

手指に不具合がある成人のピアノ学習（研究ノート） —より有効な練習法の開発のために—

三上香子（大人のピアノ研究会代表）

I はじめに

本稿は、手指に不具合がある成人のピアノ学習者に対し質問紙によるアンケート調査を実施し、得られた結果から今後の研究課題を記した研究ノートである。第 1 章では調査の背景について述べた。第 2 章では調査の目的と対象と方法、結果、考察を記載した。第 3 章では今後の課題を記載した。

II. 調査の背景

筆者は以前、コロナ禍における成人のピアノ学習者の特徴について報告した¹。新型コロナウイルス感染症が第 5 類に移行された現在は、以前にも増して入会者がたえない状態にある。

そのようななかで、筆者はかねてから自身のピアノ教室にて、指が変形している成人学習者の存在を懸念していた。かれらは鍵盤を正しく打鍵できなかつたり、速いパッセージ²が演奏できなかつたりすることがある。そのため思うような演奏に仕上がらず、本人が満足感や達成感を得にくいのではないかと思われた。また、指にテーピングや湿布が施されている学習者も存在する。この場合は、患っているほうの手を休ませるようにアドバイスをしているが、片手で練習をするかどうかは最終的に学習者に一任している。以上のことから、筆者は、指に変形をもつ学習者の指導法について悩んでいた。

III. アンケート調査

1. 調査の目的と対象と方法

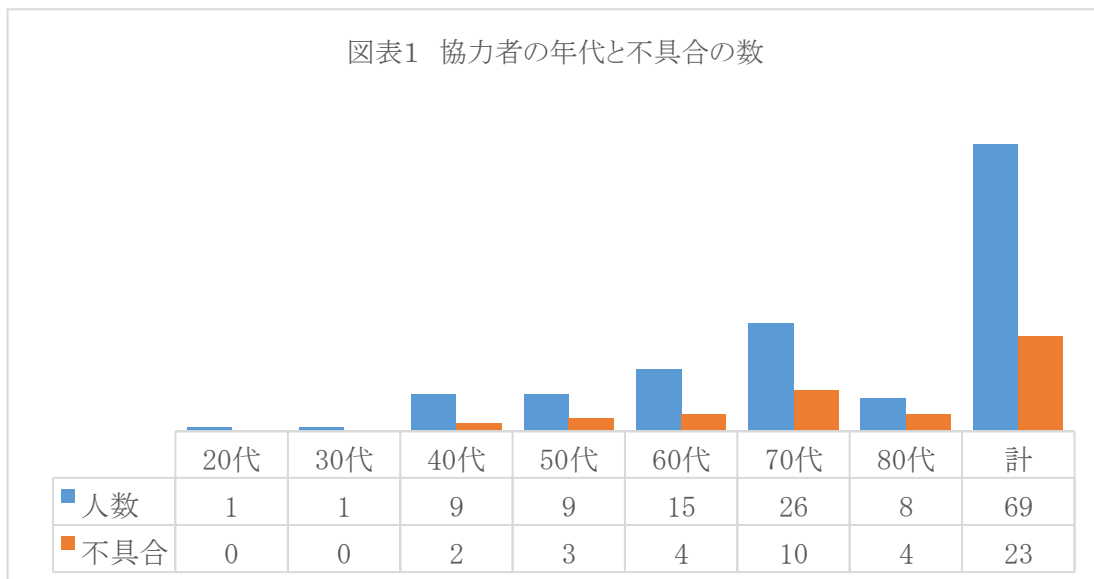
上記の状況から、筆者は教室での手指の不具合の現状を知るために、質問紙によるアンケート調査を実施した。対象は筆者が指導するピアノグループレッスン及び個人レッスンの成人学習者 69 名（女性 66 名男性 3 名）である。個人の疾患に関するデリケートな内容であるため、レッスン時にアンケート用紙を配布して自宅に持ち帰り、次回のレッスン時に回収する形をとった。調査期間は 2023 年 6 月 1 日から末日までである。なお調査は研究倫理に則り、調査の対象者には研究の趣旨を説明し、同意を得て実施された。また個人情報に関しては適切に管理している。

¹ 三上香子・中野陽子「コロナ禍におけるカルチャーセンターの音楽講座の動向：声楽講座とピアノ講座を中心に」『社会教育学研究』第 53 号、2021 年。中野陽子・三上香子「コロナ禍におけるカルチャーセンターの音楽講座の動向：一コロナ後の音楽講座の将来的役割像を求めて」『社会教育学研究』第 55 号、2022 年。

² 短いメロディーのひとつまとまりのこと

2. 調査の結果

図表 1 は、協力者の年代と手指の不具合がしめされた学習者の数を表したグラフである。本調査では、69 名のうち 23 名の調査協力者から、腕や手指の不具合がしめされた。内訳は、怪我の後遺症や神経系の疾病による手指の動きにくさが 3 名、免疫系の疾患が疑われる腕全体のしびれが 2 名、指の変形が 18 名である。このように今回の調査では、40 代以降の学習者に腕や手指の不具合がみられた。



なお本稿では、目視しやすいという理由から、指の変形を中心に研究を勧めることにした。図表 2 は指の変形箇所と件数である。この表の特徴は、変形が 1 カ所だけではなく数本の指であることや、両手の指に変形がある者が数多く存在したことである。図表 2 ではとくに人差し指に変形が生じているが、ピアノ演奏ではは五指を均等に使用するため、どの指に変形がみられても演奏に支障が出ると推測された。

図表 2 変形がみられる箇所と件数（複数回答を含む）

| 箇所 件数 | 右手 | | | | | 左手 | | | | |
|----------|----|------|----|----|----|----|------|----|----|----|
| | 親指 | 人差し指 | 中指 | 薬指 | 小指 | 親指 | 人差し指 | 中指 | 薬指 | 小指 |
| | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 3 | 6 | 1 | 2 | 2 |

下記の図表 3 は、上記に示された指に変形がみられる者の発症時期と、現在までのピアノ学習歴の一覧表である。医療機関を受診した者には、医師の診断名と治療法も記載した。治療法のうち、鎮痛消炎剤は内服薬と外用薬（塗り薬、湿布）をさし、固定器具はテーピング、サポーターをさす。図表 4 は、医師のアドバイスと協力者の感想を表にしたものである。

図表 3 指の変形の発症時期とピアノ学習歴

| 年齢 | 診断名 | 治療法 | 発症時期 | ピアノ学習歴 |
|------|--------------------|----------------|---------------|-------------|
| 40 代 | | | 不明 | 11 年前から |
| 50 代 | ヘバーデン結節 | 固定器具 | 5 年前 | 1 年前から |
| 60 代 | ヘバーデン結節母子 CM 関節症 | 固定器具 | 2 年前 | 1 年前から |
| | ばね指 | 手術 | 不明 | 1 年前から |
| | ばね指 | とくになし | 不明 | 4 年前から |
| | | | 10 年前 | 2 年 5 カ月前から |
| 70 代 | ヘバーデン結節ブ シヤール結節 | 鎮痛消炎剤鎮 痛消炎剤 | 3 年前 | 3 年前から |
| | ヘバーデン結節ば ね指 | 鎮痛消炎剤注 射 | 2 年前 7 か月前 | 2 年 5 カ月前から |
| | ヘバーデン結節 | 注射 | 5 年前 | 3 年前から |
| | ヘバーデン結節 | とくになし | 不明 | 6 年前から |
| | 診断名なし | とくになし | 不明 | 6 年 9 カ月 |
| | | | 10 年前 | 10 年前から |
| | | | 5 年前 | 4 年前から |
| | | | 15 年前 | 2 か月 |
| | | | 5 年前 | 4 年前から |
| | | | 5 年前 | 6 か月前から |
| 80 代 | | | 不明 | 2 か月前から |
| | | | 不明 | 4 年 4 カ月前から |

図表 4 指の変形について医師のアドバイスと協力者の感想

医師のアドバイス

- ・加齢が原因なので仕方がない（ヘバーデン結節、ブシヤール結節）
- ・とくに治療の方法はない（ヘバーデン結節）

協力者の感想

- ・両手の薬指が内側に曲がるのでピアノが弾きにくい時がある（40 代女性）
- ・練習時に時々指に痛みがある（60 代女性）
- ・練習にはとくに問題はない（多数）
- ・加齢だからしょうがない（多数）

図表 3 および 4 であらわされたように、指の変形について医師は加齢が原因であると述べている。また、治療も対処療法しか行われていないことから、医療機関では積極的な治療は行われていないと思われた。

他方、協力者も練習時に不具合を感じる者も数名存在したが、多くはとくに問題なしと回答している。変形については加齢によるものだと認識しているため、医療機関を受診していない協力者も多数存在した。

3. アンケート結果のまとめと考察

調査の結果からは、次の 3 点があきらかにされた。第 1 に、筆者のピアノ教室内に手指に何らかの不具合を抱えながらピアノ学習を継続している学習者が多数存在することである。とくに手指の変形は加齢によるものという診断がなされていることから、この現象は成人を対象にしたピアノ教室の特徴ではないかと思われた。このような成人のピアノ学習者の特徴は、これまで言及されていないと思われる。

第 2 に、指に変形がある者の多くが、症状の発症後にピアノ学習を開始していることである。考えられる理由としては、変形具合や痛みがピアノ学習に支障のない程度であるという症状の面と、ピアノ学習を開始する喜びが指の変形や痛みよりも勝っていたという心理面の 2 つが考えられる。

第 3 に、指の変形を抱えながら現在もピアノ学習を継続されている者が多数存在することである。手指の変形は、医師から加齢が原因であると言われただけではなく、学習者自身もそのようにとらえている。そこでかれらは、ピアノ学習を通じて指を動かすことで、少しでも状態が良くなること、または現状維持を望んでいるのではないだろうかという憶測である。これら 3 点を明確にするためには、まず指の変形に関する医療の側面からのアプローチが必要であると考えられた。

IV 今後の課題

医療の側面からのアプローチとして、筆者は田中亮子（大阪青山大学健康科学部看護学科講師）に対して、調査であげられた 4 つの疾患（ヘパーデン結節、ブシャール結節、母子 CM 関節症、ばね指）に関する情報提供を要請した。次稿では、得られた情報をもとに研究をさらに深めたいと考えている。

V おわりに

筆者が推測したように、手指の変形をもつ学習者の存在が成人のピアノ学習者の特徴であるならば、健常者のみを対象にした現状のピアノ指導法だけでは難しいと思われる。もし筆者の研究が役立つならば、いずれは手指の変形に有効なピアノ練習法を考案・開発したいと考えている。

付録

手指の変形性関節症とピアノ学習に関するアンケート

次回のレッスン日にご提出ください

1. 手指に変形がありますか(「ない」「わからない」を選んだ方は6へ)

ある(約 年前から) ない わからない

2. 「ある」と答えられた方は、不具合がある箇所を教えてください(複数回答可)

右手:親指 人差し指 中指 薬指 小指 手のひら 手の甲
左手:親指 人差し指 中指 薬指 小指 手のひら 手の甲

3. 病院に行かれた方は、診断名を教えてください(複数選択可)

ヘバーデン結節 ブシャール結節 母指 CM 関節症 関節リウマチ
その他(具体的に) 病名は聞いていない

4. 病院ではどのような治療をされましたか(複数選択可)?

鎮痛消炎剤(内服薬・外用薬) 注射 固定器具 手術 とくにない

5. 医師から治療のアドバイスがあれば記入してください

| |
|--|
| |
|--|

6. ピアノの練習時に下のような不具合を感じることはありますか?

指に痛みがある 指が曲がらない 指が開かない 指に力が入らない
その他(具体的に:)
とくにない

7. 手指の不具合とピアノについてお気づきのことがありましたらご自由にお書きください。

| |
|--|
| |
|--|

8. 最後にお名前、年齢、ピアノ学習歴をご記入ください

| | | | |
|-----|------|-----|---------|
| お名前 | (歳) | 学習歴 | 歳から現在まで |
|-----|------|-----|---------|

ご協力ありがとうございました。