



初級オンライン研修を受講される皆様へ

オンライン研修ハンドブック



(問い合わせ)

NPO 法人 日本ミュージック・ケア協会事務局
〒922-0554 石川県加賀市橋立町ふ23
電話：0761-75-2917
FAX：0761-75-2917
<https://music-care.net>
E-mail: info@music-care.net

作成者：加佐ノ岬倶楽部音楽療法研究所

(オンライン研修実行委員：吉田茂樹・桶川千枝・加藤善之・伊藤能理子)

作成日：令和4年7月14日(第4版)

— オンライン研修ハンドブックの目次 —

- ◇オンライン研修の目的
- ◇研修内容と流れについて（全体構成）
 - 理論：ライブ配信（場合によっては動画配信）
 - 実技：オンデマンド型の動画配信 Zoomによるスクーリング
- ◇学習の手引き
- ◇オンライン研修用の楽曲リスト
 - 動画使用による著作権について ○楽曲一覧
- ◇インフォメーション
 - 受講期間 ○再受講の取り扱い ○使用する教材
- ◇スクーリングについて
 - 実技習得の見極め（確かめ合い） ○楽曲のポイント説明（深め合い）
- ◇レポート提出について
- ◇Zoomの使い方（ハンドブック）
- ◇日本ミュージック・ケア協会認定資格制度（研修体制の解説）

オンライン研修の目的

<趣旨説明>

初級研修をオンラインで受講される皆様にお知らせさせていただきます。

令和2年度から、新型コロナウイルスによる影響を受けて各種研修が次々と中止せざるを得ない状況となりました。

しかし、これまでに研修を受けていただいた修了者が、ご自身の職場で実践活動を工夫しながら行っていることに勇気をいただき、当協会としても少しでも多くの現場で実践活動が展開されるために、新しい生活様式に対応したオンライン研修を企画しました。対面で行っていた研修スタイルでしか伝えられなかったことをオンラインで上手く伝えられるか不安を感じながら準備してきました。

オンラインでのメリット（オンデマンド型の動画配信で繰り返しの自己学習が可能、少人数でのスクーリングで個別指導に近い実技習得の機会など）とデメリット（使い慣れないOA機器の使用への戸惑いなど）はありますが、少しでも前進していくことを決意してスタートしました。

尚、研修に必要な情報や研修体制・認定資格制度についてもカテゴリに分けてご紹介します。不明な点や詳細なご質問に関しましては、お手数ですが事務局への問い合わせをお願いしたいと思います。

これからも、より良い研修になるように努めていきたいと思っております。

どうぞ、ご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

日本ミュージック・ケア協会 理事長 宮本啓子

研修内容の流れについて（全体構成）

オンライン研修は以下のような流れで行います。

オンライン初級講座 全体構成

単元	方法	学習内容			
オリエンテーション	Zoom 1回	学習の手引き 			
理論	Zoom 1回	ライブ講義（場合によっては動画配信） 			
		理論レポート提出 ※講義受講後1週間以内 			
課題曲30曲の 習得 （自己学習） 	動画配信	【1～25曲目】		【26～30曲目】	
		1. 体験	1曲につき 動画6個	1. 体験	1曲につき 動画2個
		2. まなび ポイント		2. まなび ポイント	
		3. 拍子			
		4. 動作			
		5. 合図			
		6. たしかめ			
オンライン スクーリング	Zoom 計6回	・ 楽曲学習 ・ 習熟度確認 5回			
		・ フォローアップ 1回			
 初級講座履修レポート提出					
 受講証明証の発行 ※初級認定条件を満たされた方には初級認定証を発行します					

理論：ライブ配信（場合によっては動画配信）

『ミュージック・ケア初級研修 オンライン研修用の理論ガイドブック』と『ミュージック・ケア その基本と実際<川島書店より販売>』を使ってライブ配信（場合によっては動画配信）で講義があります。

実技：研修受講期間内にオンデマンド型の動画配信で自己学習していただきます。

楽曲の動画は、日本ミュージック・ケア協会 マイページより配信を行います。マイページにログインしてご視聴ください。なお、動画は一斉に配信されるようになっています。次ページのオンライン研修用の楽曲一覧リストを確認しながら、次に記載する“学習の手引き”を参考に自己学習を進めてください。Zoomによるスクリーニングの内容は下記の通りです。

確かめ合い：実技習熟度を確認します。

◇動画とテキストで学習した楽曲を実践してみる（リーダー体験）。

深め合い：実践力を高めながら、伝える力を深めます。

◇楽曲のポイント（大事なところ、押さえて欲しいところ）等を解説しながら、1曲ずつの理解とミュージック・ケアそのものの理解を深めていきます。

注：試験ではありませんが、楽曲のポイントを押さえながら、実践活動が出来るリーダーとして育成するように認定指導者が進めていきます。

学習の手引き（動画での学習方法） 受講生は、学習の手引きの動画をご覧ください。

◇動画は5段階で構成されています。

体験：まずは、動画を見て一緒に対象者の立場で体験してみてください。

拍子：動画の下欄に表示されるテロップの●●●●がリズムを表しています。研修資料に同封された白紙の動作譜にリズムをとりながらレ点などを打ってみてください。リズムトレーニングとして一拍目を押さえることを学習しながら、楽譜に書き込むと曲の長さが分かります。

動作：動作譜に擬態語だけでなく、動きを具体的に書き込みます。

後で、ご自分が見て分かる内容にしておいてください。

ピョンとかチョンなどの表記では思い出せないことがあります。

合図：前々の合図をかけるタイミングを書いてください。何拍前に入れるか、動きながら、擬態語を発声しながら合間に入れるタイミングをつかみましょう。また、音楽の邪魔にならない声量などにも配慮します。

たしかめ：動作譜やテロップを見なくても実践できるために、どれくらい覚えているか自己点検します。思い出せない所を繰り返し練習すること（反復）が力になります。

オンライン研修用の楽曲リスト

- ・オンライン研修で使用する楽曲一覧の①②③④は、書込み作業をともなう6段階に構成されています。⑤の5曲については、書込み作業は任意です。
- ・Zoomによる習熟度確認（スクーリング）は①②③④⑤の順に進めていきます。

オンライン初級講座 課題曲リスト

			課題曲	楽器・道具	学習動画の種類
①	スクーリング1回目分	1	ジャンジャン		1曲につき 学習動画6個
		2	ぎりぎり		
		3	空の終列車		
		4	ハンガリー舞曲第5番	鈴	
		5	アメリカンパトロール	鳴子	
		6	オモチャの兵隊	鈴	
②	スクーリング2回目分	7	河と帽子とアリサ		1.体験 2.まなびポイント 3.拍子 4.動作 5.合図 6.たしかめ
		8	お星さまとアリサ		
		9	魔女とにらめっこのアリサ		
		10	仔猫と知恵くらべのアリサ		
		11	「赤ずきんちゃん」になったアリサ	タオル	
		12	ボギー大佐	ばち	
		13	ペルシャの市場にて	鈴	
③	スクーリング3回目分	14	双頭の鷲の旗の下に	ばち	動作譜の作成は必須
		15	クシコスポスト	ばち	
		16	ドナウ川のさざなみから	鈴	
		17	森の水車	鈴	
		18	トルコ行進曲	鳴子	
④	スクーリング4回目分	19	手をつなぎましょう		1曲につき 学習動画2個
		20	おなかをぽんぽんたたきましょう		
		21	クルックルッ		
		22	パンパン		
		23	森のかじや	鈴	
		24	口笛吹きと小犬	鳴子	
		25	カルメンから	鈴	
⑤	スクーリング5回目分	26	スパニッシュコーヒー	ばち	1.体験 2.まなびポイント 動作譜の作成は任意 (作成をおすすめ)
		27	げんきにげんきにゆっくりゆっくり		
		28	霧のロザリア		
		29	白鳥の湖	フラップパルーン	
		30	典子は、いま	シャボン玉	

インフォメーション内容

(1) 受講期間

オンライン研修の申込書提出と研修費の入金確認が出来ましたら、オンライン用のテキストを配信します。ダウンロードして各自で印刷してご活用ください。実技動画はオリエンテーション（学習の手引き）受講後に配信します。実技動画は配信から半年間（自動終了）は視聴することが出来ます。動画とテキストによる自己学習と講師による Zoom でのスクーリングを5回、フォローアップを1回行います。

Zoom でのスクーリングの招待は、開催日の2日前と当日の朝、メールでご案内いたしますのでご確認ください（マイページからも確認可能）。

ご都合が悪い時は、事務局または担当講師へご連絡ください。

原則としては、予め設定されたスクーリングと理論等の研修プログラムを受講していただきます。やむを得ず研修プログラム受講が遅れる場合でも、動画配信期間にすべての研修プログラムが終了しない場合には、受講証明証は発行されません。

(2) 補講について

受講期間を過ぎて不足しているスクーリングや理論を受講する場合は、補講となりますので、補講費用を別途申し受けます。申し込みは事務局へお問合わせください。

(3) 再受講の取り扱い

初級認定証を取得済みの方が再受講する場合には、復習研修制度が適応されます。

(4) 使用する教材について

<教材セット>

◇実技テキスト2冊

◇理論テキスト1冊

◇CD4枚(青&赤、緑&黄)

◇鈴・鳴子・バチ 各一組

<オンライン研修資料>

◇オンライン研修時のインフォメーション(ハンドブック)⇒この冊子です。

◇初級研修オンライン用理論テキスト ミュージック・ケアの実際

◇初級研修オンライン楽曲説明集

◇動作譜（コピーしてお使いください）

スクーリングについて

オンデマンド型の動画配信にて自己学習していただいた実技の楽曲について、日本ミュージック・ケア協会認定指導者が個別又はグループでスクーリングをします。Zoomによる対応となります。スクーリングの内容は以下の2点です。試験ではありませんので、認定指導者への質問なども行いながら実技習得していただければと思います。

- ・実技習得の見極め（確かめ合い）
オンデマンドによる動画配信で自己学習した実技の動作確認やリーダーとして必要な技術などに対してレクチャーします。
- ・楽曲のポイント説明（深め合い）
1曲ずつのポイントを説明し、より熟達した実践となるようにします。



レポート提出について

レポートは①理論講義の受講後と、②初級研修受講後の2種類あります。それぞれ受講後の1週間以内に提出してください。マイページから提出していただきます。

Zoom の使い方 (ハンドブック)

1. 必要な機材及び環境

本研修は、Web会議システム「Zoom」を使って行う双方向のオンライン研修です。インターネットに接続可能で、かつデータ解析用のソフトウェアを利用できるPCをご用意いただく必要があります。受講生の皆様にご準備いただく機材及び環境は以下の通りです。

(1) 必要なハードウェア

①パソコン

□タブレットやスマートフォンでもご参加いただけますが、パソコンのご利用を推奨します。

□Zoom利用に必要な要件はZoomのヘルプセンターに記載されています。

②Webカメラ (PC内蔵のカメラでも可)

③ヘッドセットまたはイヤホン (PC内蔵のマイクとスピーカーでも可)

(2) 必要なソフトウェア・アプリ

Web会議システム「Zoom」 (ブラウザ経由でもアクセスできますが、アプリをインストールすることを推奨します)

(3) インターネット接続

①Zoomを使用する帯域幅の要件はZoomのヘルプセンターに説明がありますが、安定的かつ快適に受講していただくため、光回線を推奨します。

②Wi-Fi環境の整った場所からの参加をお願いします。

(4) その他の注意事項

①Zoomへの接続はお1人様1台までとさせていただきます。

②Zoom 研修受講中の録音や録画を禁止します。

③研修受講の申し込みをされていない方の同席は出来ません。

④プロジェクターなどで複製しながら受講することもできません

(職場などから複数名での受講申し込みの場合は可能とします。予め連絡必要。)

2. インストール

(1) ビデオ会議システム「Zoom」のインストール

初めてZoomミーティングに参加される際には、ウェブブラウザのクライアントが自動的にダウンロードされるため、事前のインストールは必須ではありませんが、事前に手動でダウンロードすることもできます。

～インストールの方法～

PCで以下のURLからZoomインストーラーをダウンロードします。

<https://zoom.us/download>

『ミーティング用Zoomクライアント』をダウンロードしてください。

ダウンロード後、「ZoomInstaller.exe」ファイルを実行しインストールします。

(2) 下記画面が表示されればインストールは完了です



※この時、Zoomアプリもピン留めをしておくと便利です。

(3) URLを入力してZoomへアクセスする

講座参加用のURL、及びパスワードをメールでお送ります。

URLをブラウザのアドレスバーへ貼り付けて、

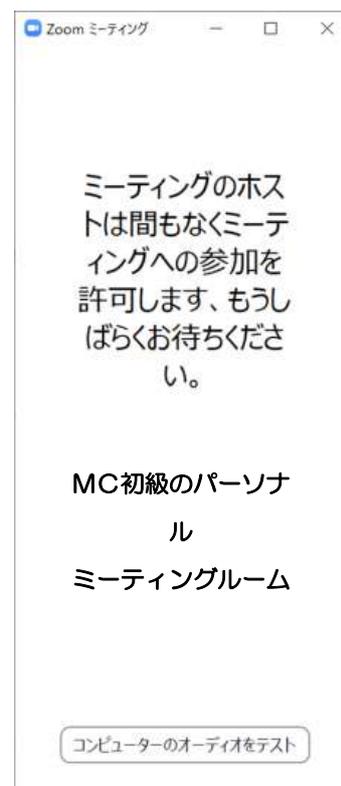
Zoomを起動させてください。

IDとパスコードを入力して参加することもできます。

(4) ホストからのミーティング参加許可を待つ

講師が受講者を確認し、参加を許可いたします。

少々お待ちください。



(5) 「コンピューターでオーディオに参加」

参加が許可されると下図が表示されるので、「コンピューターでオーディオに参加」をクリック。



*** 開始 10 分前までに会議システムへ入室してください**

3. マイク・スピーカーの設定、お名前の変更

マイク・スピーカーの設定

① お使いのヘッドセット、あるいはPC内蔵のマイクとスピーカーがZoom上で正しく設定されているかは、「ミュート」マークからご確認いただけます。

② ミュート機能「ミュート」をクリックすると赤い線が表示され（右図）、ご自分のマイクがミュート状態となります。



もう一度クリックすると赤い線が消えミュートが解除されます。



③ 音量はPC本体のボリュームでも調節できます。



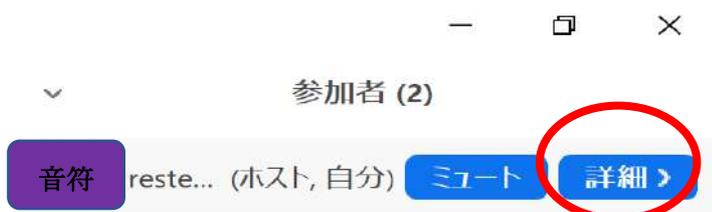
「ミュート」マークの右にある矢印をクリックすると左図のメニューが出現しますので、「マイク」と「スピーカー」の設定を確認・選択してください。

① 画面下部のメニューバーで「参加者」マークをクリックすると画面右に参加者一覧のウィンドウが開きます。

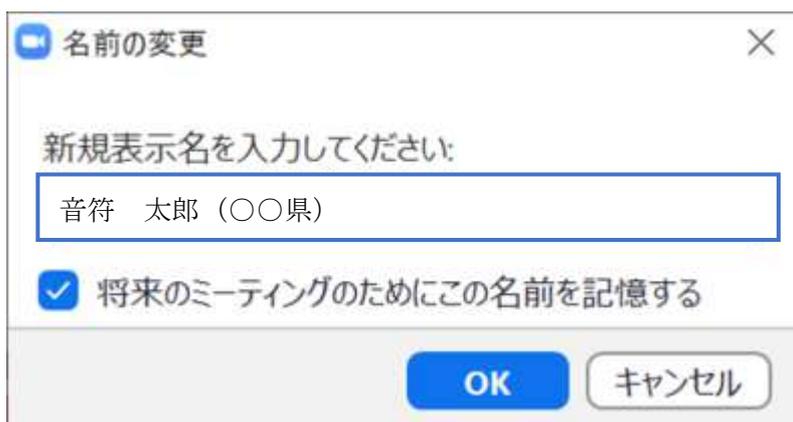


② ご自分の名前にカーソルを合わせる

② 下図のように「ミュート」と「詳細」が出現するので、「詳細」をクリック



③ 「名前の変更」が出現するので、クリック



④ 名前を下記のルールで変更してください。講義中にお声がけする時に使わせていただきます。

「名前（都道府県名）」

- ⑤ 音声がでない、聞こえない場合は、再度Zoomへ入り直してください。
その際に「コンピューターでオーディオに参加」を必ず選択してください。

4. 受講中のルール

(1) 受講中：カメラとマイクの設定

受講中は、カメラをオン、マイクをミュート（複数名が受講の場合）にしてください。
Zoomの「バーチャル背景機能」を利用されると動きの確認が難しくなるので背景やぼかしの機能を使わないように、ご理解とご協力をお願いします。

(2) 質問をしたい時（複数参加による研修の場合）

- ①ご自分でミュートを解除してから、質問をしてください。
- ②質問や議論が終わったら、再度、ご自分でミュートにしてください。
- ③複数の質問が重なる場合などは、講師担当者が発言順を決めて質問者を指名しますので、その指示に従ってください。
- ④チャット機能を利用して質問などしていただいても良いです。

(3) 実習・演習中の個別指導（複数名が受講の場合）

個別の指導が必要な場合は、ほかの受講者の妨げにならないように、研修全体が終了次第に対応いたしますので、ご遠慮なくお申し付けください。

- ① ミュートを解除して、質問がある旨をお知らせください。
- ② チャットを利用して質問してください。
- ③ 講師、あるいは講師補助が個別に質問にお答えします。

(4) 離席する時（複数名の受講の時）

受講中に離席する際は、チャット機能で講師に一言お知らせください（「トイレ行きたい」等）。マンツーマンの際は、直接お声がけ下さい

(5) 誤って研修から退出してしまった場合

研修参加用のURL及びパスワードを入力し、再度、Zoomの会議システムに入室してください。

(6) 緊急連絡先

Zoomに接続できない場合や不具合が発生した場合など、緊急時には担当講師にご連絡ください。スクリーニングが始まってからの連絡の場合は対応が送れることもあります。予め、ご了承ください。

（１）研修体制について

当協会の研修体制につきましては下記の説明書に詳細な内容が書いてあります。または、当協会のホームページ (<https://music-care.net>) に掲載してありますのでご覧下さい。

① 初級研修受講の方にお知らせしておきたいこと

- ・ 初級研修はだれでも受講することができます。
- ・ 受講後は所属する職場や団体などで実践活動ができます。
- ・ ボランティア活動などでの実践は可能ですが、謝礼などが発生する場合には認定資格を取得していることが条件となります。判断に困られる場合には、協会事務局にご相談下さい。
- ・ 初級認定を受ける場合には、下記の３つの条件が必要になります。

○初級研修の全てのプログラムを受講していること

○協会の会員であること（会員申込み）

○研修レポートを提出していること

* 以上の条件がクリアされている方には研修会場で研修最終日に認定証を発行しています。尚、初級研修を２ヶ所以上で受講している方や補講研修（受講年度が２年にまたぐ時）で条件クリアの方などは自己申告で事務局へご連絡（申請）下さい。認定証が発行されなかった方には、認定申請書を送付します。条件を満たされた時に事務局に申請してください。

② 中級研修及び認定資格取得に向けてのステップアップしたい方にお知らせしておきたいこと

- ・ 中級研修を受講するためには初級認定が必要になります。更に１年間の実践経験が中級研修受講の条件となります（実践経験は実践回数や内容は問いません）。
- ・ 中級研修を受講する前に全国セミナーや各地での体験セミナーを受講することはできます。
- ・ 復習研修として初級研修をもう一度受講することもできます。
- ・ 中級研修を受講され、中級認定を受けるためには下記の条件が必要となります。

○中級研修の全てのプログラムを受講していること

○全国セミナーでの論文発表

（分科会・全体会・ポスターセッション・ワークショップなど）又は当協会発行の論文集・実践報告集などの誌上発表を経験していること

○協会の会員であること（継続申込み）

○中級研修終了後に研修レポートを提出していること

(2) 協会会員制度について

- 協会の会費の内訳としては以下の金額です。

入会金：3000円 年会費：5000円

- 申し込み方法・・・手続きは下記の方法で受付しています。

会員申込書に必要事項を記入して協会事務局へFAX又は郵送して、別添えの郵便振替用紙にて入会金と年会費をお納め下さい。確認出来次第に会員証などの資料をお送りします。領収証は振込み時の郵便振替の領収証にて代えさせていただきます。また、当協会ホームページからも申込み出来ます。

- 会員の特典

- | | |
|------------------|----------------|
| ① 全国セミナーなどの参加費割引 | ② 販売物の会員価格購入 |
| ② 実践報告集など発行 | ④ 特別学習会への参加 |
| ⑤ 研究会活動への助成金交付 | ⑥ 年4回の機関紙発行 など |

(3) 協会登録研究会について

①既存の登録研究会の紹介と申込み

- ・各地に研究会があります。研究会の活動は其々の研究会で企画されています。
- ・おおまかには、基本楽曲の復習や体験、関連する手法の勉強会や研修会、コンサート、食事会など様々です。一人で実践して悩んでいるよりも、多くの仲間と一緒に楽しみながら互いに成長することが出来る研究会活動はきっと役立つ時間であると思います。是非、仲間になって活動してください。
- ・申込み方法は各研究会によって多少の違いはありますが、まずは代表者へ問い合わせしてみてください(協会ホームページで紹介)。

②新規登録研究会の設立について

- ・研究会活動へ参加したいけれども近隣に研究会がない地域の方は、研究会を設立することが出来ます。きっと同じ気持ちで足踏みしている仲間が近くにいるはずです。初級認定者1名と協会会員3名の条件を満たせば、協会の登録研究会が設立できます。詳しくは、事務局へお問合せ下さい。設立までの手続きなどをサポートします。

③研究会の活動資金について

- ・協会会員が研究会に所属又は設立する場合には、研究会に活動資金を助成しています。詳しくは、事務局へお問合せ下さい。

(4) セミナー関連のご案内

①体験セミナーは、全国各地で行っています。実践場面を見学したり、体験したりすることが出来ます。また、ミュージック・ケアの理論・実技・ワークショップ、関連分野の学習などの企画があり、内容は一日でも充実したものになっています。

②全国セミナーは、開催日の約1年前から準備に取り掛かっているミュージック・ケアのセミナーとしては、集大成の大イベントでもあり、年に1度開催される貴重な大会です。内容としては、ミュージック・ケアの実技・理論・実演・ワークショップ、講演会、協会会員による論文発表（分科会・全体会）、毎年趣向を凝らしている交流会などです。

全国で活動されている会員の皆様が一同に集まり、一年間の活動力（元気いっばいのエネルギー）を蓄える時でもあります。初めての方にも知っていただく機会でもあり、協会会員にとっては同窓会のような機会でもあります。

毎年参加していても、たくさんの発見と学びを得ることが出来るセミナーです。