嬉しかったし楽しかった。(小学3年)
- ブルグミュラーの曲は短くタイトルに基づいてイメージできるので、ストーリーや色彩を考えて弾くとイメージ通りの音楽になり、弾きやすかった。モーツァルトのソナタは

自分でストーリーを作る自信がなかったので、オーケストラの楽器やオペラのセリフをイメージしたらという先生のアドバイスを元に音楽作りをした。イメージした楽器のように弾けた時は達成感があった。(中学2年)

- タイトルがついている曲はイメージしやすいけれど、ソナチネやワルツは先生と一緒にストーリーを考える楽しさがあり、身近な普段の情景を思い描くことができた。特にソナチネは、友達との会話をイメージして弾いたらとても楽しく弾けた。(中学2年)
- お店でバウムクーヘンを見つけて買ってもらうことから食べ終わった後の気持ちまでをストーリーにしたので、とにかく楽しかった。弾いている時に味まで思い出した。(小学6年)
- お誕生日会をイメージしてストーリーを作って弾いたら、プレゼントがいっぱいもらえた気分弾けた。それを聞いたお父さんお母さんが一緒に歌ってくれたので嬉しかった。(小学1年)
- パーティに招待されて、手品やコントなど次々に楽しい出し物がびっくり箱から飛び出てくるイメージをもったので、前奏を弾く前からワクワクキウキウ気分でもう大変！(小学4年)
- 「イメージ奏法」によって、どういう音を出したらいいのかよくわかるようになった。特に天使の合唱の最後3小節の和音が思い通りの音にできた時は感動した。(中学2年)
- ベートーヴェンは、その人物像を知り、他の楽器の曲を知る事が大切と聞いて、曲のフレーズに何を感じるかを先生と一緒に考えた。テーマに視界の広がりを感じたり、左手のアルペジオに風を感じたり、あちらこちらに出てくるメロディにヴァイオリンやチェロの音色を感じた。そしてそれらを音で表現すると音楽が立体的になり、曲の世界観が分かってきて楽しかった。(中学1年)
- お話に沿って弾いていくので、まるで一人で劇をしているような気持ちになりました。(小学5年)

⑥「イメージ奏法」を実践した時と、しない時で、違いはありましたか？(記述式)

- イメージをした後の方が楽しく、うまく弾けた。(小学3年)
- 想像しやすくなって、弾きやすくなった。(中学1年)
- いつもより楽しく弾けて、気持ちが変わった。(中学2年)
- 動きができて、表現が豊かになった。(中学1年)
- すっきり気持ちよく弾けた。(小学5年)
- イメージを考えたら、音色が自然に変化できるようになった。(小学6年)
- 弾きやすくなって、気分もすっきりした。(中学2年)
- 特に変わらなかった。(小学3年)

- イメージを考えたら、音色が自然に変化できるようになった。(小学6年)
- 違いがありました。普通に弾いている時よりも、表現力が豊かになりました。(小学5年)
- 違いがありました。イメージしながら弾けるので、楽しく弾くことができます。(小学2年)
- 色がついている楽譜を見ることでイメージがしやすくなった。(小学4年)
- 違いがあった。お話を作ってみたらそれを音で表現することが意外と難しく、たくさん練習してイメージ通り弾けるようになった時が嬉しかった。(小学5年)
- イメージを先生と一緒に考えて弾いたら、こんな曲だったんだ！と分かったし、音が生き生きした感じがした。(小学3年生)
- イメージして弾いた時は、納得して弾いているという実感を感じられる。フォルテやピアノもイメージする楽器によって表現が違うんだと分かった。(中学2年)
- 弾いている時に情景が頭に浮かんだので、暗譜がしやすかった。(中学2年)
- 弾いた後に達成感があった。こうやって弾けばいいんだ！と強く思った。(小学6年)
- 上手く弾けないといい加減に弾いていたけど、楽しいことをいっぱい考えて弾こう！と思うようになった。(小学1年)
- ワクワクウキウキ気分で弾くと、音がワクワクウキウキの音になる！とわかった。(小学4年) → この子は自分の音を聴かない子でしたが、これ以来自分の音に敏感になりました。(指導者)
- 先生が色を楽譜に塗ってくれてからなんとなく違いが分かってきた。(中学1年)
- 曲に合うタッチがはっきりと理解できるようになったから、ピアノが楽しくてたまらなくなかった。(中学2年)
- 「イメージ奏法」で考えたり感じた事を音に反映すると、さらに深い理解力が要るなと思ったが、理解しようとする努力で聴いてくれる人の受け止め方が変わると思うようになった。(中学1年)
- お話を作ったから集中して弾けたと思う。想像するってとても楽しくて、ピアノで別の世界に行けるから好き。(小学5年)

7. 考察

「イメージ奏法」により教師と生徒の対話コミュニケーションが生まれ、子どものイメージや心の内を引き出すことができ、子どもの心を開くことにつながったと考えられる。

今回「イメージ奏法」を実践した32名の子どものうち、コロナ禍でストレスを感じている、少し感じていると答えた子どもの割合は合わせて56%、コロナ禍でピアノを弾く時間が増えた、または少し増えたと答えた子どもは合わせて62%であった。普段ピアノを弾いて気分がすっきりする、少しすっきりすると回答した子どもは合わせて84%であった。子ども

の気分が変わらない場合でも、その周りにいる家族の気分がすっきりすると答えた母親もいた。子どもたちにとってピアノを弾くことは心の解放やリフレッシュにつながっていると考えられる。また、記述回答では32名中31名の子どもが、「イメージ奏法」を実践する前と比べて演奏表現が豊かになり、演奏した時の気持ちが良い方向に変化したことを述べた。子どもが自ら考えてイメージをすることにより、音楽と心の対話ができるようになったからではないかと考えられる。実践後、子どもたちの表情が笑顔になり満足した様子が見られた。

コロナ禍はこれからも続いていくが、普段のピアノのレッスンの中で「イメージ奏法」を取り入れることにより、子どもたちの心が解放され前向きになり、心健やかな子に育つことを願う。

【引用・参考文献】

1. 武本（旧姓・中田）京子（1995）『生徒と先生のための「楽曲イメージ奏法」』ドレミ楽譜出版社 pp1-95
2. 武本京子（2013）『ピアノを学ぶ人へ贈る武本京子の「イメージ奏法」解説書』音楽之友社 pp1-40
3. 武本京子（2013）『ピアノを学ぶ人へ贈る武本京子の「イメージ奏法」によるワークブックーブルグミュラー25の練習曲ー』音楽之友社 pp1-48
4. 武本京子（2019）楽譜から音楽の内容を復号する「イメージ奏法」の展開ー音楽を理解し表現意欲を高める指導法の実践ー愛知教育大学研究報告 68, pp11-19.
5. 武本京子, 伊藤康宏（2020）「イメージ奏法」を用いた音楽が心身に与える影響. 愛知教育大学健康支援センター紀要
6. 武本京子, 福澤維斗子（2020）「イメージ奏法」を活用した協働的音楽教育による感情の多様性の認識と独創的な創造力の育成ー小学校教育におけるICT活用授業による人間力育成の実践と効果ー愛知教区大学教職キャリアセンター紀要 pp137-144
7. 武本京子, 山口茉莉子（2020）「イメージ奏法」による協働学習により, ダイバーシティを受容しインクルーシブ・リーダーシップを育成する音楽教育: 中学校の音楽の授業実践における合唱指導報告. 金城学院大学論集, 人文科学編 pp110-122
8. 武本京子, 神谷舞（2020）[イメージ奏法]を応用した幼児から児童期のピアノ演奏指導法ーピアノ演奏指導の中で行う音楽の可視化による創造力と論理的思考の育成. 「音楽教育学」第49巻 pp73-74
9. 笹森壮大, 高濱正信（2016）『感性と知性を育てる音楽教育革命!』株式会社ゲイン pp39-47
10. ヤマハ音楽振興会音楽研究所（2000）『心の成長に欠かせない音楽教育 音楽は子どもに何を与えられるか』財団法人ヤマハ音楽振興会 pp64-69
11. 吉井妙子（2015）『音楽は心と脳を育てていた ヤマハ音楽教室の謎に迫る』日経BP社
12. 武本京子（2018）「イメージ奏法」による音楽と映像が人の生理的反応に及ぼす影響（第1報）音楽による「ストレス・コントロール」の試み. 音楽表現学第16号 pp.141
13. 武本京子, 福澤維斗子, 山口茉莉子, 和沙舞子（2019）創意工夫を生かした「イメージ奏法」

による想像力の育成=小・中・専門学校で音楽表現向上を目指す授業の取り組み『音楽教育学』第48巻第2号 pp.72-73

14. 武本京子 (2019)「楽譜」から音楽の内容を復号する「イメージ奏法」の展開—音楽を理解し表現意欲を高める指導法の実践—「愛知教育大学研究報告芸術・保健体育・家政・技術科学編」第68輯 pp.11-19

15. 武本京子 (2018)「イメージ奏法」によるアクティブ・ラーニング音楽実践授業—汎用的能力を育成する主体的・対話的で深い学び—「愛知教育大学教職キャリアセンター紀要」第4号 pp.105-112

16. 武本京子, 伊藤康宏 (2019) 演奏者の「イメージ奏法」を使った感情の知覚化による音楽と映像の供与—視聴者自身の音楽への「共感性」の認知から心の再生を促す試み—日本音楽知覚認知学会2019年度春季研究発表集 pp.57-62

17. 伊藤康宏, 武本京子 (2019)「イメージ奏法」による音楽と映像が人の生理的反応に及ぼす影響(第2報) 音楽による「ストレス・コントロール」の試み—「音楽表現学」第17号 pp.113

18. 福田博美, 七條めぐみ, 神谷舞, 小川真由子, 高木久美子, 松橋俊太, 武本京子 (2020) 音楽療法に関する文献の検討 Iris Health 18, 愛知教育大学健康支援センター紀要 pp.9-14

19. 武本京子, 伊藤康宏, 石原慎, 川井薫, 飯田忠行 (2021) 人間の感情への効果を科学的エビデンスで立証した「イメージ奏法」を活用したレジリエンスを高める音楽演奏法—愛知教育大学研究報告; 芸術; 保健体育; 家政; 技術科学, 創作編 pp.1-9

20. Kyoko TAKEMOTO, Yasuhiro ITO, Tadayuki IIDA, Shin ISHIHARA, Kaoru KAWAI, Go HASHIMOTO (2022) Scientific Evidence Proves its Effect on Human Mind and Body Is Music that Uses the Solfeggio Frequency Effective for Emotional Induction?

Experiment by Presenting Music and How to Create with “Image Fantasy Performance” Using “Kyoko Takemoto’s Imaginative Music Playing Method” 愛知教育大学研究報告. 芸術・保健体育・家政・技術科学・創作編 71巻. pp.1-10

【webサイト】

1. 国立成育医療研究センター (2021) “コロナ×こどもアンケート第6回調査報告書” pp40-56 https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/CxC6_repo_final.pdf#page11 (参照 2022.3.3)

2. 国立成育医療研究センター (2021) “第5回【コロナ×こどもアンケート】こどもが考えた「気持ちを楽しめる23のくふう」” https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/copy_5nd_report_coping.html (参照 2022.3.3)

【楽譜】

松本倫子 (2013) 『新こどものブルグミュラー25の練習曲 表現力がぐんぐん育つ! はじめてのイメージトレーニング』全音楽譜出版社; 菊倍版

【協力者】

野原真由美, 井上ますみ