

修士論文 2014 年度（平成 26 年度）

生活音を駆使し創造的に暮らすための  
トレーニングフレームワーク

A Framework for Training of  
Using Self Sounds for Creative Life

慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科

浦上 咲恵

# 修士論文 2014 年度（平成 26 年度）

## 生活音を駆使し創造的に暮らすためのトレーニングフレームワーク

### 論文要旨

生活をよりよくするために、我々は無意識のうちに暮らしをデザインしている。手帳によりスマートに予定管理をしたり、オシャレな靴を買ってやる気を上げたりするなどの、「モノ」による生活環境デザインが多くを占める一方、既にあるものの捉え方を変えることで暮らしを創造し直す「コト」による生活環境デザインも存在する。毎日変わらないように思える帰り道を、今日だけレッドカーペットの様に捉えてかっこよく歩いてみたりする行為である。

本研究は、「コト」による生活環境デザインの手段として、生活音を活用することを訴えるものである。筆者はその行為を「サウンドスタイリング」と名付けている。従来、生活音の存在意義を強く主張するものはおらず、暮らしにおけるその役割は見過ごされてきた。音楽などの聴覚媒体に比べ素朴であるが故に、多くの人は、他人が鳴らす音にも、自らが鳴らす音にも、あまりに無頓着でいたのである。

しかし、受け取る情報がどれだけ素朴であれ、世界のあらゆる現象も拾い上げ、関係を構築することは可能である。このような能力は、新しいものを創造する上で必要不可欠であり、「感性」と呼ばれながら解明されてきた。近年では、感性の正体をブラックボックスとせず (Edwards, 1988)、創造的な行為で行われているプロセスに仮説を立て、感性という能力が担う働きを提示してきた (Gibson & Gibson, 1955; 諏訪, 2007)。生活音にもまた、それと接するための感性が存在するが、明言されてこなかった。本研究は、第一の目的として、生活音を駆使した暮らしの創造行為に必要な感性を探り、得られた仮説を述べる。

更に、生活音を活用するためには、その行為を暮らしに取り入れなければならない。しかしながら、新たな習慣を暮らしに取り入れることは容易なことではないため、その手法を模索することが求められる。本研究は、第二の目的として、生活音を活用する行為を暮らしに取り入れるための手法を協力者 2 名と共に模索、実践し、暮らしの変化を示す。

本研究は、これらの成果をまとめてトレーニングフレームワークとし、生活音を駆使した暮らしの創造手法を提案する。

### キーワード

1. 生活音、2. 暮らし、3. 感性、4. トレーニング、5. 生活環境デザイン

慶應義塾大学大学院政策・メディア研究科  
浦上 咲恵

## Abstract of Master's Thesis Academic Year 2014

### A Framework for Training of Using Self Sounds for Creative Life

#### Summary

Life design is what we are unconsciously doing in our every day lives, in order to make your life scenes as you want. One kind of life design is to add new product in your daily life, and another is to change your perception to something you already own or know, for instance, to assume the street to your way home as a red carpet and walk like a Hollywood actress.

In this research, we suggest to use life sounds to create your life, by constructing new relations with the sounds you have been hearing or making. We call this "Sound Styling". Life sounds have been considered to have no use to our life, compared to other acoustic media, like music. This is because the sounds we make are too plain and short to feel something from them. We were too careless of the sound one or ourselves make. However, we should have skill to react and construct relations to any media, no matter how simple they are. The skill is called sensibility (in Japanese, kansei), and is regarded as to play significant roll in creative process. Kansei, or creativity was considered as a black box by the former researchers, but in recent decades, they have proposed what and how the skills are used in the process of creation. Then for, we presume that there are some certain skills in order to make use of life sound as a life design tool. The first goal of the research is to list up the skills and reveal the process in using them.

In order to use life sound, we need not only the skill but to take the action in our daily lives, which is difficult to achieve. We will explore the method to take them in our lives, practice with the two collaborators and show the story and works they have done.

With these two goals of this research, we aim to establish the training framework of sound styling, which is a suggestion of using life sounds for creative life.

#### Keywords

1. Life Sound, 2. Daily Life, 3. Sensibility, 4. Training, 5. Life Design

Keio University Graduate School of Media and Governance

Sakie Uragami

# 目次

目次 .....	iv
図目次 .....	vii
表目次 .....	ix
<b>1 序論 .....</b>	<b>10</b>
1.1 生活をデザインする .....	10
1.2 デザイン素材としての音 .....	11
1.3 生活音を暮らしで駆使する .....	12
1.4 感性という能力 .....	13
1.5 生活音と接する感性を探る .....	14
1.6 むらしに取り入れる .....	14
1.7 本稿の目的及び構成 .....	15
<b>2 研究背景 .....</b>	<b>16</b>
2.1 はじめに .....	16
2.2 生活をデザインする .....	16
2.2.1 与えられた暮らし .....	16
2.2.2 自己実現のための設計-生活環境デザイン .....	17
2.2.3 モノを導入するデザイン .....	17
2.2.4 コトを醸成するデザイン .....	18
2.3 音と暮らし .....	19
2.3.1 むらしで聴く様々な音とその扱い .....	19
2.3.2 音の関係図 .....	23
2.3.3 むらしの音を聴く姿勢 -サウンドスケープという概念 .....	25
2.4 感性 .....	27
2.4.1 創造行為を支える能力 .....	27
2.4.2 生活音を活用するための感性とは .....	29
2.5 むらしに取り入れる .....	30
<b>3 サウンドスタイリング .....</b>	<b>32</b>
3.1 生活音を用いて暮らしのシーンを変える .....	32
3.1.1 構造 .....	32
3.1.2 鳴らす音を変化させる .....	34
3.1.3 音の聴き方を変化させる .....	35
3.2 生活音を用いて生活を構成するモノゴトと自分との関係を創造しなおす .....	36

<b>4 トレーニングフレームワークの実践 .....</b>	<b>38</b>
<b>4.1 ototto プロジェクト .....</b>	<b>38</b>
<b>4.1.1 プロジェクト概要 .....</b>	<b>38</b>
<b>4.1.2 協力者紹介 .....</b>	<b>39</b>
<b>4.1.3 活動日 .....</b>	<b>40</b>
<b>4.1.4 主な活動①：音スケッチ .....</b>	<b>42</b>
<b>4.1.5 主な活動②：音 essay .....</b>	<b>44</b>
<b>4.1.6 主な活動③：対外向けの発表 .....</b>	<b>48</b>
<b>4.1.7 主な活動④：議論、ミーティング .....</b>	<b>52</b>
<b>4.2 トレーニングの補助活動とその手応え .....</b>	<b>52</b>
<b>4.2.1 着眼としての音 .....</b>	<b>52</b>
<b>4.2.2 コミュニティの活用：「私が好きなあなたの音」プロジェクト .....</b>	<b>53</b>
<b>4.2.3 「私が好きなあなたの音」プロジェクトの手応え .....</b>	<b>56</b>
<b>5 実践の成果 .....</b>	<b>57</b>
<b>5.1 扱うデータの概要 .....</b>	<b>57</b>
<b>5.1.1 音スケッチデータ .....</b>	<b>58</b>
<b>5.1.2 音エッセイデータ .....</b>	<b>58</b>
<b>5.2 データのコーティング分類 .....</b>	<b>59</b>
<b>5.2.1 問いの種類 .....</b>	<b>59</b>
<b>5.2.1 着眼点の種類 .....</b>	<b>62</b>
<b>5.2.2 コーティング手法 A：問い合わせの数 .....</b>	<b>63</b>
<b>5.2.3 コーティング手法 B：着眼点の数 .....</b>	<b>64</b>
<b>5.3 生活音を暮らしで使うための感性 .....</b>	<b>65</b>
<b>5.3.1 能力の抽出 .....</b>	<b>65</b>
<b>5.3.2 能力の構造化 .....</b>	<b>66</b>
<b>5.3.3 サウンドスタイリングのトレーニングフレームワーク .....</b>	<b>68</b>
<b>5.4 協力者の成果 .....</b>	<b>78</b>
<b>5.4.1 音スケッチの分析例 .....</b>	<b>78</b>
<b>5.4.2 音スケッチの分析 .....</b>	<b>81</b>
<b>5.4.3 音 essay の分析例 .....</b>	<b>93</b>
<b>5.4.4 音 essay の成果 .....</b>	<b>94</b>
<b>5.4.5 実践によって得られた知見/協力者の成果まとめ .....</b>	<b>101</b>
<b>5.5 トレーニングフレームワークのまとめ .....</b>	<b>104</b>
<b>6 考察/今後の展望 .....</b>	<b>105</b>
<b>謝辞 .....</b>	<b>106</b>

文献目録 .....	108
------------	-----

## 図目次

図 2-1 音の関係性 .....	24
図 2-2 FNS ダイアグラム .....	28
図 3-1 FNS ダイアグラムで見るサウンドスタイリングの構造 I .....	32
図 3-2 サウンドスタイリングの構造 I .....	33
図 3-3 サウンドスタイリングの構造 II .....	36
図 4-1 ototto プロジェクトのロゴ .....	38
図 4-2 M ちゃんのイメージ図 .....	39
図 4-3 Yくんのイメージ図 .....	39
図 4-4 浦上（筆者）のイメージ図 .....	40
図 4-5 音スケッチガイドサンプル .....	42
図 4-6 音スケッチ実践の様子 .....	43
図 4-7 Yの書いたエッセイ(9/27) .....	44
図 4-8 M の書いたエッセイ(10/5) .....	45
図 4-9 SFC 体験ツアーの様子 .....	48
図 4-10 作成したチラシ・ポスター、企画の様子 .....	50
図 4-11 作成したカード .....	50
図 4-12 ORF 当日の様子 .....	51
図 4-13 カードに書かれた小エッセイとイラスト抜粋 .....	54
図 4-14 カードの写真 .....	54
図 4-15 対談の様子 .....	55
図 5-1 音スケッチエピソード（1） .....	79
図 5-2 音スケッチエピソード（2） .....	80
図 5-3 音スケッチ全日程の問い合わせの種類総数（M ちゃん）：A .....	81
図 5-4 音スケッチ全日程の問い合わせの種類総数（Yくん）：A .....	81
図 5-5 音スケッチ全日程問い合わせの種類総数（M ちゃん）：B .....	82
図 5-6 音スケッチ全日程問い合わせの種類総数（Yくん）：B .....	82
図 5-7 音スケッチ全日程の着眼点の種類総数（M ちゃん）：A .....	84
図 5-8 音スケッチ全日程の着眼点の種類総数（Yくん）：A .....	84
図 5-9 音スケッチ全日程着眼点の種類総数（M ちゃん）：B .....	85
図 5-10 音スケッチ全日程着眼点の種類総数（Yくん）：B .....	85
図 5-11 音スケッチ日程別の問い合わせの種類総数（M ちゃん） .....	89
図 5-12 音スケッチ日程別の問い合わせの種類総数（Yくん） .....	89
図 5-13 音スケッチ日程別問い合わせの種類中分類総数（M ちゃん）：A .....	90
図 5-14 音スケッチ日程別着眼点の種類総数（M ちゃん） .....	91

図 5-15 音スケッチ日程別の着眼点の種類総数 (Yくん) .....	91
図 5-16 音 essay 全日程の問い合わせの種類総数 (Mちゃん) .....	94
図 5-17 音 essay 全日程の問い合わせの種類総数 (Yくん) .....	94
図 5-18 音 essay 全日程の着眼点の種類総数 (Mちゃん) .....	95
図 5-19 音 essay 全日程の着眼点の種類総数 (Yくん) .....	95
図 5-20 音エッセイ日程別の問い合わせの種類中分類変遷 (Mちゃん) .....	96
図 5-21 音 essay 日程別問い合わせの種類中分類変遷 (Yくん) .....	97
図 5-22 音 essay 日程別着眼点の種類：音/音以外 (Mちゃん) .....	98
図 5-23 音 essay 日程別着眼点の種類：音/音以外 (Yくん) .....	99
図 5-24 自分からの距離 (Mちゃん) .....	100
図 5-25 自分からの距離 (Yくん) .....	100

## 表目次

表 2-1 音の分類一覧.....	19
表 3-1 音の操作パターン .....	35
表 4-1 ototto プロジェクト活動日概要 .....	41
表 4-2 Mちゃんの音 essay タイトル一覧 .....	46
表 4-3 Yくんの音 essay タイトル一覧 .....	47
表 5-1 対象データ概要 .....	57
表 5-2 音スケッチのデータサンプル .....	58
表 5-3 問いの種類 .....	60
表 5-4 着眼点の種類.....	62
表 5-5 コーディング手法 A の様子 .....	63
表 5-6 コーディング B の様子 .....	64
表 5-7 能力の記述の様子 .....	65
表 5-8 サウンドスタイリングトレーニングマップ .....	66
表 5-9 トレーニングマップ色づけ凡例.....	67
表 5-10 トレーニングマップ数値+色づけサンプル .....	67
表 5-11 違和感を捉える能力一覧.....	68
表 5-12 感触を言語化する能力一覧 .....	69
表 5-13 分析的に着眼する能力一覧 .....	71
表 5-14 解釈を組み立てる能力一覧 .....	73
表 5-15 疑問を釀成する能力一覧.....	75
表 5-16 問題点を発見する能力一覧 .....	76
表 5-17 問題意識を釀成する能力一覧 .....	77
表 5-18 仮説を組み立てる能力一覧 .....	77
表 5-19 トレーニングマップでみる音スケッチエピソード (1) .....	79
表 5-20 トレーニングマップでみる音スケッチエピソード (2) .....	80
表 5-21 トレーニングマップ色づけ凡例.....	87
表 5-22 トレーニングマップでみる音スケッチ全日程合計 (Mちゃん) : A .....	87
表 5-23 トレーニングマップでみる音スケッチ全日程合計 (Yくん) : A.....	87
表 5-24 音 essay エピソード コーディング手法 A.....	93

# 1 序論

とある日、考え方をしながら右手に持ったボールペンを「カッチ、カッチ」とゆっくり鳴らしていると、その音が、「ほんと？ほんと？」と私の思考に問いかける声かのように聴こえた。とある深夜、加湿器をつけながら作業をしていると、その沸騰音はいつしか唯一の共同作業仲間となり、私の集中力の支えになっていた。とある昼下がりには、不揃いな足音が自分がさつな性格をそのまま表しているように思え、その恥ずかしさに思わず立ち止まつた。このような出来事が重なり、私はいつからか、身の回りにある音が語りかけてくるメッセージに耳を澄まし、その音との駆け引きを楽しむようになっていた。筆者にとっては今や、生活音は暮らしに必要不可欠な存在にまで成り上がっている。

上記のような体験は、決して筆者特有のものではない。意識するきっかけこそ多くはないが、我々は生活音と様々な関係を築いている。パソコンのキーボード音により仕事に励む気分が増幅されたり、ライターをつける時の渋い音に憧れたり、ドアを強く閉める音で怒りを示したりした覚えはないだろうか。今一度振り返ってみてほしい。生活音により何かを促されることや、生活音を使い何かを伝えようとすることが少なからずあったはずである。

普段気に留めることのなかったあの大量の生活音は、想像以上に密接な関係にある。故に、この音を駆使することにより、生活をデザインすることができる。これらが、筆者の主たる主張である。

本研究は、生活音と人が築き得る関係性に着眼し、暮らしにおける生活音の役割を創造し活用すること目指す。その手法を示すべく、生活音との関係を構築するためのトレーニングフレームワークを実践成果とともに提案する。

## 1.1 生活をデザインする

生活者として、自らの生活環境をよりよくすることへの欲はつきない。スマートフォンを持って素早いコミュニケーション体系を獲得し、高音質なヘッドフォンを買って音楽を楽しみ、電車を乗り継ぎ都内へ出かける。冬には保湿効果のある肌着が重宝し、夏には汗で崩れにくい化粧品に頼らざるを得ない。特に日本では、生活する上で便利な環境が用意されており、それらを活用する権利も多くの人々に与えられている。我々は、身の回りのよりよい“素材”を選択し組み合わせ、自分自身の生活環境をデザインしていると言える。

しかしながら、自らの生活環境をデザインする活動は、受動的に流行や情報を受けて入れるだけはなし得ない。上記のように、他者が生み出したよりよい素材を自分の生活に適用させることは容易であるが、日常の様々なシーンに対応するためには、与えられた環境に自分なりのアレンジを施す姿勢が欠かせないのである。

従って、生活者は自己と素材との関係性を自分の考えを用いて見出すことが求められる。

使用目的に合わせて部屋のレイアウトを考えたり、今年使う手帳の種類を吟味したり、今日着る服を会う相手によって変えたりということがそれにあたる。実際に、一生活者として生活素材との関係性を綴った書物は数多くある。遠藤は、豆皿の役割を自らの着眼点から見直し、それらを活用した暮らしを提案した（遠藤, 2014）。館神は、ライフスタイルや仕事の考え方をもとに、手帳を選ぶためのヒントを綴った（館神, 2014）。

自分自身で暮らしをデザインする行為は多く見られる中、従来の生活環境デザインは、自分の暮らしに新たに「モノ」を導入することが多く見受けられた。最新の携帯電話を買う、新しい手帳を買う、洋服のブランドを変えてみる、ヨガを始めるためにヨガマットを買うなど、物理的な変化を通じて、暮らしのあり方を変化させていくもくろみである。前述した遠藤や館神の取り組みもそれにあたる。モノを用いた生活環境デザインは、「変わった」と実感することが容易であり、手軽に行うことができるようと思われる。

一方、「コト」を創造することによる生活環境デザインも有用である。新たなモノを導入するのではなく、既に暮らしに存在するあらゆる要素の捉え方をえることにより行われるデザインである。例えば、毎日変わらないように思える帰り道を、今日だけレッドカーペットの様に捉えてかっこよく歩いてみる、歩道信号の点滅を誰かの瞬きとして捉えて、自分自身の注意を喚起する、いつも使っているボールペンを相棒だと捉えて、自分の書く文字を相棒の台詞のように大切に扱うなどが挙げられる。他にも、松浦は、自らの生活で役に立った知恵をエッセイにまとめている（松浦, 2009）。平松は、食事にまつわる自身の哲学を語ることにより、食生活へのオリジナリティ溢れるまなざしを披露している（平松, 2010）。新たなモノがなくとも、自分自身が生活環境を見つめ直し、それらを捉えるコトを創造することにより生活は変わるのである。

## 1.2 デザイン素材としての音

聴覚媒体を生活環境でデザインに活用するというアイディアは、古くからある。音楽や報知音など、生活デザインの素材として扱われている聴覚媒体は多く存在する。しかしながら、生活音という、生活者自身が鳴らす音は、その素材として注目されてこなかった。生活音がその役割を見出されてこなかったのはなぜであろうか。より詳しい考察は 2 章で行うが、以下に概要を説明する。

筆者は、上記の論点として、音の「複雑度」及び「発音目的」が関与すると考える。「複雑度」は、時間幅の長さ及び同時に鳴る音の数により判断される。例えば、時間幅が長く、同時に複数の音が鳴る音楽は、複雑度が高い。複雑度が高い音は構成要素が多いため、解釈の幅が必然的に広がり、生活者との関係性が構築されやすい。中でも音楽は構成要素を示す概念が確立されており、細部を捉える知識を学ぶことが可能である。特に調性は、「シ」のあとに「ド」を期待する、といった、「期待」「逸脱」を喚起させることができあり、それらを用いて「不安」「安心」などと言った様々な感情を抱かせることができる（波多野, 1987）。一方で、コップを置く音などの生活音は、時間幅が短い上に、同時に鳴る音は限ら

れるため、複雑度が低い。構成要素が少なくシンプルなため、解釈することが困難である。これが、生活者との関係を築きづらくさせている。音楽に感動するのと同じような感動を生活音に対し持ち合わせることは容易ではないと言える。

「発音目的」は、本来的な音と副次的な音に分けられる。本来的な音とは、発音することを目的とする音を指す。副次的な音は、発音以外の機能を実現するために備えられた手段が発する音である（明土，2011）。鑑賞目的に制作される音楽や、メッセージを伝えるために機器に備え付けられる報知音は本来的な音であり、人間の動作により生まれる生活音や自然の営みが生み出す音は副次的な音である。副次的な音に分類される生活音は、生活者が能動的にそれらを聴き、恩恵を受ける構造が確立されていない。また、他の目的に伴って鳴る音であるため、操作可能性も低く、デザイン素材として扱いづらいのである。

このように比較すると、暮らしの中で我々との関係性を築き、操作をする対象としては、生活音は、あまりに多くのハンディキャップを負っている。一方、音楽はかねてから生活デザインに活用されやすい媒体であり、我々はその手軽さから脱却せずにいる。そんな中でも、副次的な音の集合体であるサウンドスケープをデザインする試み「サウンドスケープデザイン」（シェーファー，2006）、複雑度に欠ける報知音のデザイン（岩宮，2007）（武田，2006）など、音楽以外の音を活用しようという動きは少なからず見受けられる。然るべき手順や能力を用いれば、ハンディキャップのある生活音の活用は多いに可能性を秘めているとも言える。

### 1.3 生活音を暮らしで駆使する

生活音とは、暮らしのあらゆる動作の結果として発生する音を指す。歩く動作により鳴る足音、本のページをめくる動作により鳴る紙の音、ジュースを飲むために傾けたコップの中の氷の音、ストローが水分を吸い上げる音、コップを元の位置に戻す音。これらは、暮らしの中での様々な動作の副産物であり、また、生きる我々のライフスタイルを映す媒体でもある。毎日鳴らし、聴きっぱなしにしている生活音であるが、それらを捉える我々次第で、その音は生活を変える重要な素材になる。

従来、生活音の存在意義を強く主張するものはおらず、暮らしにおけるその役割は見過されてきた。音楽や報知音などの音がデザインツールとして扱われる一方で、生活音を直接活用するような試みは見受けられないことがそれを指し示している。しかし、筆者は、生活音こそ暮らしのシーンを変える重要なツールになり得ると確信をしている。自分自身が鳴らす音を活用することにより、より能動的に生活環境のデザインが可能になることをここに強く主張したい。本研究では、この行為を「サウンドスタイリング」と名付ける。

前述した例で言うと、ボールペンの音は、思考に問いかけることで考える速度や方向性を調整してくれる。加湿器の音は、深夜作業の孤独感を解消し気分を整える機能として働く。不揃いであった足音を乱れずに鳴らせば、その音を通じて「かっこいい女」を演出することができる。生活音はあらゆるシーンで、我々に確実に作用しているのである。活用

しない手はない。

#### 1.4 感性という能力

生活音は、音楽に比べ構造がシンプルで、かつ副次的な音であるためなかなか耳に留まらない。しかし、受け取る情報がどれだけ素朴であれ、世界のあらゆる現象も拾い上げ、関係を構築することは可能である。このような能力は、新しいものを創造する上で必要不可欠であり、「感性」や「創造性(creativity)」という言葉に置き換えられながら論じられてきた。「生活音を用いて暮らしをデザインする」という創造行為においても、それに見合った感性が重要とされる。

「感性」という言葉の定義は、これまでにも研究者の間で様々な調査、研究、提案が為されてきたが、すべての分野に適応可能な明確な定義は、未だに提言されていない（武田, 2006）。デザイナーのような特殊な能力をもつものだけに与えられた才能であり、創造行為の中で突然発揮されるものと捉えられ、その正体はブラックボックスとされてきたためである。

しかしながら、「才能」であると片付けられていては、そのプロセスに踏み入れることも、またそれらを獲得するすべも得られない。このような問題意識を持った研究者は、創造的な行為で行われているプロセスに仮説を立て、感性という能力が担う働きを提示してきた。ギブソンは、人間が受容する刺激と認識される情報の量には乖離があると論じ、認識することのなかつた刺激を新たに発見することが重要であると述べた (Gibson & Gibson, 1955)。ワイズバーグは、「創造的な思考は特殊なもののように見えるが、そのプロセスは決して異端なものではない」と主張し、特殊ではない思考(ordinary thinking)がどのように創造行為に貢献するかを議論した (Weisberg, 1993)。後に諏訪は、「感性は人が環境に偏在する変数や情報と相互作用を起こして新たな価値を生成するプロセスの源である」と仮定し、自分と環境の間に成り立つ関係を進化させることの重要性を述べた (諏訪, 2007)。平嶋は、感性教育をテーマにアンケートをとり、「言葉」と「経験（体験）」の2つの学習こそ感性を構築するとの仮説を立てた (平嶋, 2013)。

上記のように、先行研究が指摘する能力は、創造行為の一端を担うものであり、感性の善し悪しを保証するものではない。つまり、これらの能力に長けていることがすべての分野の創造行為において有用であるとは一概に断言できない。感性は客観的評価基準で善し悪しを判定できない対象である上 (諏訪, 2007) に、その善し悪しは目的に応じて変化する存在でもある。

つまり、必要とされる感性はフィールドや活動の目的に応じて示さるべきであると考えられる。目標を設定した上であれば、その能力がその目的に近づいているか否かを判定することができる。例えば、エドワーズは、絵を描くスキルは誰にでも学べるものとし、書くために必要な特殊なものの見方を提案した (Edwards, 1988)。加藤らは、まちあるきに必要とされる、自分を取り囲む時空間を認識する感性を育むためには、目に見えている

物理的な要素とそれから得られる解釈の関係を言語化できることが重要であると主張し、それを促すツールの開発にも至った（加藤 & 諏訪, 2013）。このように、各々フィールドや活動の目的ごとに目指すべき方向性を見極めることで初めて、必要となる感性を明確にし、評価や育成が可能となるのである。

## 1.5 生活音と接する感性を探る

生活音にも、それと接するための能力が存在する。一見、生活音を聴き、鳴らすための能力はいらないように思われる。生活が変わるほどの能力が潜む対象ではないようにも思える。しかしながら、実は能力に長けている人とそうでない人には大きな差が存在する。

筆者は兼ねてから、「足音バス」の存在を問題視してきた（浦上, 2014）。足音バスは、オシャレな装いをして身なりに気を使う一方で、自身のハイヒールの出す足音が不規則で鋭く下品なことに気づかない。彼らは、生活音と接する能力に長けておらず、いつまでもそのアンバランスさ、かっこ悪さを問題視しない。足音に限らず、自分が鳴らす音に無頓着でいる人はあまりに多い。

生活音との関係に敏感になり、それと接する能力を向上させるにはどうすればよいのだろうか。このような問い合わせに答えるべく、本研究の第一の目的を「生活音を用いて暮らしをデザインする」という創造行為に必要な感性とは何かを問い合わせ、仮説を提案することに置く。生活音という媒体の特徴を踏まえながら、生活者自身が実践するまでに必要なプロセスを示す。

## 1.6 暮らしに取り入れる

生活音を用い、暮らしをデザインする行為は、ごく日常的に行われることが望ましい。暮らしのあらゆるシーンの中で、ふと、「この空気を変えたい」「相手に何か伝えたい」「気分を変えたい」などの目標が生まれ、それに対応する形で生活音が活用されるのである。作曲のように「さあやるぞ」と意気込み、長時間かけて1つを完成させるものではなく、日常的に使いこなすべきものなのである。

つまり、生活音を駆使する行為を暮らしの中に取り入れることが必要となる。これは、1.5の通りに生活音を用いて暮らしをデザインするという行為に必要な感性を示すのみでは、不十分である。

上記の問題は、ワークショップの実践においても課題の一つとなっている。ワークショップとは、参加型学習や体験学習などと呼ばれる新しい学び方のスタイルであり（中野, 2001）、近年各方面での実践報告が見受けられる。主催者は、参加者を触発することを狙い、参加者は参加体験型の学びを受けることにより、暮らしの中に新たな着眼点を取り入れることを期待している。しかし、一方で、ワークショップは単発的に行われるイベントのような形で開催されることが多く、多くの人にとってそれは「非日常」である。非日常での

学びを活かして、日常の現実に取り入れることは、容易なことではない。そのため、ワークショップでの体験と参加者の現実生活とのギャップを橋渡しする工夫が必要であると中野は指摘する。

本研究では、上記の指摘を参考に、暮らしに取り入れるための橋渡しとなる手法を考案し、実践する。よって、第二の目的は、生活音を暮らしで活用する行為を暮らしに取り入れるための手法を実践し、その成果を示すことにある。協力者 2 名と共に、プロジェクト活動に取り組み、筆者の試行錯誤及び協力者の変化を考察する。

## 1.7 本稿の目的及び構成

本研究の目的は以下に整理される。

①「生活音を用いて暮らしをデザインする」という創造行為に必要な感性を探る

協力者 2 名とともに、生活音にまつわるアクティビティを実践する。彼らが実践のなかで用いた能力を整理することにより、生活音という媒体と接する感性のあり方を知る。

②生活音を活用する行為を暮らしに取り入れる手法を考案、実践し、その成果を示す。

本稿の構成は、次の通りである。第 2 章では、本研究にまつわる先行研究をもとに、「音」「暮らし」「感性」の観点から研究背景を論じる。第 3 章では、サウンドスタイリングの定義や構造を明確にし、筆者の目指す「生活音を駆使した暮らし」のあり方を述べる。第 4 章では、協力者とともに半年間行ってきたアクティビティの実践内容に触れ、筆者が他者に施してきた様々な仕掛け及びその試行錯誤を論じる。第 5 章では、その成果を考察する。

最後に、第 6 章にて、考察と今後の展望をまとめる。

## 2 研究背景

### 2.1 はじめに

本章では、本研究の動機を詳しく述べ、本研究に関連する社会的な動向を考察する。本研究は、大きく、「生活をデザインする」手法として「音」を活用ために必要となる「感性」とはいかなるものかを問い合わせ、その仮説を立てるものである。本章では「生活をデザインする」「音」「感性」の3つのキーワードに関連する研究を、本研究の問題意識と繋げながら議論する。

2.2章では、巷で蔓延る「QOL」という言葉をたよりに、暮らしの質をあげることはどういうことであるかを問うた上で、生活者自身が自らの暮らしをデザインすることの重要性を説く。2.3章では、聴覚媒体がその素材として扱われてきた背景を述べ、多様な種類の音の存在とその特徴について考察する。従来、プラスの効果をもたらす媒体として着目されてこなかった生活音を扱う有用性を論じ、本研究の位置づけを明確にする。2.4章では、従来の感性研究を参照しながら、本研究の目指すべき感性のあり方を問う。

### 2.2 生活をデザインする

#### 2.2.1 与えられた暮らし

QOL (Quality Of Life) という言葉が蔓延っている。QOLとは、物理的な豊かさやサービスの量、個々の身辺自立だけでなく、精神面を含めた生活全体の豊かさと自己実現を含めた概念を指す（中谷、2007）。

「生活の質を向上する」と聞いて、経済的に裕福で不自由の無いこと、最先端のテクノロジーを装備した機器により利便性を得られることなどを想像することは容易である。そして、我々はその良さを与えられるがまま取り入れ、それらにより暮らしが向上したと感じる。新しい携帯電話が発売されれば、その機能の向上を追い求めて購入の予定を立ててしまうし、移動しようと思えば、一番楽で安いルートを検索し、あらゆる交通機関の恩恵を受ける。評判のいいレストランは、自分の舌に合わなくとも「美味しい」と錯覚してしまっているかもしれない。多くの人に認められたよりよい商品や環境をそのまま取り入れることは、決して悪いことではないが、社会が認めた価値をそのまま鵜呑みにしてしまうことは少なからずある。

しかしながら、第三者が判断できるような物理的な豊かさのみが、我々の生活を充実させる訳ではない。中谷の定義にもあるように、良いモノを物理的に集め生活水準を上げるのではなく、精神面や生活全体が自分の求める状態であることが、生活者にとっての「質」の向上となる。QOLを意識して暮らすことは、生活者各々が満足する状態を発見し、それを実現しようとする姿勢を得ることであると解釈できる。では、「生活者自身が満足する状態を発見する」というこの行為が、我々にどれだけできているのであろうか。

### 2.2.2 自己実現のための設計-生活環境デザイン

生活者一人一人が持っている生活を「よりよくする」する行為は、「生活環境デザイン」と呼ぶことができる。デザインというと、奇麗なものや機能的なものを生み出すといったイメージがあるかもしれないが、その文脈で言えば、生活環境デザインとは、生活をオシャレにしてみたり、生活に足りない機能を補ったりする行為である。

自らの生活環境をデザインする行為は、自分の暮らしの中で発見した問題点を解消しようという欲を持ってして初めて行うことができる。「デザインはまさに、表現系自体を発見しながら問題発見的に世界との新しい関わりを構築する行為である」と諏訪が述べるよう (諏訪, 2004)、不満な点を自分で見極め、それを実現する目標を立て、実行するという試行錯誤を繰り返し、徐々に自分の満足いく状態に近づけていくプロセスが重要となる。

この行為は、受動的に流行や情報を受け、暮らしに取り入れるだけはなし得ない。流行しているものが自身の求めているものと合致することもあるが、多くの場合そうはいかない。なぜなら、自身の生活の問題点は、自分自身でしか発見できない上に、試行錯誤が必要であるためである。

課題に集中しようと、雑誌に提案されている通りに部屋の机の向きを窓に向かたとしよう。最初は、部屋の中の誘惑を見ずに済み、広い場所を眺める開放感から、集中が促されたとしても、たまたま夕方の犬の散歩が多い時間帯で、動く物体を背景に作業することにもなり得る。そうなると、問題は机の向きだけではなく、作業をする時間帯や、PC を置く位置の調整へと移る。このように、暮らしの些細な問題点を解消するためには、実践した結果を観察し、試行錯誤しながら改善することが求められる。我々は能動的に考えない限り、その状況に依存した解は得られないのである。従って、生活者は自身と素材との関係性を自身の考え方用いて見出し、デザインすることが求められる。

生活環境デザインには 2 つの手法があると考えられる。モノを導入するデザインと、コトを醸成するデザインである。

### 2.2.3 モノを導入するデザイン

モノを導入するデザインは、物理的に何かをプラスすることにより、見た目を華やかにしたり、機能を追加することである。これらは、世の中に既に出回っている「暮らしを豊かにする」と謳われた道具を選択することで簡単になし得る。最新の携帯電話を買う、新しい手帳を買う、洋服のブランドを変えてみる、ヨガを始めるためにヨガマットを買うなどがそれにあたる。物理的な変化を通じて、暮らしのあり方を変化させていくという手法である。モノを用いた生活環境デザインは、「変わった」と実感することが容易であり、比較的手軽に行うことができる。

例えば、遠藤は、豆皿を暮らしに取り入れることにより、食事のシーンをコーディネートしている (遠藤, 2014)。調味料やおかずを豆皿に乗せるとその存在感が引き立ち、オシャレな演出ができるという彼女の通りに豆鉢を使えば、筆者も同様の効果を得ることができ

るだろう。手帳の使い方を提案する館神は、月間ブロックタイプ、週間レフト式タイプなどの一般的な手帳の種類それぞれに対し、その機能を説明している。月間ブロックタイプは大まかなスケジュールや複数日に渡るスケジュールを俯瞰するに適している。彼に学ぶことで、自分の目的にあわせて手帳を選び活用することは容易に行える（館神, 2014）。

しかしながら、既にある機能を活用するだけでは、我々は「すでにある選択肢から選んだ」にすぎない。選ぶという過程にも、自分の暮らしとの兼ね合いを考えたり、好みやシチュエーションなど多くのことを考えるであろう、しかし、既に機能の備わった道具を一端取り入れてしまえば、その恩恵を受けるに留まってしまいがちである。筆者は、生活環境デザインは、モノを取り入れるに留まるべきではないと考える。

#### 2.2.4 コトを醸成するデザイン

デザインは、人が自分の意識を変えることによって行うことも可能である。コトのデザインとは、新たなモノを取り入れるのではなく、既にあるものの捉え方を創造する行為である。既に身の回りにあるものを再解釈することで、予期せぬものが画期的に働いたり、身近なもので簡単に気分を変えたりすることができる。例えば、コンタクトレンズを忘れ、視界がぼやけた憂鬱な日には、いつもの信号がぼやけ、イルミネーションのように見える。信号に対し、「イルミネーション」という新たな解釈を加えることにより、コンタクトレンズを付けない帰り道に、冬の醍醐味が加わる。視力が0.3程度の筆者には、コンタクトレンズをつけ忘れるともう一つ良いことがある。3m以内にあるものはくっきり見える一方で、それ以上に遠いものはぼやけて見える程度の視力なのだが、その視力で野外に出てみると、自分の視界が一眼レフになるのである。目にとめているものの背景に広がるぼやけた世界をリアルタイムで体験したい時は、あえてコンタクトレンズを外してみても良いかもしれない。

松浦は暮らしのコツを集め、書籍にまとめている（松浦, 2009）。彼は旅先での地図を事前に用意するのではなく、自分で書き上げることに魅力を見出している。自分を案内する役割をもつはずの地図を、自分の歩いた道そのままから生み出す作品として捉えているのである。平松は、日常にあるおいしいものや、食事にまつわるエッセイを綴っている（平松, 2010）。白い器は陶器か磁器かでその味わい方が違うという。色を吸収しない磁器は気兼ねなく使える一方で、色を吸収してしまう陶器の色味の変化を楽しんでもいる。両者の特徴や役割を見出し、生活におけるその存在感を活用しているのである。

このように、既に身の回りにあるものの捉え方を変えることにより、暮らしの中で使える道具やシチュエーションは一気に増える。これらを活用し、暮らしを変える取り組みが、コトを醸成するデザインである。

## 2.3 音と暮らし

生活音との関係性を創造し暮らしをデザインしようという本研究の主張も、コトを用いた生活環境デザインにあたる。そもそも、聴覚媒体は暮らしの中でどのように活用されているであろうか。本章では、生活空間に存在する音を分類し、それぞれの特徴を考察する。

### 2.3.1 暮らしで聴く様々な音とその扱い

本節では、我々の暮らしに存在する音を分類し、それぞれの定義や特徴を整理する。暮らしの中でどのように扱われ、我々が示すその態度をまとめた。まず、暮らしの中にある音を表2-1の通りに分類した。

表 2-1 音の分類一覧

分類名	概要
①音楽(music)	時間の進行の中で、一定の法則に基づいて組み合わせられた音の連なり
②人の声(voice)	人の発声器官から発せられる音
③報知音(notification sound)	特定の情報を伝えるために機器などに備え付けられた音
④操作音(short tones)	機器を操作する際に、その操作のフィードバックとして返される音
⑤交通音(traffic sound)	電車、車などの交通手段が鳴らす音
⑥自然音(nature sound)	風や雨など、自然の営みにより生まれる音
⑦生活音(life sound)	生活を営む上で生活者が鳴らす音

これらは、生活をデザインする素材として音を解釈した場合に重要な分類である。次に、それぞれの分類の説明をする。

#### ① 音楽 music

音楽は、世界共通言語とも言われるほど、多くの人にたしなまれる存在である。一種の芸術作品であり、また、メッセージを伝えるための表現媒体でもある。その構造の複雑さにより作曲家やプロの楽器演奏者はこの媒介を通じた表現への可能性を信じて止まない。筆者も、ヴィオラをたしなむ音楽ファンの一人である。

音楽から感情を抱くことは難しいことではない。我々は音楽から感情を誘発されているためである。構成要素を示す概念が確立されているため、調性、音程、リズム、演奏手法など、その要素を学び捉えることは困難なことではない。それらが変われば、音楽全体が変わり、我々の受ける印象も変わるといった構造が既に形成されている。特に調

性は、「シ」のあとに「ド」を期待する、といった、「期待」「逸脱」を喚起させることができが可能であり、それらを用いて「不安」「安心」などと言った様々な感情を抱かせることができる（波多野，1987）。

音楽は、生活環境を変える道具としてもその魅力を発揮している。カフェに行けばオシャレなジャズがその空間を飾り、夏のドライブ中にはテンションを上げるためにハイテンポな音楽を当たり前のようにかける。個人の趣味としてだけでなく、近年では、音楽を用いた客引きなどが、マーケティングの一手法としても提唱されつつある（齋藤，2011）。感情の誘引だけでなく、行動までを変える媒体なのである。

また、演奏を行うことができるため、その音の成り立ちを感じることが可能である。実際に身体を力ませ、目標とする音が鳴らせたときの喜び、またその難しさは音楽の醍醐味の一つである。身体を伴わせることは、その成り立ちを知る上では欠かせない行為である。

今や、音楽が変われば空間の印象や我々の感情が変化することは当たり前のように考えられている。その効果への期待は高く、音楽に対し価値を見出し、お金を払いその音楽体験を求める。我々の音楽と接する姿勢は整えられ、演奏することや生み出すことにも長けている。聴覚媒体の中では、歴史的にも認められてきた存在であろう。

## ② 人の声(voice)

小説を読むとき、詩を読むときは、誰の声で再生しているであろうか。知らない人、どこかで聴いたことのある声の持ち主、俳優、友達、自分自身など、声帯を有するものであれば、誰もがその音をアイデンティティとして持っている。声を聴けば、人柄が想像でき、顔まで見えてしまいそうになる。声という媒体は、人と深い関係にあり、コミュニケーションのツールとしては欠かせない。発せられる音の中には、言語があり、その中にあらゆる意味を通じてやり取りをする。イントネーションやアクセント、音量などをもとに、その人の感情を読み取ったり、出身が分かったりなどもする。

我々は声を聴けば、その内容に耳を傾ける。そして、声を出すときにも、対話が成り立つよう配慮する。そこに人の存在を感じることができ、やり取りができる媒体として、大きな役割を担う存在である。

## ③ 報知音(notification sound)

報知音や操作音は、電子機器に備え付けられた、短い音である。生活家電などに取り入れられていることが多い、生活を邪魔しないように短く設計されていることが多いが、その短い間で、メッセージを伝えなければならない。お風呂が湧いた、洗濯が終った、PCの容量がいっぱいである、ゴミ箱を空にした、エラーがでた、残金不足だ一思い返せば、様々なシーンでこれらの音に助けられていることが分かる。声のイントネーションを模倣しつつも、報知音らしい「声」を持ち始めているのも事実である。年々、そのデ

ザインの手法が研究され、人の感性に訴えかけるような「音を売りにした商品」の開発が進められている(岩宮, 2007)。

報知音は、その場でその機器の状態を確認しなくとも、音で伝えてくれるというものである。つまり、遠くにいて目を離していても、タイミングを知らせてくれるものである。家事で家中動き回っている主婦は、この音と自分のこなす動きのタイミングを合わせ、効率よく作業が進むよう駆け引きをしているかもしれない。報知音は、機械と人間のコミュニケーション媒体とも言えよう。音楽は音を媒介として作曲者や演奏者の意図を汲み取るが、報知音はその背後にある伝達者が機械であるため、より音そのものと対話をしているように感じることができる。後々、報知音に人間性を感じ取ることができるようになるのではないかと筆者は感じている。

一方で、伝えてくれる音があるということは、機械そのものの稼働音からその状態を読み取る能力はないがしろになってしまう可能性がある。クーラーが稼働しているか否かは、報知音ではなくその動作音から判断しなければならないし、炊飯器がお米を炊いて高温の蒸気を出しているか否かは、その沸騰音から判断される。報知音があることにより隠されてしまう機器からのメッセージも、受け取ることを忘れてはならない。

#### ④ 操作音(short tones)

操作音は、「手応え」を伝える媒体である。自分の動きの結果として鳴る音を拡張し、その操作の正しさを伝える。

近年では、画面全体をタッチすることにより操作するスマートフォンが流行し、指先で触ったかどうかのフィードバックが薄くなっている。パソコンのキーボードやガラパコス携帯電話のような物理キーのように、触覚的な手応えが無いのである。つまり、触覚の代わりのフィードバックとして、操作音の需要が上昇することが考えられる。

しかしながら、スマートフォンなど日常的に使う電子機器の操作音をあえてつけている人はあまり見受けられず、邪魔な存在として扱われているという調査もある(岡崎)。ゲームの操作音などはそのアクションにより大きく異なり、プレイ時の快感につながることが想像できるが、スマートフォンなどの基本操作には必要ないと判断されてしまう存在であることが読み取れる。

#### ⑤ 交通音(traffic sound)

交通音は、電車や車など、移動手段とする乗り物が鳴らす音を指す。後に指摘するサウンドスケープ(シェーファー, 2006)を構成する音としては主役級であり、人々の中で明示的な意味を持ち始めている。例えば、車の走行音は静かすぎるとその存在に気づかないためあえて大きく作られたり、ドライバーに運転している感覚を実感させるために意図して作られることがある(トレジャー, 2011)。

また、交通音は移動の現れであるため、旅や別れを象徴する感傷的な音であるとも捉

えられている（シェーファー，2006）。特に汽車の音は、長年、音楽と同じように、音と思い出を結びつけ、感情誘引する音であったとされる。

以上のように、交通音は、身近な音である一方で、車の走行音のように存在を知らせると言った情報伝達としても、汽車の音のように感情を誘引する媒体としても働く。移動という行為が、我々の生活と密接な関係にあるため、必然的にその音との関係性も構築されているのではないかと考えられる。交通音は、時代とともに変化してきた音であり、我々の思い出にも強く刻まれる音なのである。

#### ⑥ 自然音 (nature sound)

自然音は、鳥のさえずり、川のせせらぎなど、心を癒すとされるものが代表的である。もちろん豪雨が傘にあたる音、台風の音などの力強い音もそれにあたる。天候によってはその威力を痛感するが、一方で、豊かな自然の減少に伴い、その希少価値も高まりつつある。シェーファーは、我々を取り囲む音の変化は、文化・文明の変化を示すものであることを強く強調した。文明の進化により交通音が増える一方で、聴こえなくなる自然音の存在を、我々はどれだけ認識しているであろうか。

消え行く自然音への問題意識を持つものたちは、自然を守ろうとする一方で、自分の生活には自然音の CD を取り入れながら暮らしを調整することもある。擬似的な音ではあるが、穏やかな自然の音に癒しを求め、音楽をかけるように自然と自らかける人も少なくはない。自分がいる環境を彩る素材として、必ずしも飾り気のある音楽だけがそれを叶える訳ではないことを、改めて確認したい。

#### ⑦ 生活音 (life sound)

生活音は、音楽のように演奏をしたり、感情の誘引を期待したりすることも無ければ、人の声のようにコミュニケーションツールとして捉えられることも無い。報知音のように情報を求めることも無ければ、操作音のように邪見に扱われることも無い。交通音のように時代の変化を象徴することも無ければ、自然音のように癒しを求められることも無い。我々自身が鳴らす音は、従来、気に留められてこなかったのである。

気に留められることがあるとすれば、マンションの上の階の人の足音がうるさい、などと言ったトラブルの原因として登場する時くらいである。自習室や図書館では音を鳴らさないよう注意し、注意しなくても良い場所では、その存在すら忘れてしまう。

しかしながら、生活音は、我々の暮らしそのものである。朝目が覚めて、寝返りを打てばシーツの音が鳴り、その温かさ、柔らかさを感じる。コーヒーを飲めば、カップを手に取る音、飲み込む音、一息つく音、カップをソーサーに戻す音があり、一日始まりを表す。支度をし、鞄の中を整理する音は、そのリズム感から朝の忙しさを物語る。我々は、これらののような動作をすることに音を鳴らしており、その音から知らぬ間に「朝」を感じているのである。普段気に留めない傾向にある音だが、こんなにも暮らしを表し彩る働きを担

っているのである。

①～⑥で述べてきた音の特徴は、どれもその音と接する価値を見せるものであった。演奏による表現の可能性、感情の誘引効果、コミュニケーションツール、情報伝達、時代の象徴、癒し効果など、どれもがその音を聴く意義を感じさせるものである。従来、生活音にこれらのような可能性は見出されてこなかったが、筆者は、生活音という暮らしの動作そのものの結果として鳴る音だからこそ、蒸気に上げたすべての意義を有する可能性を持つと考えている。

音楽をたしなむように生活音をたしなむこともできれば、楽器を弾くように生活音を演奏することもできる。バーでなる氷の音は、音楽と同様に魅惑的な雰囲気をだし、その鳴らし方一つで自己演出もできる。人の声のように、その音を聴いて人の存在を感じることもできる。人が鳴らす音は、その人の行為や選択の結果であるためである。生活音は、コミュニケーションツールとしても使える。例えば、忙しさを伝えるためにPCのキーボードを鳴らして話しかけないこと促す、といった風に。

我々は、生活音に潜む価値を、未だに見出せないでいるが、そこには多様な可能性が潜んでいるのである。

### 2.3.2 音の関係図

生活音が気に留められない媒体であり、生活をデザインする素材として扱われてこなった理由はどこにあるのか。表 2-1 で分類した音を、図 2-1 に音分類の関係性として図示した。それぞれの音の特徴をマッピングし、生活音がその価値を見出されない原因を探る。

横軸は、その音の複雑さを表している。ここで言う複雑さとは、時間幅の長さ、及び同時間でなっている音の種類の多さの掛け合わせである。例えば、音楽は少なくとも 20 秒～数 10 分を掛けて表現され、更に同時間で多くの種類の音が鳴っているため、複雑さが高い。一方、報知音は、数秒の音楽が用いられる場合もあるが、基本的には生活を邪魔しない程度の数秒の長さが守られ、使われている音の種類もシンプルである。それぞれの音分類の中にも細やかな分類が存在するはずであり、それにより特徴が違う場合があるが（音楽でいうジャンルごとの特徴の違い、交通音でいう走行手法の特徴の違い）それらを捨象した上でもこの図式は成り立つと判断した。

縦軸は、該当する音分類が本来的であるか、副次的であるかの軸である。明土は、音を鳴らす媒体（振動源と名付けている）を上記の 2 分で表現しており（明土, 2011）、この考えをここにも借用する。本来的な音とは、発音することを目的とする音を指す。福次的には、発音以外の機能を実現するために備えられた手段が発する音である。「情報を通知する」という機能を備えた報知音は、本来的であり、歩く、食事をするなどの別の目的を叶えるためになる生活音は福次的となる。

音楽は鑑賞や空間の雰囲気を変える為に使われ、報知音や操作音は、情報を伝えるという目的の果たすための音である。これらは、既にデザインツールとして扱われるべきとさ

れている音である。

本来的な音の中にも、アート作品として扱われる音楽は最上位に、メッセージを伝えるという役割を持つ報知音はその次に位置する。操作音は、電子機器の操作のフィードバックをする目的で作られた音であるが、人の動作により副次的になる音であるため最下位に位置する。

副次的な音の中でも交通音は人々の中で明示的な意味を持ち始めている。前述した通り、車の走行音は静かすぎるとその存在に気づかないためあえて大きく作られたり、ドライバーに運転している感覚を実感させるために作られたりすることがある。副次的な音であるが、意味や意図を有する音なのである。自然音は、本来的な音になるにはほど遠いが、川のせせらぎや雨の音にいやされることは少なからずあり、それらを収録したCDなども発売されている。

音これらの事例と比較すると、生活音はシンプルであり、かつ副次的な音であることが、その価値を見出されにくくさせていると考えられる。つまり、生きる上で動作をすることは必要であるが、その副産物として音が鳴っていることには大きな意味を持たない。そして、構造上単発的でシンプルであるため、聞き逃されてしまうのである。耳を留めるための動機が起こりづらいと解釈できる。

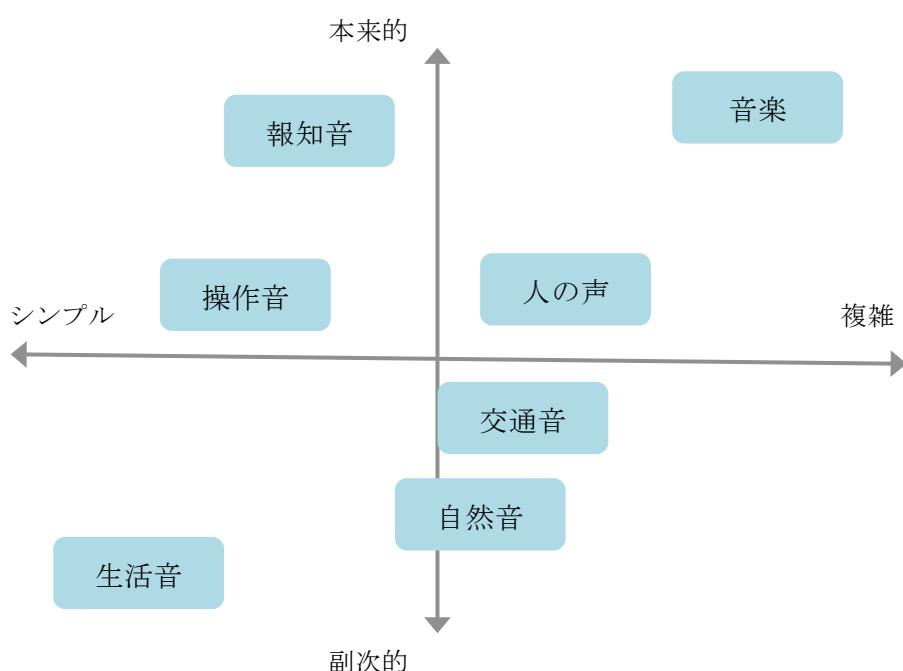


図 2-1 音の関係性

### 2.3.3 暮らしの音を聴く姿勢 -サウンドスケープという概念

2.2.1では暮らしの中の音とそれに対する生活者の姿勢をのべ、2.2.2では、生活音が気に留められない原因として副次的であることとそのシンプルさを指摘した。しかし、筆者は、いくら素朴であれ、生活音にも役割を持つことができると考えている。つまり、本来目的を持って鳴っている音でないとその意味が見出されないという、従来の音の聴き方を問題視したい。音に対する姿勢を整え直す必要がある。

筆者のこの考えの起源は、サウンドスケープという概念との出会いにある。サウンドスケープは、とある生活者が聴く音の風景を指す（シェーファー，2006）。彼がサウンドスケープを論じる上で指摘している重要な点は2点ある。

1点目は、サウンドスケープを聴取する姿勢を音楽に近づけよというものである。サウンドスケープには、交通音や自然音、生活音が含まれるため、その時代の文化や暮らしの営みが映し出されている。時代の変化や文明の進化に伴い変化するサウンドスケープに対し、シェーファーは、その騒音公害を指摘している。我々は、必要な文明を手に入れる一方で、それに伴い鳴る音に対して無関心であり、それが騒音公害の原因となっていると指摘した。この問題に直ちに手を打たなければ、最終的には世界中の人間の耳がおかしくなるとさえ予告している。シェーファーは、身の回りで鳴る音を聞き捨てせずに、音楽のように捉えることで、空間内の音にまつわる研究が前進するのではないかと考えた。

筆者はこの考えに賛同している。鳴らしちゃなしへではなく、鳴る音にも理由があり、鳴った先にも影響があると考えることは、その音への関心をかき立てる。音楽のように誰かが作ったものではなくても、鳴ってしまっている音を、姿勢を正して聴き取ることで発見もあれば、自分が鳴らす音を変えようと思うことさらできる。生きる上でどうしても出てしまうゴミの内容を改めて見てみると自分の生活習慣が分かるように、動作のたびに大量生産されゴミのように扱っていた音は、多くのものを物語るのである。

シェーファーが指摘した2点目は、サウンドスケープは、主観的に聴取されるということである。彼は「耳の証人」という言葉を頻繁に出し、聴くという行為への信頼を示している。つまり、物理的な状況などから説明のつく音空間ではなく、一生活者が体験した主観的な音空間の説明に信頼を置いているのである。音は、物理的に波として存在するものであるが、問題となるのは、それを人がどのように聴取するかである。

シェーファーの主張通り、音は主観的に聴取されるものであり、その印象を決めるのも聴取者自身である。同じ音でも、人によって聴こえ方が違うのである。これはつまり、自分の聴き方次第では、その音空間の印象が大きく変わることがあるということである。自分にしか聴こえない音の世界があると捉えることは、音の聴き方を変えていく姿勢を持つコトにもつながる。これは筆者の主張する生活音への問題意識と同様である。

シェーファーの提唱により、暮らしの音をデザインする活動も続々と動き始めている。「サウンドスケープデザイン」と呼ばれており、空間の中の音をオーケストレーションするように、デザインすることができるというものである。

小松は、京都タワーを初めとし、日本の文化を誇る京都のサウンドスケープのデザインに注力している（小松, 2009）。また、騒音など、公害のある音への対策や、街のシンボルサウンドを守る運動なども多く行われており、守るべき音の風景が注目を浴びている（環境省, 1996）。

サウンドスケープデザインをする上で、暮らしの音の扱い方についても示されてきている。鳥越は、4つのデザイン手法を定義している（鳥越, 2006）。サウンドスケープデザインを、音を対象とするデザイン行為として捉えた場合、プラスのデザインとは音を作る行為である。また大切な音を保全し、音そのものに変化を加えないものをゼロのデザイン、不必要的な音を削除するデザインをマイナスのデザインと定義している。更には、様々な音による情報が錯綜する空間で、それらの情報が伝わるように整理していく行為を整理整頓のデザインとしている。デザインの手法を示すことにより、暮らしの音が変わることによる大きな効果を暗示している。

サウンドスケープという概念の提唱により、聴き流されていた音に耳を傾け、その聴き方が問われた。筆者は、どんな素朴な音にでも、このような姿勢で接するべきであると考える。

## 2.4 感性

生活音が生活環境デザインとして未だに扱われていない理由は、その素朴にあると指摘した。我々がその音から解釈できることも少なく、さらにはそれらを操るメリットも感じられない、そんな存在と見なされてきた。しかし、受け取る情報がどれだけ素朴であれ、世界のあらゆる現象も拾い上げ、関係を構築することは可能である。この能力は「感性」と呼ばれ、あらゆる研究分野において関心の的となっている概念である。本節では、本研究の目的を叶えるために必要な感性のあり方を問う。

### 2.4.1 創造行為を支える能力

「感性を育む教育」「いい感性してるね」など、日常的に使われるこの用語であるが、様々な使われ方をされているが故にすべての分野に適応可能な明確な定義は、未だに提言されていない（武田, 2006）。五感で感じる「感覚」とは異なり、そこに個人固有の性質などが絡んだ、世界を捉えるまなざしのようなものであろうか。篠原は、情報を受け取るだけの五感の働きとは別物であると指摘し、情報を抽出し同時に外界に対して情報を発信する能力であると述べた（篠原, 清水, & 坂本, 1996）。

感性は、デザイン研究をはじめ、創造行為を支える能力として扱ってきたが、従来、感性という能力は、教わることのできない、得体の知れない能力として捉えられていた（Edwards, 1988）。「Creative leap」という言葉もあるように、何かを創造する行為の中には、どこかに leap があり、その中身を解き明かすことは困難であるとされてきた（Noy & Hart, 2012）。例えば、とあるシンガーソングライターが、歌詞の最後の一行だけ浮かばず、少し放置していたところ、レコーディングの最中に歌詞が浮かび、その場で曲を完成させることができたという。納得のいく一行を見つけるにあたり、彼女の内で何が起きていたかを彼女の行動からることは難しく、彼女自身も「放置していた」という自覚しかなく、何が影響して思い浮かぶに至ったのかが分からぬという。アイディアが舞い降りる、と良く言われるように、いきなり出現したかのように見えるのである。

しかしながら、それらを「才能」と括ってしまっては、そこで行われているプロセスに踏み入ることも、それらを獲得することもできない。ワイズバーグは、「創造的な思考は特殊なもののように見えるが、そのプロセスは決して異端なものではない」と主張し、特殊ではない思考(ordinary thinking)がどのように創造行為に貢献するかを議論した（Weisberg, 1993）。つまり、いきなり何かすごいことを起こすのではなく、ごく一般的な、説明のつくプロセスこそが、創造行為を支えているのではないかと考えられる。多くの研究者は、そのプロセスに踏み入れた仮説を多く提唱してきた。

ギブソンは先陣をきって、人間が受容する刺激と認識される情報の量には乖離があると論じ、認識することのなかった刺激を新たに発見することが重要であると述べた（Gibson & Gibson, 1955）。

ウォレスは、創造的な思考には次の5つの段階があると述べている。①準備(Preparation)、

②孵化(Incubation)、③洞察(Insight)、④評価(Evaluation)、⑤記述(Elaboration)の5つである。①準備では、未解決な問題にまつわる知識を集めた、それに対する好奇心を醸成させる。問題そのものはこの時点ではっきりしていないことが多い。②の孵化では、様々な知識が無意識の中で自由に組み合わさる段階である。そこでは、予期せぬコンビネーションなどが起こるとされている。次に③洞察であるが、②で生まれた様々な組み合わせの中で充分強力なものがあった場合に、それらが意識の領域に出現する段階である。いきなり「これだ！」と新たな解を発見する体験がそれである。④は、得られた仮説が、その分野で通要すものであるかを評価する。⑤では、その思考を詳細に記述する段階である。思考の中に留まらせるのではなく、外に出すことで忘却を防ぎ、アイディアの発展をもくろむのである。諏訪も、アイディアをスケッチすることにより、予期せぬ発見や再解釈が行われると主張しており(Masaki & Tversky, 1997)、ウォレスが主張した5段階の中では最重要項目であると考えられる。

エドワーズは、絵を描くスキルを解明するために、創造過程を提言した(Edwards, 1988)。①洞察は、全体的な視点により生産的な疑問の提起を行う。②浸透は、情報収集、選別、分類などが行われる段階である。③の発酵では、頭の中でそれらが自由に組み合わさる段階であり、ウォレスの言う「孵化」との共通点が見受けられる。これは数日もしくは数ヶ月かかるコトもあるとされている。④啓示で突然ひらめき、⑤の検証で、その有用性を検証する。エドワーズは、その中でも、①③④といった、無意識のうちに行われるフェーズに着目し、その能力を鍛えるための提案を行っている。

中島ら(中島、諏訪、& 藤井, 2008)は、上記の2つとは異なる視点で創造思考を整理した。彼らの提案したデザイン構造を定式化するモデルFNSダイアグラム(図2-2)を参照したい。目標(未来ノエマ:NF)をもとに環境に対し何らかの行為を実行し(C1)、現象を構成(ノエシス:A)すると、環境(E)との思わぬインタラクションが起きる(C1.5)。生じた現象を捉え(C2)、現象に対する認識(現在ノエマ:NC)を持つことにより、新しい目標が生成される(C3)。中島らは、デザインはこの繰り返しで進むと主張している。

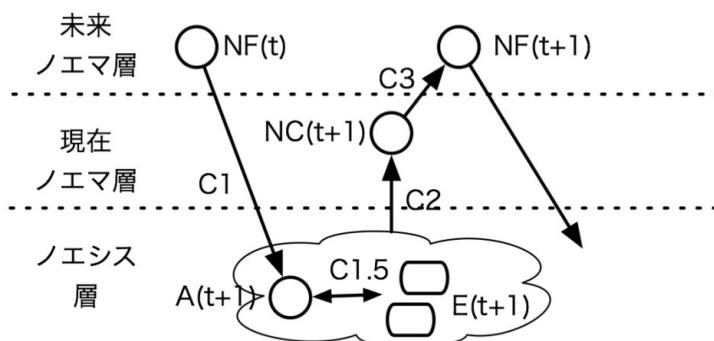


図 2-2 FNS ダイアグラム

このダイアグラムで重要なのは、環境とのインターラクションを認識し、そこから予期せぬ発見を得るというプロセスである。何か行動を起こした結果に起きることに忠実になることにより、我々は新たな気づきを得ることができる。この気づきこそ、創造思考を支える重要な材料となる。エドワーズのいう「浸透」「発酵」の段階は、数日や数ヶ月ほどかかると言及されているが、このダイアグラムで言う、環境とのインターラクションを増やし、多くの環境要因を知覚することがまさにその期間に行われているのではないだろうか。

#### 2.4.2 生活音を活用するための感性とは

上記の研究からは、思考を外化することの重要性や、無意識のうちに情報を組み合わせている段階があること、そのためには環境とのインターラクションを知覚する姿勢が重要であることが見受けられる。筆者は、これらの点は、生活音を活用するためにも同様に重要であると考える。

生活音を活用するといことは、実際に生活環境に対し、手を下すということである。つまり、何かを感じとるだけでは行動に移されないため、具体的なアクションに結びつくためのプロセスが必要となる。さきほどのFNSダイアグラムに倣って言えば、C2だけではなくC3を生み出すことが必要となるのである。

従来、サウンドスケープに関する感性開拓の手法は数々提案してきた。「サウンドエデュケーション」(シェーファー, 06)は、空間の中に潜む音を分解し、一つ一つを捉えること、自分の好きな音を探すことなどを目的としている。オーケストラの楽器を聴き取るように、空間の音を聴き取ることが重要であるという。小松は、「音育」と名付けたトレーニングを行っている。目的はシェーファーと似ているが、小松は自分の身体を研ぎます、心地の良いサウンドスケープを目指すためのトレーニングと位置づけている。両者とも、FNSダイアグラムでいうC2を充実したものにしているが、C3を促すに至っていない。

本研究では、アクションを起こすための感性を重視したい。そのためには、日常的に取り入れている音の存在をより「自分ごと」として捉え、それらを変えなければならぬという欲を醸成することが求められる。欲は、生活上のあらゆる問題意識から生まれると考えられる。

しかし、いきなり生活上の問題意識を、生活音と関連付けることは困難である。そこで、「暮らしの中で長期的に考える」ことを促すことが重要なのではないかと考えた。そのためには、まず、エドワーズでいう「発酵」の段階を重視する。この段階は、無意識のうちに多くの情報を組み合わせながら、暗黙的に仮説を立てている段階であると考えられる。暮らしの中でゆっくりと、そのプロセスを得ることで、あらゆる可能性が吟味されるであろう。このプロセスを得ることは、環境とのインターラクションを増やすということでもある。生きていれば、多くのシーンに出くわし、その中で思考したり、感情が芽生えたりと多くの出来事が起きる。渦中の問題について思考していくとも、われわれの周りでは常にインターラクションが起きているのである。長期的に発酵の時期をとることにより、暮ら

しの中で得られる情報が増えていく。特に、生活音は、生活をしていない限り鳴らないので、実際に生活をし、音を鳴らす自分を俯瞰しながら考えることが求められるのである。これにより、生活音と自己との関係を発見しながら、生活上の問題意識との関係を探ることができます。

音という媒体は、すぐに消え去る。そのため、何か気づきを得ても、その場で誰かと共有をしたり、その存在を書き留めない限り、その情報は残らない。生活音はお持ち帰りができないのである。故に、ウォレスが言及した、記述する行為が重要となる。日常的に音についての気づきを記述することにより、忘却を防ぐとともに、新たな発見を得ることができると予想される。

## 2.5 暮らしに取り入れる

生活音を活用するための感性を問うた次には、それらを手に入れ、実際に実践する暮らしを創造するためにはどうすれば良いかという問い合わせ立つ。本節では、「暮らしに取り入れる」というキーワードをもとに議論する。

とある着眼点や発想を暮らしに取り入れるための活動として、ワークショップがその人気を博している。ワークショップとは、参加型学習や体験学習などと呼ばれる新しい学び方のスタイルである（中野, 2001）。従来の、指導者から一方的に学びを受けるのではなく、学習者による参加、そして体験を通じて行われる学びの体系である。

ワークショップで学べる内容は、学校で教わることばかりでなく、まちづくりに貢献する方法を考えたり、ダンスや演劇を体験したり、野外にて自然体験活動を行ったりと、多岐に渡る。主催者は、このワークショップを通じて、参加者に新たな着眼点を提供している。参加者も、提供された体験に触発され、得たことを自分の暮らしの中に取り入れることを期待している。

例えば、なかなか体験することのない演劇がその学びの対象になることもある。演劇という自分を別の他者に見立て、なりきるような体験は日常的には得られない上に、短期間で簡単な指導を受けることもできない。演じるという難しさと快感、観客をとりこむ体験などを総合的に経験し、日頃見せない表情をしている自分に気づいたりするのである。

しかし、中野は一方で、ワークショップの限界についても指摘している。ワークショップは、多くの人にとって非日常であり、日常の現実とのつながりをもたせることが難しいためである。気づいたり、得たりしたはずの学びはそう簡単には活かせないのである。ワークショップは一つの出発点であるため、その学びを活かして取り込まなければ意味が半減してしまう。「週末はおもしろかった。はいおしまい」と、日常の中で忘れてしまうことが多いと言う。ワークショップでの体験と参加者の現実生活とのギャップを橋渡しする工夫が必要であると中野は指摘している。

筆者もこの点に関しては賛同しており、非日常的で、イベントのようにインパクトのある体験は、余韻は長いものの、暮らしの中で長続きするような学びを得ることにはなかなか

かならない。

本研究で提案する生活音を活用する暮らしを取り入れるにあたっても、上記の問題は発生する。生活音を用いて暮らしをデザインする行為は、暮らしの中のちょっとしたシーンの中で生まれる目標をもとに行われるため、暮らしの中で単発的に頻繁に起こる。そのため、作曲などのように、「さあやるぞ」と意気込むような非日常性は求められないものである。

イノベーション理論を提案したロジャーズも、「いくらメリットがあると分かっていても、自分の暮らしを変えてまで新たなことを取り入れることはできないものである」と述べている (Rodgers, 2003)。

より日常に近い形で、一回一回で得られる学びを大切にしながら、その手法を模索する必要がある。

### 3 サウンドスタイリング

本研究では、生活音を生活環境デザインに活用する行為を「サウンドスタイリング」と名付け、提案する。本章にて、サウンドスタイリングの定義を述べ、具体例を参照しながらその構造を述べる。

まず、サウンドスタイリングを次の通り定義する。

- 生活音を駆使して、暮らしに工夫を凝らすこと

上記には 2 つの段階がある。

- I. 生活音を用いて暮らしのシーンを変えること

- II. 生活音を用いて生活を構成するモノゴトと自分との関係を創造しなおすこと

各定義について、次節から紹介する。

#### 3.1 生活音を用いて暮らしのシーンを変える

##### 3.1.1 構造

まず、I の詳しい説明及び構造を具体例とともに説明する。

生活者が動作をするたびに鳴らしている生活音をわざと変えたり、鳴らないように制御したり、音の捉え方を変えるなどして、暮らしの中のあらゆるシーンで醸成される小さな目的を叶えることが、サウンドスタイリングの第一の思想であり、前述した定義 I にあたる。この行為は、筆者の過去の研究にて「My サウンドスケープデザイン（浦上, 2013）」と称して定義したものと同様であるが、再解釈し、新たに更新したものをここに記述することとする。

図 3-1 には、サウンドスタイリングを FNS ダイアグラム（図 2-2）に当てはめた場合のダイアグラムを図示している。サウンドスタイリングの創造行為は環境を認識することから始まると考えられるため、図 3-2 の開始地点はノエシスからとなる。

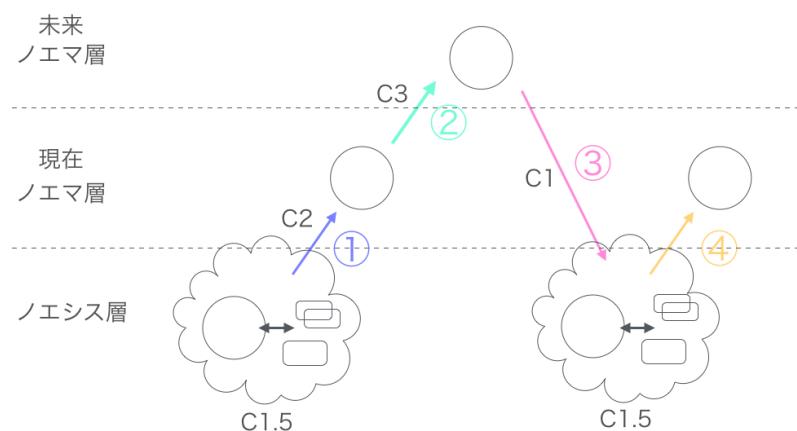


図 3-1 FNS ダイアグラムで見るサウンドスタイリングの構造 I

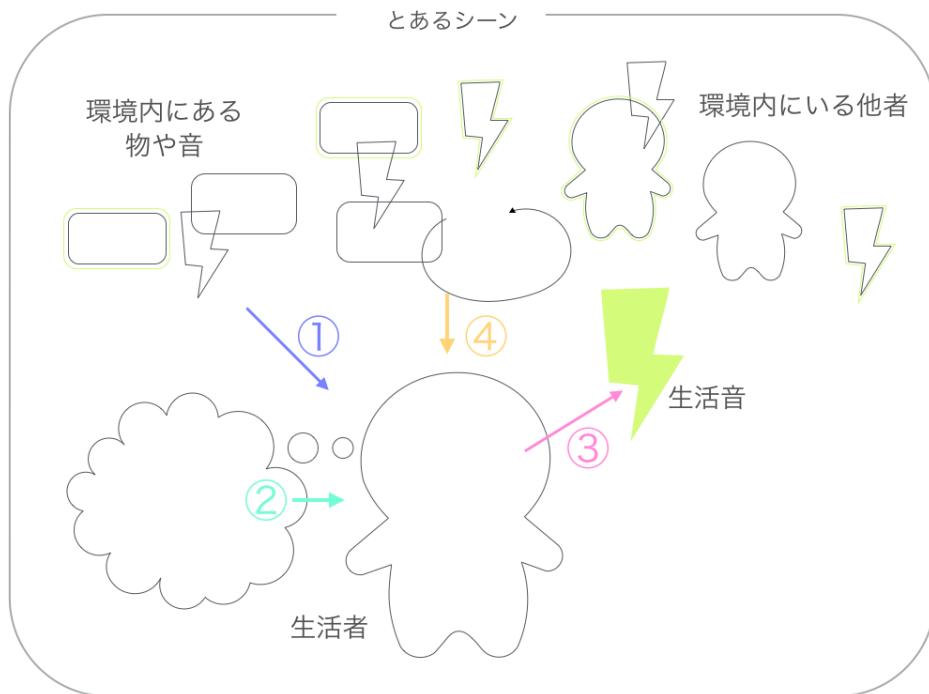


図 3-2 サウンドスタイリングの構造 I

FNS ダイアグラムを踏まえ、図 3-2 では、暮らしのとあるシーンを仮定し、その構成要素、生活者及び生活音の関係性を表した。暮らしの中のシーンとは、例えば、電車に乗っている最中やカフェで作業をしている時などといった素朴なものから、会議の開始時に参加者が遅刻してきた、急いでいるのに先輩の話が途切れない、など小さなトラブルなどが起きたときまで多様である。これらののようなシーンにおけるサウンドスタイリングという行為はどのようなものか。以下に、各過程を詳しく記述する。

### ① 環境に散在する変数を認識する

まずは、我々が暗黙的に知覚している変数を認識することから、サウンドスタイリングは始まる。我々は常に、環境に潜むあらゆる変数を知覚している。変数とは、光の強さ、机の高さ、空間の広さ、他者の存在、自分の心境などを含んだ着眼点のことを指す。「この場はどのような場であるか」を問い合わせ、シーンの構成要素や雰囲気、自分の心境などを認識することが、この第一フェーズで行われる。

### ② 目標の醸成

次に、目標の醸成が行われる。自分のおかれているシーンを認識した際に、「何かしら変化を加えたい」などという問題意識を通じて目標が醸成される。例えば、会議開始時に遅刻者がいたときに、気まずい雰囲気を解消したいと思う。カフェで PC 作業をしている横に受験生がいれば、大学生である自分をかっこ良く見せたいと思う。先輩との話がうまく切れないときは急いでいることを知らせたいと思う。作業が溜まっているときには、集中し

たいと思う。これらが、シーンの認識から醸成される問題意識である。

問題意識が醸成されると、それを解決するための策が練られる。その際に、①のフェーズに戻り、改めて環境の変数を認識し、問題点や問題意識を構成し直す行為が繰り返される。そして、「こうすれば解決できるのではないか」という仮説が経つと、「こうしよう」という目標が経つ。例えば、会議に遅刻者がいて気まずい雰囲気を解消するためには、荷物の準備をする音をたてて、会議の開始を合図する沈黙が起きないようにすればよいのではないかといった思考が仮説にあたる。そして、「荷物を整える音を出そう」といった意志が、目標にあたる。3.1.2 及び 3.1.3 に後に詳しく記述するが、音を鳴らすという目標につながるとは限らない。既に鳴っている音を減らす、鳴るはずだった音を無くすなどといった変化のさせ方もあるれば、音の聴き方を変えるという手段もある。

### ③ 目標を実践する

②にて立てた目標に従い、実行するフェーズである。先ほどの例で言えば、荷物を整える音を出す行為そのものを指す。

### ④ 環境とのインタラクションを再認識する

目標に従い音を鳴らすと、その音は環境に様々なインタラクションをもたらす。他者は、その音を聴き、何かしらのメッセージを読み取るかもしれない。自分は、気分を変えるかもしれない。シーン全体の雰囲気にも影響があるかもしれない。成功の有無を判断したり、更なる策を練ったりする行為へつなげるためのフェーズである。

このプロセスは、生活者と音との関係を再構築するためのプロセスである。今まででは、何でも無いと思っていた足音が、通学中のテンションを擧げるためのリズム隊になったり、リップスティックを閉める音が、女らしさをアピールするための化粧道具になったり、よく使うボールペンで書く音は、課題を乗り越えるための戦友になったりなど、生活音を活用することにより、生活者にとっての音の存在意義がまるで変わる。

#### 3.1.2 鳴らす音を変化させる

3.1.1 にて示した構造で用いられた事例では、暮らしのシーンを変化させる手法として音を鳴らす行為があげられた。ここで、音を鳴らすという行為にどのような種類があるのかを確認したい。鳴らす音を変化させる 4 つの操作パターンを表 3-1 に表記した。これは、2.3.3 で記したサウンドスケープデザインにおける 4 つのデザイン手法（鳥越, 2006）を、生活者自身が鳴らす音を暮らしで活用するという文脈に沿って再解釈した上で分類したものである（浦上, 2012）。

表 3-1 音の操作パターン

分類名	説明	具体例
(a) なかった音をプラスする	空間内に存在していなかった音をプラスする	ボールペンを鳴らす、ノートをめくる
(b) あった音を変化させる	空間内で既に鳴っている音に、高低やリズムなどの変化を与える	足音のテンポをかえる、キーボードのエンターキーだけ強く叩く
(c) あった音（鳴ることが予想される音）をなくす	空間内で鳴っている音、鳴ることが予想される音をなくす	書く行為をやめる、ドアを押さえて閉まる音が鳴るのを防ぐ
(d) あった音をそのまま維持する	空間内で鳴っている音、もしくは鳴っていない状態をそのままの状態に保つ	作業音をそのまま鳴らす

上記の 4 種類の中では、(a) なかった音をプラスする行為は比較的行いやすいと考えられる。誰かに何かを伝える場合には、自然とサイン音として音を能動的に鳴らすことになる。一方、(b) あった音を変化させる行為は、もともとそこにあるサウンドスケープに耳を傾け、それがデザインになり得るという確信を得て初めて成せる行為である。つまり、既に鳴っている音を再解釈する必要がある。(c) あった音をなくす、(d) あった音をそのまま維持する、の 2 つは、音がないこと、もしくは音の状態を変えないことがよしとされるケースに限る操作あり、他の 2 つよりも高度な振る舞いであると考えられる。ゼロやマイナスは、場を変化させる力が弱く、シーンの中で機能するかどうかの判断が行いづらいためである。(b) (c) (d) は、環境音の変化が場に与える影響を確信し、間接的に暮らしのシーンに仕掛けるものであるため、直接的である(s) と比較すると、高度であると言えよう。

### 3.1.3 音の聴き方を変化させる

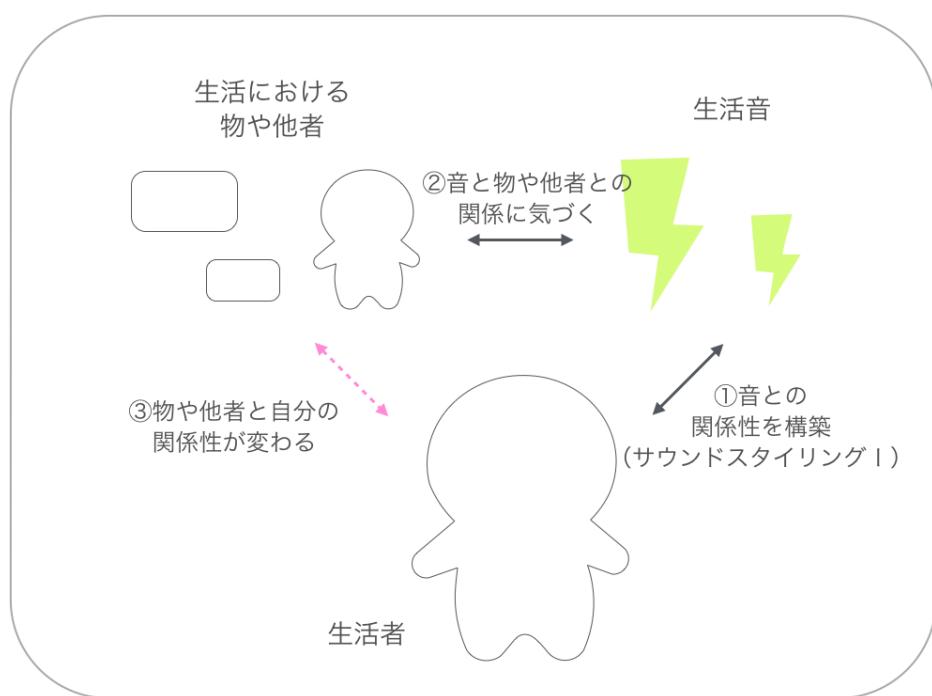
鳴らす音を変化させるような、アウトプットをする形ではなく、生活者自身が知覚した音の解釈の仕方を変えることにより、暮らしのシーンが別物へと変身する場合もある。例えば、PC のタイプ音を楽器の鳴らす音だと捉えることにより、メロディー、ハモリ、飾りの音などといった音楽にあるような役回りを持たせる。教室にてあちこちで鳴るプリントがめくられる音の時差から、波のようなものを感じ、風速があるのではないかと想像して楽しむ。このように、音の捉え方を変えることにより、一人の作業や授業が別物に変わること。

3.1.2 で挙げた、鳴らす音を変化させる際の操作パターン(b) (c) (d) では、あった音を変化させたり維持したりなどをするため、同じように音を解釈する能力が問われる。しかし、それは次に鳴らす音を変化させるために用いられる能力であり、聴き方を変えるだけの取

り組みとは異なる。実際に音を鳴らすなどをして手を下さなくとも、音の捉え方を変えることにより暮らし方が変わることは、当たり前のようにあるが、その力強さを再確認する必要がある。

### 3.2 生活音を用いて生活を構成するモノゴトと自分との関係を創造しなおす

暮らしにおけるあらゆるシーンで生活音が活用される構造は、3.1 で述べた通りであるが、音のもたらす変化とはその場限りのものに留まるのであろうか。生活音という媒体の性質上、鳴っているその場における短い時間への影響力しかないように思われるが、この単発的なデザイン活動により、生活の音以外のものごとの関係性を構築するに至るのである。それが、サウンドスタイリングの定義Ⅱである、生活音を用いて生活を構成するものごとの関係を創造しなおすというものである。図 3-3 にてその構造を図示した。



まず、①サウンドスタイリングⅠにより、音との関係性を新たに構築していく。この行為を繰り返すことにより、②その音を鳴らしている物の存在と音との関係に気づきを得ることができる。靴、リップスティックやボールペンによって鳴る音はどのような音がいいかを試行錯誤したり、鳴る音をもとに使う道具を選んだりなどの行為をするようになる。

後に、好きな音が鳴らせる靴がお気に入りになったり、ボールペンの好みが変わったりなど、③物との関係性に変化が見える。これが、図 3-3 におけるピンクの矢印であり、生活音の存在により暮らし全体が動き出す要因である。

例として、筆者の経験を紹介する。筆者は深夜に作業をする際に出始めからだらけないように、とある日からお弁当作りをし始めた。手際よくシンプルな調理を繰り返すお弁当作りは、冷蔵庫から食材を取り出す音、それらを少量切る音や、電子レンジの音がテンポよく鳴る。このテンポの速さを保ちながら、お弁当を完成させ、自分の作業に取りかかると、潔いスタートを切れるのである。最初は、テンポアップのために無理矢理作っていたお弁当だが、そのうち、お弁当を作ることが筆者の暮らしにおいて重要な役割を担うようになっていた。母親から調理手法を教わる機会となったり、家事が苦手な性格を改善しようと前向きになれたり。何より、前日に作るお弁当は、次の日の自分を応援しているような清々しい気分になる。生活音を用いて暮らしの些細なシーンを変えることをきっかけに、筆者のライフスタイルが変動し始めた一つの事例である。

その他にも、深夜の作業中に沸騰音で寂しい思いを解消してくれた加湿器の存在は、筆者にとっては立派な共同作業仲間であるため、なかなか新しいものを買えずにいる。バレエを習う後輩は、体の鳴らす音を聴くようになってから、バレエとの接し方を変えたと聞いている。

このように、暮らしのシーンを変えた音をきっかけに、生活における物や他者との関係が再構築され、生活者の趣向やライフスタイルまでもが変化していくのである。サウンドスタイリングは、あらゆるスパンの暮らしの変化を対象にした、生活デザインの一手法なのである。

## 4 トレーニングフレームワークの実践

本研究では、筆者の後輩に協力を仰ぎ、実際にサウンドスタイリングを行うためのトレーニングを行った。本章では、生活音を活用する暮らしを取り入れるための試行錯誤について詳しく述べる。

### 4.1 ototto プロジェクト

トレーニングを受けるメンバーを固定し、頻繁にその様子を観察するために、筆者の所属する諏訪正樹研究室にて新たにプロジェクトを立ち上げた。参加者は、指導教員との打ち合わせを行い、音との接点、研究室での発言などから 2 名を選出した。こちらからスカウトをし、承諾を得、筆者を含めた 3 名で活動を行っている。立ち上げ時期は、2014 年 5 月で、実際には 6 月後半の初夏から活動を開始した。本論文を執筆している 2015 年 1 月時点で継続中である。プロジェクト名は初回の顔合わせ時に 3 名で議論し決定したものである。

#### 4.1.1 プロジェクト概要

ototto プロジェクトの活動を紹介する。本プロジェクトでは、生活音にまつわるアクティビティを行い、暮らしを変えるツールとして生活音を用いるコツを集めている。週に 1 度程度集まり、設立者である筆者の提案する様々なアクティビティを行い、議論をする。アクティビティの詳細は、4.1.3 で述べる。図 4-1 は、本プロジェクトのロゴである。

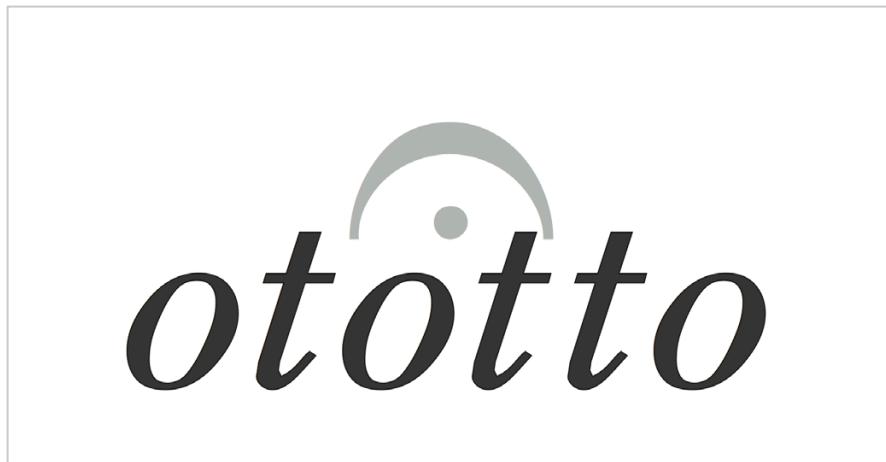


図 4-1 ototto プロジェクトのロゴ

#### 4.1.2 協力者紹介

次に、本プロジェクトのメンバーを筆者の視点から紹介する。協力者である2人に加え、恐縮ながら、筆者自身も一メンバーとしてその特徴を書き留めることとする。

##### • Mちゃん

学部3年生の女性である。彼女は1年半前から研究室に所属しており、筆者との付き合いはそこから始まった。今年度からは何かと接点が多く、よく話し相手になってもらっている。

幼い頃からバレエを習っており、身体の柔らかさには会うたびに驚く。身体の動きを言語化し進化させるプロジェクトにも入っており、身体と音との関係を常に頭の中でぐるぐる回している様子が見て取れる。舞台照明にも興味があり、脈絡も無く夕暮れの写真をよく筆者に見せてくる。音楽はピアノとハープが演奏できると聞いている。とても、実直である。

##### • Yくん

学部2年生の男性である。研究室には今年度から参加している。彼は誰に対してもフラットに接することができ、躊躇なく意見を伝えてくる。曖昧なことを言うことが多い筆者にとっては、後輩とはいえ気を引き締めたくなる相手である。

彼は2才の頃から音楽に携わっており、自由にピアノとドラムを操ることができる。最近は、とある食事法を取り入れ、自身の身体でその効用を実証しようと試みていると聞いている。自分で実感したことのみを信じるといった信念を持っているように見え、そこが好奇心とうまく合わさり、ひたむきな表情が時折垣間見える。彼の毒舌っぷりは、くせになるところがある。



図 4-2 Mちゃんのイメージ図



図 4-3 Yくんのイメージ図

- 浦上（筆者）

修士2年生の女性である。学部2年生の頃から現在の研究室に所属しており、5年目を迎える。

習ってきた楽器で一番長いものはヴィオラで、12年間演奏してきた。その他ピアノ、フルート、ハンドベルなどの経験はあるが一番地味な楽器にはまってしまった。最近はアコースティックギターを独学し始め、左指ばかりが器用になっていっている。あまり怒らないことや、はっきりとしない性格であることをよく指摘され、我関せずな態度と勘違いされることが多い。説明するのが苦手なだけで、内側ではカラフルな衝動がおさまらない。



図 4-4 浦上（筆者）の  
イメージ図

なお、メンバー選出の基準は次の通りである。生活音は、暮らしの中の一つの着眼点であるという考えがある。着眼点として取り入れるためには、日々の暮らしの些細な出来事について考え、自分なりの思考を巡らせることが求められる。言われるままにではなく、自分なりに様々な物事とのインタラクションを捉えられる人材である必要がある。また、そのためには、趣味や特技など、自分が語ることのできる分野を持っていることが望ましい。協力者を選ぶ際には、これらの点に気を払った。特に、筆者の所属している研究室は、生活上で得た気づきをネタに、自分の意見を持ちより議論をする場であるため、所属している人全員が、比較的その条件に見合う。その中でも、自分自身の軸をもって、音と他の分野を絡ませながら考えることのできるタイプのメンバーを選出した。

#### 4.1.3 活動日

活動日及び活動内容の概要は、次の通りである。実践概要の欄には、当日行った内容が記載されている。音スケッチとは、自分のいる空間でなる音の発音体を記録していくトレーニングメソッド、音 essay は暮らしの中で発見した音に対する気づきをもとに自由に綴るエッセイである。SFC 体験ツアーとは、内部進学の高校生に向けて、キャンパス内の特定の研究室が説明をするというもので、我々の研究室ではプロジェクト紹介を行った。ORF とは、所属キャンパス主催の研究フォーラムを指す。それぞれのアクティビティの詳細については、4.1.4 以降に詳しく紹介する。

表 4-1 ototto プロジェクト活動日概要

日付	実践概要
6/5	初回顔合わせ・プロジェクト名決定
6/24	ファミリーレストランにて音スケッチ (Mは欠席)
8/1	カフェにて音スケッチ
8/4	各自の音楽経験について議論、研究室の打ち上げにて音スケッチ
8/14	定食屋にて音スケッチ
8/28	発表に向けた打ち合わせ
8/29	SFC 体験ツアーにて発表
9/16	音 essay 執筆開始
10/3	打ち合わせ
10/10	分析内容について議論
10/17	分析内容について議論
10/24	音体験を伝えるメディアについて議論
10/31	音体験を伝えるメディアについて議論
11/3	音体験を伝えるメディアについて議論
11/4	音 essay の音読会
11/5	ORF に向けた打ち合わせ
11/6	ORF に向けた打ち合わせ
11/9	ORF に向けた打ち合わせ
11/11	ORF に向けた打ち合わせ
11/12	ORF に向けた打ち合わせ
11/13	ORF に向けた打ち合わせ
11/14	ORF に向けた打ち合わせ
11/16	ORF に向けた打ち合わせ
11/17	ORF に向けた打ち合わせ
11/18	ORF に向けた打ち合わせ
11/19	ORF に向けた打ち合わせ
11/20	ORF 前日準備
11/21	ORF 当日
11/22	ORF 当日
11/28	ORF 振り返り
12/12	学内カフェにて音スケッチ
12/19	学内食堂にて音スケッチ

#### 4.1.4 主な活動①：音スケッチ

音スケッチとは、サウンドスケープを体験として記述する手法である（浦上, 2013）。空間内で鳴る音の聴取した特徴だけでなく、その発音過程を記録し音の成り立ちから自分に伝わるまでのプロセスを記録するものである。

本プロジェクトで行った音スケッチでは「食事の現場」にその対象を絞り食事空間ごとに異なる音の相違点を指摘することを狙った。図 4-5 のようなガイドを作成し、筆者からの説明のもと行った。

なお、手順は次の通りである。

- ① 物理的な空間配置を記録する。座っている位置、机の位置、ドアの位置、広さなど。（5分）
- ② 耳に留まった音の発音過程をその都度 A5 の厚紙にスケッチする。鳴った音の発音体、位置、順番などを記し、必要に応じて音の聴こえ方を書いてもよい。（5分）
- ③ A4 の普通紙に②のスケッチを貼り、その様子から気づいたことを余白に記述する。（15分）
- ④ 3名それぞれの実践成果を共有し、議論を行う。（約 30 分以上）

なお、スケッチの最中は食事を中断しており、その前後で済ますことになっている。3名が同時にスケッチを開始し、同時に終了する。

実践スケジュール及び実践場所は、表 4-1 に示した通りである。3人全員で行った実践は前 4 回、すべて異なる場所で行った。最初の 2 回はプロジェクト立ち上げ時、後半の 2 回は大きな発表イベントを終えた後である。

**0 現学でみる  
食事の音現場**

現代の日本の食事の現場ではどのような音が混在しているのだろうか。レストランの食事空間を題材に、食器・振る舞い、食べ物の種類、食事中に起きる出来事などを観察し、音の源を探る。

**日本の食事音**

蕎麦をする音を軽とする文化は日本独特だと言うが、思えば、箸を持ち上げて口元まで汁を運ぶ振る舞いも、箸や椀という食器も、座敷という場所も、日本ならではの食事音を構成する要因である。  
洋食・中華など外国の料理が違和感なく食卓に並び、食材を始め食事のありようが変わった今、食事を彩る音にも新たな特徴が見えるであろう。現代の日本ならではの食事の音現場に着目したい。

**実践！** 準備するもの：A5 厚紙・A4 普通紙・筆記用具

**STEP1 音スケッチする**

①あらかじめ物理的な空間配置を描く  
座っている位置、机の位置、ドアの位置、広さなど。

②音を描く  
時間決め（約 2 分）、その間に鳴った音の発音体、位置、順番を記す。必要に応じて音の聴こえ方を書いてもよい。  
(A5 厚紙を使用)

**STEP2 スケッチを振り返る**

A4 の普通紙に先ほどのスケッチを貼り、その様子から気付いたことを A4 普通紙の余った場所に記述する。  
「食事が繰り広げられる場所ならではの音の特徴はあるか」  
「この音環境は、食事をする自分にどのように影響しているか」  
など聞いてみるとよい。  
後に実践メンバーで共有し、議論する。

図 4-5 音スケッチガイドサンプル



図 4-6 音スケッチ実践の様子

実践日は 2014 年 6 月 24 日、8 月 1 日、8 月 4 日、8 月 14 日、12 月 12 日、12 月 19 日の 6 回である。初回である 6 月 24 日は M が欠席し、8 月 4 日は研究室の打ち上げ会場にて行ったため、議論は行っていない。

#### 4.1.5 主な活動②：音 essay

プロジェクトを立ち上げて、3ヶ月経った9月頃から取り組んだのは、音 essay という活動である。これは、2013年に筆者自身が2ヶ月間取り組んだエッセイ執筆活動と同様のものである（浦上, 2013）。9/16の打ち合わせの際にその存在を伝えた際に、協力者の2人が挑戦したい意志を伝えてきたことにより、本プロジェクトでも実践する運びとなった。

本活動には指定された手順は無く、暮らしの中で気になった音を書き留め、自由にエッセイに仕上げる。音スケッチとは違い、記録対象が与えられていないため、自分自身が暮らしの中でふと耳に留まった音を拾うことが求められる。また、エッセイとしてまとまりのあるものを仕上げるためには、音についての解釈や、仮説を導きだし、主張を持ち寄る必要がでてくる。無数にある音から特定の音を拾い上げ、主張として組み立てる訓練がなされる活動である。何故耳に留まつたのか、自分に取ってどのような作用があったのかを問い合わせ続けるうちに、その音に役割を与えてくことができるようになってくる。本プロジェクトのHPにその記事がすべて掲載されている<sup>1</sup>。以下がそのサンプルである。

##### half empty or half full

身につけるものが出す音は何のためなのだろうか  
自分がその場にいることの存在証明なのか。  
はたまた自信から出る音を隠すためなのだろうか。  
今日は駅で女の子が走って電車に入るところを見た。  
私はその電車には用がなかったので、ホームのベンチに座っていた。  
その女の子はリュックサックを背負っていた。  
そしてそのリュックサックにはカギが何個か付いていた。  
その女の子の足音は聞こえない。  
走って電車に駆け込んでいたにもかかわらず、  
足音は全く聞こえずただただ、リュックサックのカギが音を出していた。  
その音に引っ張られるように、私の目線はその女の子に向いた。  
やはり身につけるものによってその人の存在をアピールすることができるからであろう。  
しかし、それだけではない。  
そのカギの音によって、その人の身体から出るべき音は消えていたのである。  
いや決して消えていたわけではないが、私の耳には届かなかった。  
身につけるものが奏でる音は自身を消すこともできる。  
明かりを灯すことは暗闇を消すことである。

図 4-7 Y の書いたエッセイ(9/27)

<sup>1</sup> ototto プロジェクトの HP : <http://ototto.tumblr.com/>

## おいしい音

今日は冬のような日だった。

ひんやりとした空気を、つめたい雨がさらにひんやりとさせる。

雨は服を濡らし、靴を濡らす。そしていつしか靴下にも浸水するほどの強い雨になった。

だから雨はきらいだ。

足がじんわりと濡れて足先が冷たくなっていくから雨はきらいだ。

でも。どうにかすれば、いい気分にもっていける気がする。

バス停から待ち合わせの場所まで、5分ほど歩く。

その道を、楽しく歩く方法を探しながら進む。

ぱたぱたぱたぱちぱたぱたぱた…

ぱたぱたぱちぱたぱたぱちぱたぱた…

頭の上で音が鳴っている。

傘に雨粒があたる音。

いや、雨の日はいつも聴いてるはずなんだけど…。

なんとなく、今日はこの音たちが気になった。

飽きもせずずっと聞いていると、アイスクリームを思い出した。

口の中ではぱちぱちとはじける、キャンディーの入ったアイスクリームが私は大好きだ。

音を聞いているだけで、口の中にキャンディーが入っているような気分になった。

そんなことを考えていたら、舌を動かしたくなかった。

口の中で、まるでつめたいアイスクリームを溶かして、キャンディをなめているような感覚…。

ぱたぱちぱたぱたぱちぱたぱた…

ぱたぱたぱたぱちぱたぱたぱち…

なんだかこの音、おいしいなあ。

雨がキャンディになるなんて。

傘の布地のかたさが、ちょうど良かったんだろうな。

もっとかたかったら、痛い音になっていたかもしれない。

もっと柔らかかったら、雨粒は跳ねずに筋となっていたり落ちていたかもしれない。

傘にもお礼を言わないと。

雨の日だけど、いや、雨の日だから、いい気分になれた。

図 4-8 M の書いたエッセイ(10/5)

表 4-2、表 4-3 は、両者の執筆したエッセイの日付とタイトルである。

表 4-2 Mちゃんの音 essay タイトル一覧

番号	日付	タイトル
1	9月16日	「鳴ってほしい音、鳴ってほしくない音」
2	9月17日	「ふるさとの音」
3	9月18日	「すずむし」
4	9月19日	「夜中の冒険」
5	9月20日	「聞こえない音を聞く」
6	9月21日	「苦手な音」
7	9月22日	「蝉と秋」
8	9月23日	「生協前でもミュージカル」
9	9月25日	「目と耳の対決は、引き分けがいい」
10	9月26日	「気遣いが聴こえる」
11	9月27日	「からだを聞く」
12	9月28日	「音のせいじゃない」
13	9月29日	「音が教えてくれる」
14	10月1日	「波乗りダンサー」
15	10月2日	「騒音じゃなくて、声なんだ」
16	10月3日	「音の解釈は、どこから生まれてくる？」
17	10月7日	「音付ける」
18	10月8日	「音符は衣替えをしないで待っていた」
19	10月13日	「音で演じる毎日」
20	10月15日	「おいしい音」
21	10月23日	「もう、このごみ箱には捨てない」
22	11月10日	「ひとりでふたりの足音」

表 4-3 Yくんの音 essay タイトル一覧

番号	日付	タイトル
1	9月16日	「緊急停止 ON」
2	9月17日	「自転車プシュー」
3	9月18日	「CHAPANESE」
4	9月19日	「はズレている音」
5	9月20日	「静寂と喧噪」
6	9月21日	「伝え方」
7	9月23日	「重みと軽みと強みと弱み」
8	9月24日	「夜道と傘と」
9	9月25日	「鈴虫と携帯」
10	9月26日	「夜の公園」
11	9月27日	「half empty or half full」

#### 4.1.6 主な活動③：対外向けの発表

本年度、プロジェクトを紹介する場は大きく 2 つ与えられた。それについての詳細を述べる。

- 一貫校対象 SFC 体験ツアー

筆者の所属する湘南藤沢キャンパスへの進学志望者を増やすためのイベントである。300 名ほどの慶應義塾大学内部進学者がツアーに参加し、全体説明を受けた後に、筆者の研究室を含めた 8 つの研究室を自由に見学に回るというものであった。

我々の研究室は、日頃活動している部屋に案内し、6 つのプロジェクトのブースを設けて来場者が自由に話を聞ける環境を整えた。

otto Project では、音スケッチをメインに紹介し、実践キットを配布した。プロジェクトを始動して間もない頃であり、説明に慣れておらず、高校生にこの活動の面白さや、その意義を伝えることに苦戦したというのが正直な感触である。来場した高校生の部活の経験などに「音」という着眼点がどのように含まれているのかを探る良い機会となつた。当日の様子は図 4-9 の通りである。



図 4-9 SFC 体験ツアーの様子

- Open Research Forum 2014 (ORF2014)

Open Research Forum<sup>2</sup>は、毎年 11 月に本キャンパスが主催している研究フォーラムである。東京ミッドタウンを始めとする近辺の施設にて、SFC の研究室が成果発表を行ったり、有名教授がセッションで議論したりなど、毎年数万人以上の来場者を誇る大イベントである。

我々の研究室では、SFC 体験ツアーと同様のプロジェクトが出展を行い、それぞれのプロジェクトが対外向けに活動を伝えるためのメディアを考案するなどして精を出した。otto プロジェクトでは、生活音を暮らしで活用するためのコツを収集しているという旨を伝えるために工夫を凝らした。我々の活動を伝えるためのポスター、チラシを作成するだけでなく(図 4-10)、来場者の生活音にまつわるエピソードを聞き出す参加型の企画や、おみやげとして我々の音エッセイの縮小版の載ったカードを作成した。

来場者との企画内容は次の通りである。プロジェクトの概要を伝え終わった後に、来場者にも似たような経験が無いかを問う。「足音で誰が帰ってきたか分かる」「シュレッダーの音って良いよね」など、どんな些細なものでもよいので聞き出し、それについて議論をする。最終的には、彼らが気になる音をまるめも<sup>3</sup>(西山, 2011)に記述し、コルクボードの好きな場所に貼ってもらう。普段聴いている音の体験を形にすることで、ぼんやり聴いている音を物理的なモノとして実感してもらうための仕掛けである。その様子は図 4-10、図 4-12 を参照してほしい。

おみやげとして作成したカードは 3 種類あり、それぞれにメンバーのエッセイを縮小したもののが散りばめられている。手帳に挟んだり、机の上に飾ったりして、ふとしたときに生活音の存在を身近に感じてもらえばという思いを込めて作成した。図 4-11 がその写真である。

来場者は高校生や大学生、企業の方なども見えた。半年間行ってきたプロジェクトを、2 日間に渡る大規模なイベントで誇りを持って紹介できる機会が与えられたことは、メンバー3名にとってそれぞれ意義のある時間であった。

11/28 には振り返りを行い、それぞれの感触を共有した。同じプロジェクトであっても、来場した人にあわせ、我々それが 3 者 3 様の説明を行い、議論を交わしていたことが判明した。また、来場者に気になる音を書いて頂く企画も成功し、コルクボードいっぱいに埋まった。反省も含め、一つの大きな山場を越えたという充実感を得ることができた。

---

<sup>2</sup> Open Research Forum の HP : <http://orf.sfc.keio.ac.jp/>

<sup>3</sup> まるめもとは、頭の中にある概念を整理するために開発された、半透明の丸いメモである。同研究室内で開発され、その使用方法の開拓のため本プロジェクトに試験的に活用した。まるめもプロジェクトの HP: <http://metacog.jp/marumemo/>

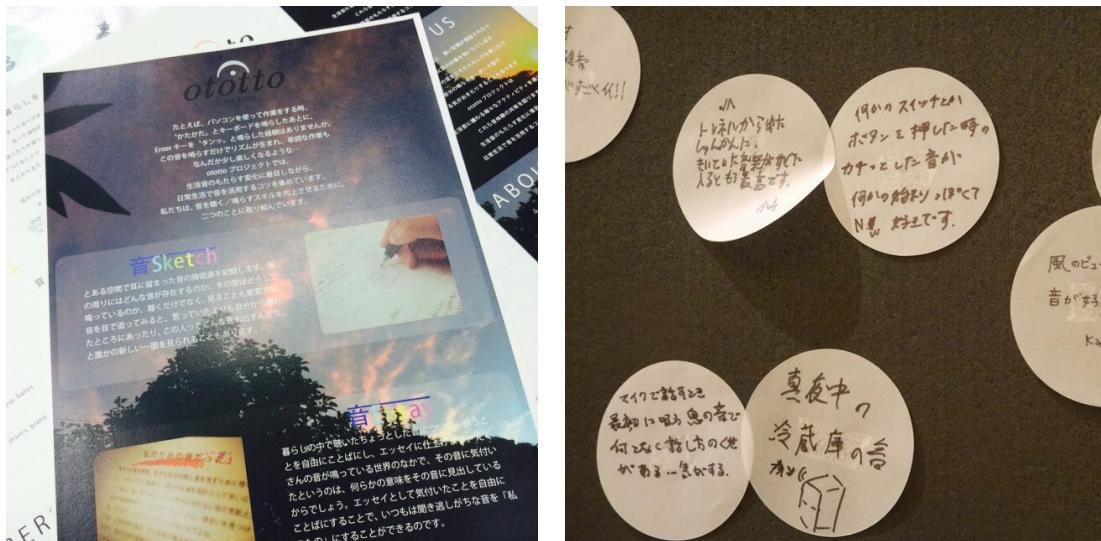


図 4-10 作成したチラシ・ポスター、企画の様子



図 4-11 作成したカード



図 4-12 ORF 当日の様子

#### 4.1.7 主な活動④：議論、ミーティング

先に紹介したアクティビティや発表に加え、プロジェクト活動を進める上での打ち合せや議論は欠かせない。それぞれの音の聴き方について考察をしたり、プロジェクトの今後の活動について意見を出しあったりを繰り返した。筆者がプロジェクトの考案者ではあるが、これらのような議論を繰り返すことにより、プロジェクトメンバー3名がそれぞれの能力を認め合い、トップダウンではない関係が構築された。

以下に、議論した内容や打ち合わせた内容の一部を紹介する。

- プロジェクトの命名
- お互いの音楽経験の生い立ち
- 高校生に説明する文言の試行錯誤（SFC 体験ツアーに向けて）
- 音体験を伝えるメディアの考案
- 音読の効用
- 活動内容を伝える文言の試行錯誤
- ORF 来場者の反応について

### 4.2 トレーニングの補助活動とその手応え

サウンドスタイリングは、一種のライフスタイルであるが、新たな習慣を取り入れることは容易なことではない。ottoto プロジェクト始動により、生活音を活用するという具体的な行動を促すためのトレーニングは行われるが、果たして、トレーニングだけでライフスタイルは変わらるのだろうか。

筆者は、トレーニングやワークショップを受ける人の生活という視点から上記の問題を捉え直す必要があると考える。本節では、メインのトレーニングに加え、彼らの過ごす生活拠点や、興味、関心などに目を向けながら、彼らの暮らしに取り入れるためのアプローチを紹介する。

#### 4.2.1 着眼としての音

2章でも述べた通り、サウンドスタイリングは、コトを醸成するデザインである。つまり、新たな商品などを買い、暮らしに物理的な変化をすぐにもたらすことができない。生活の周りに既に存在するものごとを再解釈し、それらとの新たな関係性を構築することが求められる。サウンドスタイリングの場合、その対象が「生活音」である。生活音に対する認識を変える習慣を暮らしに取り入れる、これが目下の課題である。

筆者は、「生活音」という存在を、着眼点として暮らしに染み込ませる意識が必要であると考える。社会に新しいものを普及させるイノベーション理論を唱えたロジヤーズは、人はモノゴトを自分自身の生活の文脈で捉える傾向にあることを述べ、selective exposure/selective perception と名付けた (Rodgers, 2003)。つまり、「生活音を使う」という真新しいものをそのまま取り入れるのではなく、すでに我々が生活する上で持つ趣味やライフイ

ベントの最中に、その存在を着眼点として絡めるべきなのである。

例えば、買い物をする際に、「この商品が鳴らす音はかっこわるくないかな？」と問う。ダンスをしている最中であれば、「身体の動きの鋭さは音で分かるのではないか？」と鏡を見ることをやめてみる。暮らしの中で接するあらゆるモノゴトを、音という切り口で捉えることにより、我々は生活音と新たな関係性を気づくことができる。

プロジェクト内の議論時にも、筆者はこの考えを意識した。特に初期には、プロジェクトの目指すべき方向性がうまく伝えられずにいることが多かった。その際には、それぞれの趣味や特技に触れながら話を進めることができたように思う。例えば、Yくんの理解を誘導できなかったときに、彼の特技であるテニスに絡め、「ラケットがボールを打つ音で出来が良かったかどうかを判断できるって聞いたことがあるよ」と一言添えた。それにより、彼は自分の経験した出来事の中での「音」という着眼点がどういうものであるかを実感したようで、腑に落ちた様子を見せた。

「着眼点としての音」は、くせになる、と筆者は考える。本研究では、協力者の選出や議論のコツとして取り入れるに留まつたが、暮らしの中で活動をするその度に「音はどうだろう」と問いかけると、その都度面白いほど新しいインテラクションに出会えるのである。主役にはならないけれど、我々の行動を変えるきっかけとして、大きな力を発揮する媒体であると改めて感じる。

#### 4.2.2 コミュニティの活用：「私が好きなあなたの音」プロジェクト

これまで、生活音について気づきを得ることが重要であると述べてきた。これは、暮らしのふとした瞬間に起きやすい出来事である。そのため、すぐ忘れてしまったり、実感を伴わないことが多い。そのため、何かに気づいたその時に共有できる相手がないと、葬り去られてしまう気づきが多くなってしまうのではないか。筆者はそう考え、ototto プロジェクトメンバー以外の人も、「話し相手」として機能するよう、我々の所属するコミュニティ全体を ototto プロジェクトのトレーニングに活用する取り組みを行った。

プロジェクト名は「私が好きなあなたの音」プロジェクトである。特定の人の好きな音を取り上げ、カードに仕上げて渡し、その後対談を行うというものである。同研究室のメンバーである 4 年生 6 名を対象に行い、ototto プロジェクトの存在や「生活音」といった用語が他人事にならない環境を整備した。

渡したカードには、筆者が研究室で彼らと過ごす中で発見した、筆者的好きなその人の音についての小エッセイ書かれている。自分が鳴らす音を自覚させ、「私の音を聴いている人がいるんだ」「私の音には個性があるんだ」ということを実感させるために書いている。また、カードの端には、「対談のお知らせ」と書かれており、チケットのように切り取り線が入っている。カードを読んで理解するだけでなく、筆者と対談することで、音にまつわる小話や、対象の 4 年生自身が行っている研究との関係性などを自由に発散できると考えた。前節で述べた、「着眼点として取り入れる」という発想をここでも取り入れ、彼らが

行っている研究の問題意識と、筆者自身の持つ音への好奇心を融合させるよう心がけた。

### まりんの欲音

まりんは急にはなしだす。  
いつものその、唐突な話したい欲は  
まりんのノートの音にもあらわれている。  
脈絡の無いタイミングで  
勢いよくノートを掴んだ音がしたら、  
それはまりん。  
思う存分ペッペっと書いたら、  
いつの間にか満足げに静かになってる。  
私は、議論の傍らで、  
そんなまりんの音を楽しんでるよ。

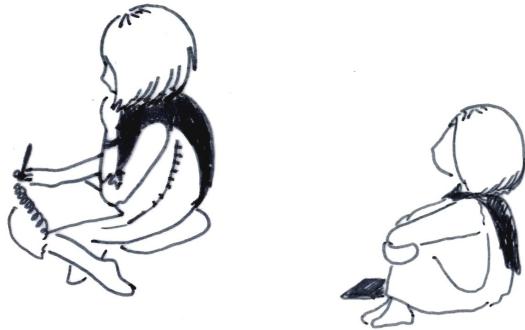


図 4-13 カードに書かれた小エッセイとイラスト抜粋



図 4-14 カードの写真

じやばらになっており、畳むと、ひつかかりと紙の強度を利用して、自立させることができる。



図 4-15 対談の様子

#### 4.2.3 「私が好きなあなたの音」プロジェクトの手応え

次に、上記の取り組みを行ったことの手応えを述べる。大きく分けて、ototto プロジェクトのメンバーに対し、2つの効果があったと考えられる。

1つ目は、筆者のねらいと同様、ototto プロジェクトのメンバー以外にも、音に関する議論ができる話し相手ができたという点である。2章で指摘した通り、生活音という媒体は副次的な音であり「さあ聴くぞ」と腰を添えて聴くものでもなければ、印象に残りやすいものでもない。また、音そのものの長さも短く、単発的である。そのため、音に対して違和感を抱いたり、感触を得ても、すぐに忘れてしまったりする。共有し合う相手がいることは、生活する中で感じる些細なことを広い上げる能力を手助けする。

カードを渡し、対談を行った4年生6名にとって、生活音という存在がより身近になるきっかけを作ったことにより、研究室内の話題として「自分/他者が鳴らす音はどんな音をしているか」があがるシーンが多く見受けられるようになった。「○○の音は何の音だろう」と考えたり、研究室に近づく足音を聞いて、「あの足音○○だよね」と推測したりなどをすることが多く見受けられた。少なからず、話題にあがるきっかけにはなったと解釈できる。これは ototto プロジェクトのメンバーのトレーニングをサポートする上で、最適な環境に近づくことができたといえる。

2つ目は、ototto プロジェクトのメンバーにとって、その他の研究室のメンバーが「後輩」のような存在になったということである。プロジェクト活動している身としては、活動しているなりの実力をもつ立場でありたいと、少なからず感じる。研究室内で生活音について議論があがるようになることで、普段プロジェクト内で考えていることが、他のメンバーよりも面白いか、もしくは同等であるのか、それらを意識し、他者及び自分の考えを評価できるようになってくる。例えば、ototto メンバーじゃない人が研究室に近づく足音の所有者を当てることができたときに、悔しいと思い、自分に同じことができたかを問いかけたりする。スポーツ競技のように自分のスキルが数値で現れない分、このように能動的に評価を行いながら、時に優越感に浸り、時に悔しさを感じることが ototto メンバー自身の成長につながると考えられる。話し相手ができたことと合わせて、大きな貢献をした取り組みであったと実感している。

これらの効用は、単発で行われるワークショップ効果へのアンチテーゼでもある。2章で触れた通り、新しい考えに触れさせ、触発させる機会として、ワークショップなどの場を考案する人は多い。しかしながら、一度感化されることはあっても、ワークショップが伝えようとした考え方や着眼点を、暮らしに取り入れることは容易なことではない。基本的に単発での参加となるワークショップで、「触発」は行えているのであろうか。筆者は、単発的なイベントは、新たな考えを取り入れるきっかけとしては働くが、触発され暮らしに取り入れるまでを保証するものではないと考える。本プロジェクトは、暮らしの中で生きていくなかで起きる様々なインタラクションから学ぶこと、他者との関係から学ぶことにより徐々に変化することを重視する活動環境が整えられたのではないかと考える。

## 5 実践の成果

本章では、実際に行ったトレーニングにより採取したデータをもとに、(1)「生活音を暮らしで活用する」ために使われる能力を明らかにする。また、(2)それらを評価するトレーニングフレームワークを提案し、その能力をマッピングする。最後に(3)協力者2名の半年間の変化を考察する。

### 5.1 扱うデータの概要

以降扱うデータは、大きく分けて2種類ある。音スケッチ実践時の議論録音データ、及び音 essay の文字データである。実践場所ごとに音スケッチのデータを分解し、協力者ごとのデータ数をまとめた概要を表5-1に記す。

表 5-1 対象データ概要

日時	Mちゃん	Yくん
8/1	(A)音スケッチ（カフェにて）の議論録音データ	
8/14	(B)音スケッチ（定食屋にて）の議論録音データ	
9/16~11/10	(C)音 essay の文字データ エッセイ数：22	エッセイ数：11
12/12	(D)音スケッチ（学内カフェにて）の議論録音データ	
12/19	(E)音スケッチ（学内食堂にて）の議論録音データ	

### 5.1.1 音スケッチデータ

音スケッチは、全4回行われている。各実践につき、議論を30分ほど行っており、各自がスケッチした内容がその場で披露される。分析対象は、議論中にあがった各参加者の発言である。実際のデータの例は表5-2の通りである。各参加者による発言を書き起こしている。

表 5-2 音スケッチのデータサンプル

発言者	発言内容
M	なんか、短い音が大きかった。って感じでしたすごく。私にとっては。短い音っていうか、キーっていう。すぐになくなっちゃう音。それを記録するのに必死っていうか。
浦上	なんか短いのが単発であると無視できなくなるよね。
M	ああああってなる。ちょっとまってって、みたいな。しかもなんか全体的に私なんかこっち側が多くて。奥が。なんか、図には書いてなかったから奥の空間を。だから書く場所がなくてあせるって言う。
浦上	そうか M ちゃんからすると奥なのかそこは。普通に空間の一部でここにあるっていう認識でしかなかったから、まあごちゃごちゃでそこに集中したのは私も一緒になんだけど。
M	もっと広くとればよかった。なんかこっからしか書いてなくて。
浦上	やっぱ自分の背中以降って、見えないから。前もそんな話したけど確か、八田で。
M	そうですよね。あと何か以外と人の声は聴こえなくもないけど、子音だけしか聴こえないみたいな。BGMに消されてるんだろうなって。
浦上	あ、それわかるかも。結構 BGM 大きいなあって。大きいって、音量が大木というよりかは、空間の中で、今人があまりいないから、中心になってるなあって。
M	なんか、話してるなあって聴こえても、内容は聴こえないってのはあって。
Y	それ僕も書きました。ただ、思ったのは、女性がしゃべってるのと、男性がしゃべってるのは特定できるなって思って。女性の方が、T のサウンドが多いなって思って。こっちに届いてくるので、tとかsって音って。そういうのが届いてきて、それは何か女性っぽいなって。何話してるかはなんも分かんないですけど、性別は特定できたから、まあ単純にトーンの違いただけではなくて、その、僕は t の発音、サウンドが気になった。

### 5.1.2 音エッセイデータ

音エッセイは、各自がそれぞれの暮らしの中で発見した音への気づきを自由に書き綴ったエッセイである。このエッセイにて書かれた文言をそのままデータとして扱う。一つのエッセイを一つの単位として扱う。エッセイのサンプルは、図4-7、4-8を参照して頂いたい。エッセイには執筆者がそれぞれいるため、エッセイに書かれた文言は、執筆者の発言として見なす。

## 5.2 データのコーティング分類

本章の冒頭で言及した分析を行うにあたり、以上の言語データのコーティングを行う。まず、データのコーティング分類を紹介する。

学びや感性の育成を評価するために、次の 2 つの仮説を本研究で採用する。一つ目はギブソンの「認識することの無かった刺激を新たに発見すること (Gibson & Gibson, 1955)」というものである。二つ目は諏訪の「学びとは、新たな着眼点を発見し、解釈を与えること (諏訪, 2007)」である。この 2 つの仮説より、本研究で行った実践による学びは「着眼点の発見」及び「問い合わせの醸成」という 2 つの側面から評価する。

### 5.2.1 問いの種類

問い合わせの種類とは、発言者が認識しているモノゴトの抽象度やその認識段階を明らかにするための分類である。我々が環境から認識し、考えを構築していく過程を一つの流れと見なし、その問い合わせがその中のどれに属するかを考える。3 章にて参照した FNS ダイアグラムにおける、C2 から C3 のプロセスを分類したものとも捉えられる。

分類、説明及びそれに対する具体例は次の通りである。具体例は、各分類の文言が含まれる文章を記述した。

表 5・3 問いの種類

中分類	分類	説明	具体例
身体的	違和感	何かを手に取る/気付くき つかけとなる反応 (評価を与えていない)	・鍵閉めたっけ? ・あるはずの音が聴こえない
身体的	感触	対象から受ける印象や感 想 (評価を与えている)	・この音は色氣がある ・加湿器の音が好き
身体的	分析	物理的な現象としての因 果関係・相互作用への着 眼 (物理的属性認識して いる)	・網ではなく鉄板だから、水分量 が違う ・マニキュア 塗り たてだと慎重 になるから音もゆっくりになる
言語的	解釈	感触を更に言語化したも の。もしくは感触と分析 を紐づけて得られた意 見。	・足音が「おいで」といっている ・深さ 2cm くらいの浅い（でもひ ろい）水たまりで、少女が不器 用にタップダンスの基礎練習をし ているような音
身体的	疑問	モノゴトに対して答えを 求める論点	・皮膚感覚と聴覚ってどういう関 係にあるんだろう ・誰かにもらった、視覚的な言葉 が自分で鳴り響く時、誰が読 んでるんだろう
言語的	問題点	現状に対する変化を求め ているポイント	・妹がいると、勉強ができない ・気配を出したいのにもう足音は 立てれない
言語的	問題意識	とある問題点に対し、そ れを変えようと試みる姿 勢	・店員のための音を大きさになら すべきじゃない ・そろそろ早く起きれるようにな らなきや
言語的	仮説	ある現象を説明するため の仮に立てる説 (goo 辞 書)	・「一緒にいる」感覚は、聴いてい る音を共有することで生まれるの かもしれない ・生活のちょっとをいじることが、 改めていろんな音に気付かせてくれるイベントになる

我々は、環境からモノゴトを認識する際、「何か変だな」など、正体は不明であるがひつかかる「違和感」をもつことがある。これは、問い合わせては一番言語化のなされていない状態であり、その理由は曖昧である。「違和感」は、些細な引っかかりを感じ取り、拾い上げる能力である。

「好きだ」「かわいい」など、対象のものごとに対して感想を抱くことを「感触」と分類する。「感触」は物事に対しての自信の素直な印象や心の揺らぎを躊躇無く表す能力である。これら 2 つは、論理的に考える前の認識であり、自分の感覚を濁さず言語化する能力が必要となる。

「この箱は何 cm で」など対象の物理的な属性や関係性を捉える「分析」を行うこともある。これは、自分の周りに繰り広げられるインタラクションの因果関係を見る能力が試される。物理的な因果関係の中で、何に着目し、何が作用すると考えるか。物理的な事象を捨象しない視点が重視されている通り(諏訪 13)、あらゆる思考をサポートする源となる。

「解釈」は、「分析」に分類される物理的な事象と、「違和感」「感触」といった自分の感覚の因果関係を構築する能力である。自分の納得のいく表現を模索したり、一つの主張として成り立たせることがなされているフェーズである。

また、後に「疑問」も醸成される。これは特に重要な過程であり、問うことにより新たな着眼点を得ようと「感触」や「文政」のフェーズを繰り返すきっかけにもなる。

時に、「問題点」を発見することもある。空間の音がうるさいこと、それにより行為が妨害されることなどを言及していれば、この分類がつく。

「問題意識」は、その対象と自分の関係性を認めることにより生まれる。「こうするべきだ」と考えることができるということは、その変化を自分が求めているということでもあり、自分ごととして事象を捉える能力の現れである。

最後に、その問題を解決するための仮説が組立つ。自分が認識してきた多くのものごとの関係性を見据え、自分なりの論理を組み立てた証である。

中分類は、「身体的」「言語的」の 2 つに分かれる。「身体的」とは、自分の感覚に基づいて、観察したもの、感じたもの、思ったことを発散し記述することにより行われる問い合わせが該当する。「言語的」は、発散するのみでなく、何かしらの解が得られるものを指す。後の分析に用いる分類である。

実際のコーディング例は 2 つ目の分類紹介後に行う。

### 5.2.1 着眼点の種類

次に、着眼している対象を分類する。これは、特に「サウンドスタイリングを行えるようになるため」という名目を意識して作成された。

自分で音を活用できるようになるためには、まず、音にまつわる事象を捉えることが重要である。上部 4 つは、音空間全体、特定の音、他者が鳴らす音、自分が鳴らす音に分かれている。また、音とは関係のない生活上の物事と紐づけることも重要である。その言葉をどのように語れているかを知るために、音以外の物事にも分類を設けた。

表 5-4 着眼点の種類

略	分類名	説明	対象例
環境	全体環境音	空間全体に鳴る音の集合、またはその発音にまつわる物事	ざわめき
特定	特定生活音	場所を特定できる単一の音、またはその発音にまつわる物事	足音、車の音、
他者	他者音	他者の鳴らす音、またはその発音にまつわる物事	店員の作業音、客の会話
自分	自分音	自分の鳴らす音、またはその発音にまつわる物事	私がスケッチする音、自分の咀嚼音
自分（音以外）	自分	自分の動作や自分を主体とした物事	私、自分
他者（音以外）	他者	他者の動作や他者を主体とした物事	後輩、店の人
特定（音以外）	特定	特定のモノを主体とした物事	プリント、帽子
環境（音以外）	環境	環境を主体とした物事	電車内、カフ
			工

「環境」「環境（音以外）」は、全体を俯瞰して一つの対象として捉えている場合である。自分が認識している空間を漠然と捉え、細部に目を向けるよりも、その空間全体の持つ特徴に興味を示す場合に使われる言葉である。この環境はどのような場所であるかを考えることは、入り口としては非常に自然である。

「特定」「特定（音以外）」は、人の関与しない、物や音をそのものとして捉えられている場合である。プリント、帽子、車の音などは、所有している人がいない。環境よりは、具体的な物に着目している証である。

「他者」「他者（音以外）」は、具体的な他者が鳴らした音や他者が所有する物、もしくは他者自身について語られた場合にコーディングされる。その対象音/物を所有している人がいるということは、その後自分を顧みるための大きなきっかけとなりうる。非常に重要な

な着眼点である。

最後に「自分」「自分（音以外）」は、自分の鳴らす音、自分の所有するもの、もしくは自分自身について語られたときにコーディングされる。これは、自分が鳴らす音を用いて暮らしをデザインすることを一つの目標としている以上、この「自分」という着眼点は最も重要な視点である。自分の動きや自分の生活に着眼し、自分の生み出す音について語ることは、サウンドスタイリングを実行する上では最も目的に近いと考えられる。

これらをふまえ、この順番に並べ、中央に向かうほどにサウンドスタイリングに近づくという分類を作成した。

### 5.2.2 コーディング手法A：問い合わせの数

認識過程分類及び認識対象分類によるコーディングは、2種類行う。一つ目は、問い合わせの数を数えるという手法である。これは、データの中に出現する文章を意味の区切りで分け、その単位でコーディングする手法である。主には、主語と述語のペアである文章がその単位と鳴る。

表 5-5 コーディング手法Aの様子

発言者	発言内容	問い合わせ	着眼点
Y	なんかトビラが閉まる音ってここ全く鳴らないんですよ。	分析	特定
Y	忍者が勝手に入ってくる感じで	感触	特定
Y	音を作り出さないような工夫をなんかいろいろしているようなきがするんですよね、この雰囲気が	解釈	環境
Y	音を作り出さないような工夫をなんかいろいろしているようなきがするんですよね、この雰囲気が	仮説	環境

実際に音スケッチ時の議論をコーディングした様子は表 5-5 の通りである。例えば、「なんかトビラが閉まる音ってここ全く鳴らないんですよ。」という文章は、トビラが閉まる音の特徴を物理的な視点で述べているため、「分析」とコーディングする。そして、その対象が、「トビラが閉まる音」という、特定の音であるため、「特定」というコーディングが為される。それ以降も同様に、主語と述語の意味の区切りを 1 単位とし、それに対応する問い合わせの種類及び着眼点の種類を当てはめていく。

「音を作り出さないように～ようなきがするんですよね、この雰囲気が」という文章は、彼の音に対する解釈であり、その特定の音が雰囲気にもたらす効用を示した仮説でもある。このように、一つの単位に複数のコーディングをすることもある。特に、「問題点」「仮説」などは、他の分類と被ることが多い。「問題点」は、物理的分析や、対象を知覚した感觸な

どに対して「問題がある」という評価を下すため、必然的に被ってしまうのであろう。

### 5.2.3 コーディング手法B：着眼点の数

2つ目のコーディング手法は、着眼点の数を数える方式である。これは、先ほどのコーディングを、文章内の単語分だけかけ算したものである。一つの文章の中には多くの着眼点が含まれるため、その着眼点の数だけ数えることにより、文章に含まれる内容の密度を数えるのである。

コーディングの様子は表 5-6 の通りである。

表 5-6 コーディングBの様子

発言者	発言内容	問い合わせ	着眼点
Y	なんかトビラが	分析	特定
Y	閉まる	分析	特定
Y	音って	分析	特定
Y	ここ	分析	特定
Y	全く	分析	特定
Y	鳴らないんですよ。	分析	特定
Y	忍者が	感触	特定
Y	勝手に入ってくるかんじで、	感触	特定
Y	音を	解釈	環境
Y	作りださないような	解釈	環境
Y	工夫をなんか	解釈	環境
Y	いろいろ	解釈	環境
Y	してるような気がするんですよね、	解釈	環境
Y	この雰囲気が	解釈	環境
Y	音を	仮説	環境
Y	作りださないような	仮説	環境
Y	工夫をなんか	仮説	環境
Y	いろいろ	仮説	環境
Y	してるような気がするんですよね、	仮説	環境
Y	この雰囲気が	仮説	環境

### 5.3 生活音を暮らしで使うための感性

分析の第一の目的は、生活音を暮らしで駆使するために必要な感性、つまりサウンドスタイルに必要な感性をリストアップすることにある。本節では協力者が、生活音を暮らしで駆使するために扱われてきた能力を明らかにする。

#### 5.3.1 能力の抽出

5.1で紹介した分類をもとに、リストアップを行う。前述した通り、認識過程一つ一つが能力であり、その一つ一つにも多様な能力が隠れている。コーディングした認識過程×認識対象のセットごとに、その能力を記述し、それらをまとめることにより能力のリストアップを行う。その際には、単語ごとに切り分け、それを一単位と見なす。それに対応する形で能力を記述していく。記述される能力は、一つの単位に対して複数の場合もある。

能力を記述する様子は以下の通りである。前述したコーディング手法とは異なり、能力の種類にあわせて、認識過程分類及び認識対象分類が記述されている。この分類は、5.4で構造化する際に必要になる。

表 5-7 能力の記述の様子

発言内容	問い合わせ	着眼点	能力
パソコンの	分析	特定	特定の音を鳴らす発音体への着眼
キーが	分析	特定	特定の音を鳴らす発音体への着眼
爽快な	感触	特定	特定の音の速度を○○で表現
スピード感で	分析	特定	特定の音の速度への着眼
「かたかたかたかたッ」と	感触	特定	特定の音の感触をオノマトペで表現
鳴る音が	分析	特定	特定の音への着眼
聞こえてきたら、	分析	特定	特定の音への着眼
たしかに寝付けない。	解釈	特定	特定の音が自分にもたらす変化を評価
たしかに寝付けない。	問題点	特定	特定の音の問題点の発見（妨害）

「パソコンの」という文言は、特定の音を鳴らす発音体への着眼である。分類は、「分析」「特定」となる。「キーが」も同様である。

「爽快な」というのは、特定の音の速度を、速度表現ではない別の言葉に置き換えて表現している。これは「特定の音」の「感触」に着目した能力である。その後も同様に、その能力がどのような対象の、何に着目した能力であるかをセットで記述していく。

具体的なリストアップは、次節にて構造化した状態で記載する。

### 5.3.2 能力の構造化

5.2で抽出された能力を構造化するべく、本節ではトレーニングマップを提案する。これは、サウンドスタイリングを行うまでのプロセスを支える能力を評価する一つの解釈である。

図5-2が、本研究で考案するサウンドスタイリングトレーニングマップである。横軸に、前述した認識過程の分類を、縦軸には、認識対象の分類を並べたものである。生活音を暮らしで活用するという目標に近づくための案内が行えるものである。

横軸の順番は、目標への距離で判断されている。暮らしの中から気づきを経て、それが仮説まで形成されるプロセスを順に並べた。右側に行くほどに、目標の醸成に近づくため、「音を鳴らす」「音の聴き方を変える」といった行為を能動的に行う状態に近いと言える。縦軸は、認識対象が並んでいる。中央に自分の音や自分の行為が並んでおり、そちらに向かうほどに、能動的な行為を行うための思考を有していると考えることができる。

表 5-8 サウンドスタイリングトレーニングマップ

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境								
特定								
他人								
自分								
自分 (音以外)								
他人 (音以外)								
特定 (音以外)								
環境 (音以外)								

各セルの中には、リストアップした能力が記入され、使われた能力の位置づけを確認することができる。

また、各セルの中に、音 essay や音スケッチの実践により発揮された能力の総数を入力することで、自分が使っている能力の傾向が分かる。数値に応じて色分けをすることにより、その状態がより可視化される。

表 5-9 トレーニングマップ色づけ凡例

数値	0	1~5	6~10	11~15	15~20	21~25	26 以上
色							

表 5-10 トレーニングマップ数値+色づけサンプル

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境	0	4	10	5	1	2	1	1
特定	0	0	16	0	0	0	0	0
他人	0	0	0	0	0	0	0	0
自分	0	0	6	0	0	0	1	0
自分 (音以外)	0	0	2	0	0	0	0	0
他人 (音以外)	0	0	0	0	0	0	0	0
特定 (音以外)	0	0	0	0	0	0	0	0
環境 (音以外)	0	0	0	0	0	0	0	0

### 5.3.3 サウンドスタイリングのトレーニングフレームワーク

実際に作成したトレーニングフレームワークを紹介する。認識過程の分類ごとに、各対象分類に特化した能力を記述していく。本研究では、音と摂する能力のみをあつかうため、リストアップを行うのは、対象分類の中の、「環境」「特定」「他者」「自分」のみとする。

#### (1) 違和感

違和感は、出現量も少ないため、今回の研究で抽出できたものが数少ないが、引っかかりを捉えるきっかけは、どの分類も似ている。表 5-11 が、違和感をとらえる能力一覧である。

表 5-11 違和感を捉える能力一覧

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	環境音に対する自分の反応の変化に引っかかる 環境音に対して変だと感じる 環境音が耳に留まる
特定	特定の音に対する反応の自分の変化に引っかかる 特定の音に対して変だと感じる 場所を変えたときの同じ特定音の違いに引っかかる 特定の音が耳に留まる
他者	他者の鳴らす音に対する反応の自分の変化に引っかかる 他者の鳴らす音に対して変だと感じる 場所を変えたときの同じ他者の音の違いに引っかかる 他者の鳴らす音が耳に留まる
自分	自分の音に対する反応の自分の変化に引っかかる 自分の音に対して変だと感じる 場所を変えたときの同じ自分の鳴らす音の違いに引っかかる 自分の鳴らす音が耳に留まる

## (2) 感触

感触能力は、対象とする音の成り立ちを指しているか、その音の属性をさすのか、鳴った後の影響をさすのかの3種類に分かれると考えられる。成り立ちとは、その音の構成要素や、それを鳴らす発音体についてを指す。属性とは、その音の音色や聴き心地などを指す。影響とは、その音を聴いた自分が促されそうな行動や、その音が影響を与えている物事を感覚的に捉えた場合である。表5-12が、音を感覚的に捉えたときの印象を言語化する能力一覧である。

表5-12 感触を言語化する能力一覧

対象分類	能力リスト
環境	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>環境音の構成要素の感触を表現</p> <p>&lt;属性&gt;</p> <p>環境音への感触を言語化</p> <p>環境音の感触を○○で表現</p> <p>(オノマトペ、動き、素材、視覚情報、空間、明暗、触覚など)</p> <p>環境音のうごめきを察知</p> <p>&lt;影響&gt;</p> <p>環境音の響き方を表現</p> <p>環境音に対して抱いた自分の感情を言語化</p> <p>環境音への馴染みを言及</p> <p>環境音が影響を与えている場所を指摘</p> <p>環境音を聴いて促される行為を指摘</p>
特定	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>特定の音の構成要素の感触を表現</p> <p>音を鳴らす発音体の動きを表現</p> <p>&lt;属性&gt;</p> <p>特定の音への感触を言語化</p> <p>特定の音の感触を○○で表現</p> <p>(オノマトペ、動き、素材、視覚情報、空間、明暗、触覚など)</p> <p>&lt;影響&gt;</p> <p>特定の音の響き方を表現</p> <p>特定の音に対して抱いた自分の感情を言語化</p> <p>特定の音への馴染みを言及</p> <p>特定の音が影響を与えている場所を指摘</p> <p>特定の音を聴いて促される行為を指摘</p>

---

他者	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>他者の音の構成要素の感触を表現</p> <p>音を鳴らす他者の動きを表現</p> <p>&lt;属性&gt;</p> <p>他者の音への感触を言語化</p> <p>他者の音の感触を○○で表現</p> <p>(オノマトペ、動き、素材、視覚情報、空間、明暗、触覚など)</p> <p>&lt;影響&gt;</p> <p>他者の音の響き方を表現</p> <p>他者の音に対して抱いた自分の感情を言語化</p> <p>他者の音への馴染みを言及</p> <p>他者の音が影響を与えている場所を指摘</p> <p>他者の音を聴いて促される行為を指摘</p>
自分	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>自分の音の構成要素の感触を表現</p> <p>音を鳴らす自分の動きを表現</p> <p>&lt;属性&gt;</p> <p>自分の音への感触を言語化</p> <p>自分の音の感触を○○で表現</p> <p>(オノマトペ、動き、素材、視覚情報、空間、明暗、触覚など)</p> <p>&lt;影響&gt;</p> <p>自分の音の響き方を表現</p> <p>自分の音に対して抱いた自分の感情を言語化</p> <p>自分の音への馴染みを言及</p> <p>自分の音が影響を与えている場所を指摘</p> <p>自分の音を聴いて促される行為を指摘</p>

---

### (3) 分析

分析も、感触の能力と同様、<成り立ち><属性><影響>の3種類にて構成される。表5-13が音を分析的に着眼する能力リストである。

表 5-13 分析的に着眼する能力一覧

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>環境音の構成要素への着眼</p> <p>&lt;属性&gt;</p> <p>環境音を構成する音の数への着眼</p> <p>環境音を構成する音の種類への着眼</p> <p>&lt;影響&gt;</p> <p>環境音によって促された自分の行動に言及</p> <p>環境音によって促された自分の行動の速度に言及</p>
特定	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>特定の音が鳴らす発音体への着眼</p> <p>特定の音の鳴るシチュエーションへの言及</p> <p>特定の音が鳴る環境の構成要素への言及</p> <p>特定の音が鳴る時間帯への言及</p> <p>特定の動きと鳴った音の関係性への着眼</p> <p>&lt;属性&gt;</p> <p>特定の音が鳴る位置への着眼</p> <p>特定の音の数への着眼</p> <p>特定の音の速度への着眼</p> <p>特定の音の音量への着眼</p> <p>特定の音に対するリズムへの着眼</p> <p>特定の音が鳴る頻度への着眼</p> <p>特定の音の変化への着目</p> <p>&lt;影響&gt;</p> <p>特定の音を認識するきっかけへの着眼</p> <p>特定の音が環境にもたらす変化に着眼</p>
他者	<p>&lt;成り立ち&gt;</p> <p>他者の音が鳴らす発音体への着眼</p> <p>他者の音の鳴るシチュエーションへの言及</p> <p>他者の音が鳴る環境の構成要素への言及</p> <p>他者の音が鳴る時間帯への言及</p>

---

他者の鳴らす音を生む行為への着眼  
音を鳴らす他者の動きへの着眼  
他者の動きと鳴った音の関係性への着眼  
他者と身につける音との関係性への着眼  
<属性>  
他者の音が鳴る位置への着眼  
他者の音の数への着眼  
他者の音の速度への着眼  
他者の音の音量への着眼  
他者の音に対するリズムへの着眼  
他者の音が鳴る頻度への着眼  
他者の音の変化への着目  
<影響>  
他者の音を認識するきっかけへの着眼  
他者の音が環境にもたらす変化に着眼

---

自分 <成り立ち>

自分の音が鳴らす発音体への着眼  
自分の音の鳴るシチュエーションへの言及  
自分の音が鳴る環境の構成要素への言及  
自分の音が鳴る時間帯への言及  
自分の鳴らす音を生む行為への着眼  
音を鳴らす自分の動きへの着眼  
自分の動きと鳴った音の関係性への着眼  
自分と身につける音との関係性への着眼  
<属性>  
自分の音が鳴る位置への着眼  
自分の音の数への着眼  
自分の音の速度への着眼  
自分の音の音量への着眼  
自分の音に対するリズムへの着眼  
自分の音が鳴る頻度への着眼  
自分の音の変化への着目  
<影響>  
自分の音を認識するきっかけへの着眼  
自分の音が環境にもたらす変化に着眼

---

#### (4) 解釈

解釈は、対象の音に対する評価や意見、それらを聴いたときの感情への理解などである。表 5-14 が、感情を組み立てる能力一覧である。

表 5-14 解釈を組み立てる能力一覧

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	環境の音によって促される自分の行為に命名 環境音が環境にもたらす変化を評価 環境音に対する自分の態度を推測 環境音が自分にもたらす変化を推測 環境音とシチュエーションに関係性を見出す 環境音が鳴るべきシチュエーションへの意見 環境音が自分にもたらす心情を解釈 環境音が鳴っている環境を想像 環境音を表す言葉を発見 環境音を思い出す 環境音に対する自分の意見を明言
特定	特定の音が環境にもたらす変化を評価 特定の音に対する自分の態度を推測 特定の音が自分にもたらす変化を推測 特定の音とシチュエーションに関係性を見出す 特定の音が鳴るべきシチュエーションへの意見 特定の音からセリフを見出す 特定の音が自分にもたらす心情を解釈 特定の音が鳴っている環境を想像 特定の音を表す言葉を発見 特定の音を思い出す 特定の音からその発音体を想像する 特定の音の発音体を想像する自分の感情を捉える 特定の音に対する想像力と感情の関係を指摘 特定の音に対する自分の意見を明言
他者	他者の鳴らす音が環境にもたらす変化を評価 他者の鳴らす音に対する自分の態度を推測 他者の鳴らす音が自分にもたらす変化を推測 他者の鳴らす音とシチュエーションに関係性を見出す 他者の鳴らす音からセリフを見出す

---

他者の鳴らす音が自分にもたらす心情を解釈  
他者の鳴らす音を表す言葉を発見  
他者の鳴らす音を思い出す  
他者の鳴らす音からその発音体を想像する  
他者の鳴らす音の発音体を想像する自分の感情を捉える  
他者の鳴らす音に対する想像力と感情の関係を指摘  
他者の鳴らす音に対する自分の意見を明言

---

自分　　自分の鳴らす音が環境にもたらす変化を評価  
自分の鳴らす音が自分にもたらす変化を推測  
自分の鳴らす音とシチュエーションに関係性を見出す  
自分の鳴らす音が鳴るべきシチュエーションへの意見  
自分の鳴らす音からセリフを見出す  
自分の鳴らす音が自分にもたらす心情を解釈  
自分の鳴らす音が鳴っている環境を想像  
自分の鳴らす音を表す言葉を発見  
自分の鳴らす音を思い出す  
自分の鳴らす音からその発音体を想像する  
自分の鳴らす音の発音体を想像する自分の感情を捉える  
自分の鳴らす音に対する想像力と感情の関係を指摘  
自分の鳴らす音に対する自分の意見を明言

---

### (5) 疑問

疑問は、はっきりとしないことや、自分の推測が及ばないことを対象に生まれる。特に音の正体を解明するための疑問が多く見受けられた。可能性としては、感触や分析で指摘されたものを問うことがありえるため、リストは感触・分析で指摘された対象の分続くということになる。本論ではその中の一部を記す。

表 5-15 疑問を醸成する能力一覧

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	空間内で鳴る音の正体を問う
特定	特定の音に対する他の人の意見を問う 特定の音に対する未来の自分の心境を問う 特定の音の正体を問う
他者	他者が音を鳴らす理由を問う 他者が鳴らす音に対する別の他者の意見を問う 他者が鳴らす音に対する未来の自分の心境を問う 他者が鳴らす音の正体を問う
自分	自分が鳴らす音に対する別の他者の意見を問う 自分が鳴らす音に対する未来の自分の心境を問う 自分が鳴らす音の正体を問う

### ( 6 ) 問題点

問題点は、不満や修正すべき点の発見である。表 5-16 にその能力をリストアップした。

**表 5-16 問題点を発見する能力一覧**

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	環境音による妨害 環境音による気分低下 環境音とシチュエーションの関係性の齟齬 環境音が自分にもたらす変化への不満 環境音の鳴らす発音体が不明 環境音に対する意見の不届き
特定	特定の音による妨害 特定の音による気分低下 特定の音とシチュエーションの関係性の齟齬 特定の音が自分にもたらす変化への不満 特定の音の鳴らす発音体が不明 特定の音に対する意見の不届き
他者	他者の鳴らす音による妨害 他者の鳴らす音による気分低下 他者の鳴らす音とシチュエーションの関係性の齟齬 他者の鳴らす音が自分にもたらす変化への不満 他者の鳴らす音の発音体が不明 他者の鳴らす音に対する意見の不届き
自分	自分の鳴らす音による妨害 自分の鳴らす音による気分低下 自分の鳴らす音とシチュエーションの関係性の齟齬 自分の鳴らす音が自分にもたらす変化への不満 特自分の鳴らす音に対する意見の不届き

### (7) 問題意識

問題意識は、問題点の発見を経て、「こうするべきである」とその要望を言語化したものである。表 5-17 に能力を一覧した。

表 5-17 問題意識を醸成する能力一覧

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	音空間への改善希望
特定	特定の音の発音過程への注意喚起 特定の音への注意喚起
他者	他者の鳴らす音の発音過程への注意喚起 他者の鳴らす音への注意喚起
自分	自分の鳴らす音の発音過程への注意喚起 自分の鳴らす音への注意喚起 自分の鳴らす音が他者にされないための注意喚起

### (8) 仮説

仮説の醸成は、問題点の解決案として提示される。抽出された能力の一部をリストアップした。

表 5-18 仮説を組み立てる能力一覧

対象分類	能力リスト（順不同）
環境	環境音と行動の関係性を指摘
特定	特定の音とその発音体の関係性を見出す 特定の音と行動の関係性を指摘
他者	他者の鳴らす音とその発音体の関係性を見出す 他者の鳴らす音と行動の関係性を指摘
自分	自分の鳴らす音とその発音体の関係性を見出す 他者の鳴らす音と行動の関係性を指摘

## 5.4 協力者の成果

本章では、本研究にて提案する分類、及びトレーニングマップを用いて、協力者 2 名の半年間の変化を考察する。また、各取り組みにおける反応の傾向を知ることにより、各取り組みの促す効果の傾向を得る。これらをふまえ、サウンドスタイリングを行う上で新たな評価基準の仮説を立てる。

### 5.4.1 音スケッチの分析例

まず、音スケッチの分析例を紹介する。実際の発言をエピソードとして載せ、そこで用いた主な能力を記した。さらに、それらの発言のされた実践会全体の能力の総数を、トレーニングマップに当てはめた。これらを参考に、次節の分析へと進みたい。

(1) 機械の音に起こされる人間 (Mちゃん)

なんかあんま人の気配は感じなくて、機械音が多かった感じがして車もだし、あっちのほうで工事やってる音が聴こえたり、あとはマツキヨのBGMだったり。絶対その音を鳴らしている人ってのはいるから、絶対そこには人はいるはずなのに、人の気配がしなくて、あー機械の方が人より早起きして働いてる気がして、朝だなあっていう。機械に起こされてる感じがして。すごいなんか面白かったです。(後略)

図 5-1 音スケッチエピソード (1)

用いた主な能力

- ・ 他者の行為への着眼
- ・ 特定の音の数への着眼
- ・ 特定の音の発音体への着眼
- ・ 特定の音への感触を表現
- ・ 特定の音を評価する

表 5-19 トレーニングマップでみる音スケッチエピソード (1)

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境	1	1	0	0	0	0	0	0
特定	1	4	12	10	0	0	0	2
他人	0	1	6	1	1	0	0	5
自分	1	2	1	0	1	1	0	0
自分（音以外）	0	0	0	0	0	0	0	0
他人（音以外）	0	0	1	0	0	0	0	0
特定（音以外）	0	0	0	0	0	0	0	0
環境（音以外）	0	0	0	0	0	0	0	0

(2) 安っぽい音と店 (Yくん)

まあなんか勝手な印象なんですけど、結構リーズナブルなお店だと思うんで、値段が。プラスチックの食器とか使ってて。あの軽い音がチープ感だしてるとか。思った入り口のきーんコーンってやつとかも、人工音とか、ジャズのBGMとかも、高いしゃらしゃらした音とかも、軽い音ってのはやっぱり重厚感がなくて。値段的になのかわからないんですけど、かなり安いかなっていう印象がありました。

図 5-2 音スケッчエピソード (2)

用いた主な能力

- ・ 環境全体への感触を表現
- ・ 特定の音への感触を重さで表現
- ・ 特定の音への感触をオノマトペで表現
- ・ 環境音に対する意見を述べる
- ・ 特定の音の種類への着眼

表 5-20 トレーニングマップでみる音スケッчエピソード (2)

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境	0	1	7	11	3	2	0	7
特定	1	4	11	6	0	2	1	3
他人	2	5	11	6	2	1	0	6
自分	0	0	0	0	0	0	0	0
自分(音以外)	0	0	1	0	0	0	0	0
他人(音以外)	1	0	1	0	0	0	0	0
特定(音以外)	0	0	2	1	0	0	0	2
環境(音以外)	0	1	1	1	0	0	0	3

### 5.4.2 音スケッチの分析

はじめに、音スケッチのデータを考察する。

#### (1) 音スケッチ全日程の問い合わせの種類総数

音スケッチの全日程問い合わせの種類総数の合計は以下の通りである。始めにコーディング手法 A を用いて、協力者 2 人の言及した問い合わせの数を見る。

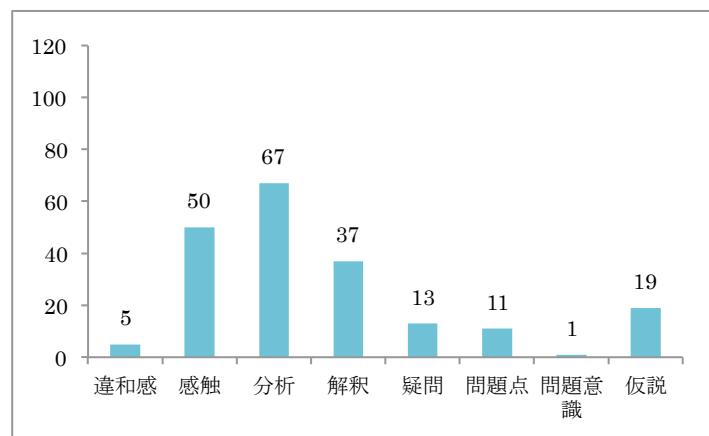


図 5-3 音スケッチ全日程の問い合わせの種類総数 (Mちゃん) : A

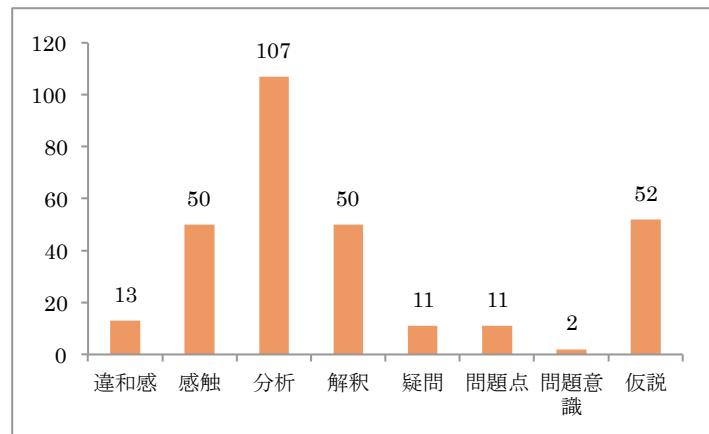


図 5-4 音スケッチ全日程の問い合わせの種類総数 (Yくん) : A

次に、コーディング手法Bの結果を示す。これは、発言に含まれる着眼点の数を表す。

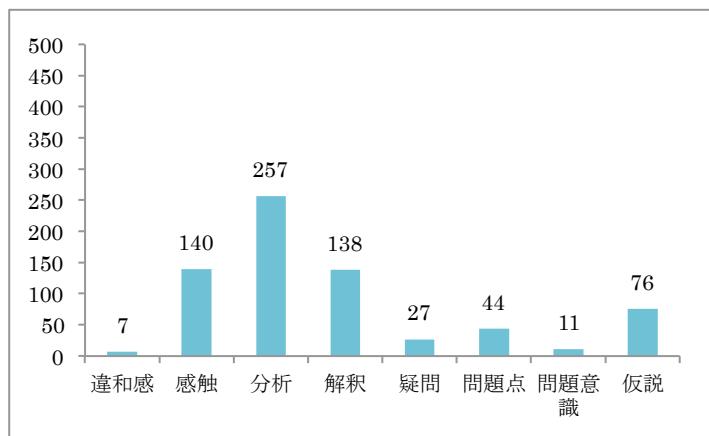


図 5-5 音スケッチ全日程問い合わせの種類総数 (Mちゃん) : B

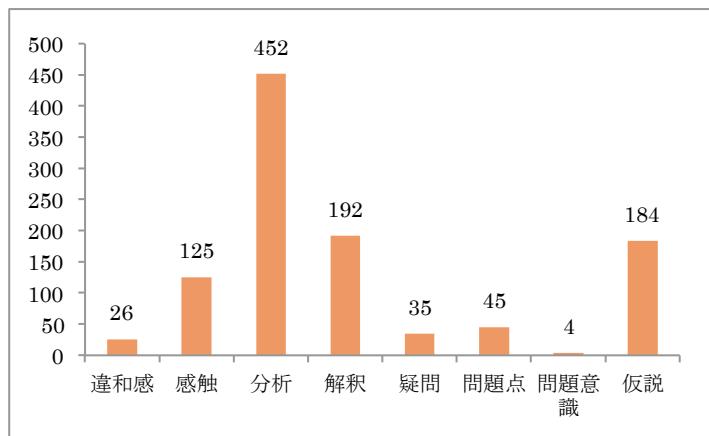


図 5-6 音スケッチ全日程問い合わせの種類総数 (Yくん) : B

図5-3から図5-6の考察を行う。取り組み全体を通して言えることであるが、「分析」は、そこにある事象を説明するだけで増えるので、必然的に多くなる。特に、この取り組みにおいては、空間内で鳴る音の発音源を記録するものであるため、この記述に注力するのであろう。一方、聴いた音の感触というのは、発音源を記録する上で必ずしも必要なことではない。感触は、「うるさかった」など書き留めるきっかけとなった印象、それを聴いて感じたことなどが含まれる。音の説明をする上で、オノマトペを使ったり、比喩的な形容詞を使う場合もこれにあたる。「分析」は、両者とも一番多いが、Yくんの「感触」の割合に比べ、Mちゃんの「感触」の割合が多い。2名の協力者のデータからでは、優劣を判断することはできないが、Mちゃんは物理的な因果関係を述べることよりも、感じたことを語る言葉を導きだすこと得意としていることは日頃接している上での感覚の通りである。

また、音スケッチは、「鳴った音に注目してください」という指示を出しているため、聴

こえた音に何も感じなくとも、とりあえず記録の対象となる。そのため、何故その音に注目したのか、そのひっかかりは何だったのかを語る「違和感」が出づらいと考えられる。具体的な指示が出ているにも関わらず、自分の違和感に気づき、それについて触れることができたことは、評価できるポイントであると考える。

また、Yくんの「仮説」がMちゃんに比べて多いことが分かる。彼は、自己の中で論理を組み立て、意見がでてから言葉にすることが多いと語っていた。彼の議論スタンスを指し示しているのではないかと考えられる。

## (2) 音スケッチ全日程の着眼点の種類総数

認識対象の分類合計を示す。先ほどと同じように問い合わせの数を始めに示す。

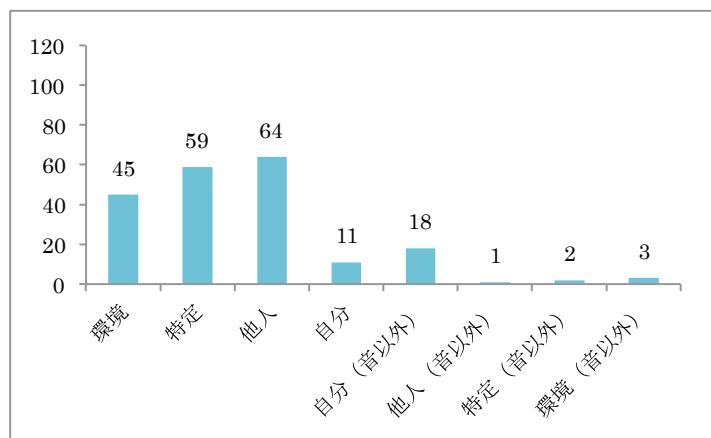


図 5-7 音スケッチ全日程の着眼点の種類総数 (Mちゃん) : A

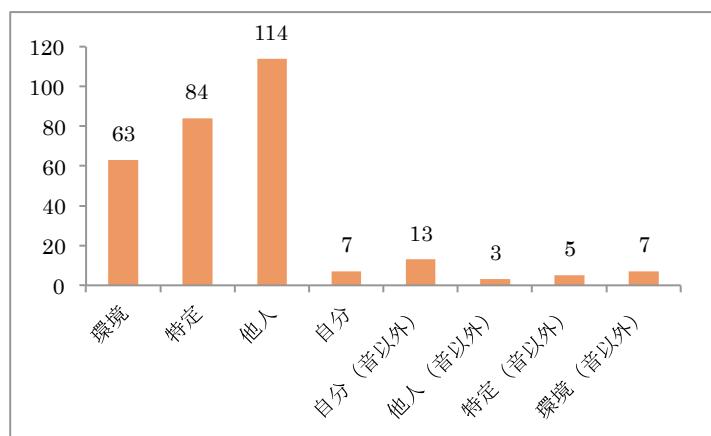


図 5-8 音スケッチ全日程の着眼点の種類総数 (Yくん) : A

次に、コーディング手法 B の結果を示す。これは、発言に含まれる着眼点の数を表す。

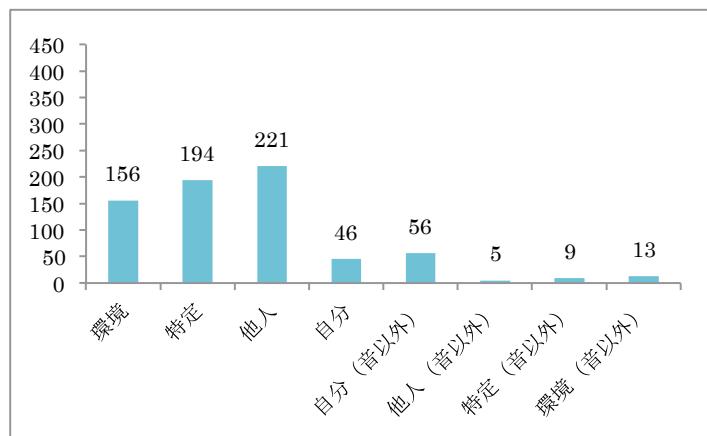


図 5-9 音スケッチ全日程着眼点の種類総数 (Mちゃん) :B

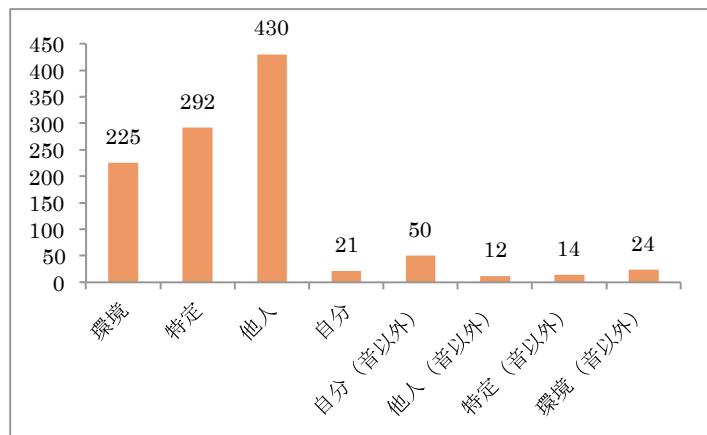


図 5-10 音スケッチ全日程着眼点の種類総数 (Yくん) :B

図 5-7 から図 5-10 の考察を行う。何について議論を交わしたかを表している。空間の中の音に目を向けることを指示しているため、必然的に「環境」「特定」「他人」が多くなる。環境全体について、特定の音について、他者が鳴らす音についてである。中でも他者が鳴らす音が比較的多い理由は、実践場所が食事の現場であったため、共同空間としてのありかたを考えるに至ったためではないかと考える。

特に Y君は、他者について語る言葉が多く見受けられ、「迷惑」「礼儀」など、店員や他の客との関わり方について着目する傾向にあった。

他者に着目する一方、自分に意識を向けることは容易には行えないようである。スケッチをするという課題があがっている以上、行動が制約されていることもあり、自分自身の

存在をその空間の一部として捉えることが困難なのかもしれない。自分自身を観察者として捉えずに、自分もまた空間で食事をし、音を鳴らす一人なのであると捉えることができたときに、自分にまつわる着眼点が記録される。

不思議なことに、両者とものグラフがほぼ似たような割合で構成されている。食事の現場で行う音スケッチが促す認識に特徴があるということであろう。もしくは、実践した空間ごとに、書きたくなる要素が限定されるのであろうか。実践日ごとの変遷は後ほど（4）にて考察する。

(3) トレーニングマップでみる音スケッチの全日程合計

表 5-21 トレーニングマップ色づけ凡例

数値	0	1~5	6~10	11~15	15~20	21~25	26 以上
色							

表 5-22 トレーニングマップでみる音スケッチ全日程合計 (Mちゃん) : A

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境	2	10	14	7	3	4	0	5
特定	1	10	23	17	2	1	0	5
他人	1	23	16	5	7	4	0	8
自分	1	2	1	3	1	2	0	1
自分 (音以外)	0	3	10	4	0	0	1	0
他人 (音以外)	0	0	1	0	0	0	0	0
特定 (音以外)	0	0	2	0	0	0	0	0
環境 (音以外)	0	2	0	1	0	0	0	0

表 5-23 トレーニングマップでみる音スケッチ全日程合計 (Yくん) : A

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境	3	7	13	15	5	2	0	18
特定	6	19	28	14	2	3	1	11
他人	3	17	47	19	4	6	0	18
自分	0	4	2	0	0	0	1	0
自分 (音以外)	0	2	11	0	0	0	0	0
他人 (音以外)	1	0	2	0	0	0	0	0
特定 (音以外)	0	0	2	1	0	0	0	2
環境 (音以外)	0	1	2	1	0	0	0	3

前述した通り、音スケッチは、空間で鳴る音の発音体を記録する取り組みであるため、「分析」や「環境」「特定」「他者」が多くなる傾向にある。この取り組みが刺激する実践者の着眼点が、それらなのである。トレーニングマップに当てはめてみても、その特徴が見て取れる。

両者とも、分析エリアの上部が埋まっているが、その他の分類には違いが現れる。Mちゃんは、縦に密度が高く、Y君は、横方向に密度が高い。この点について、考察する。Mちゃんの縦の広がりはつまり、認識対象のバリエーションを指す。着目する対象が、指示されているものから離れていても、関連のあるものとして取り上げているということを意味する。特に、「自分」「自分（音以外）」を取り上げることは高度であるにも関わらず、彼女は十分なほど埋まっている。これにより、トレーニングマップの縦の密度は多様な対象を捉えていることと、そして特に中心部が濃い場合は、自分自身を顧みる視点を獲得していることが分かる。トレーニングマップの解釈の仕方の一つである。

Y君は、横の密度が高い。特に、「分析」「感触」など比較的両者とも多い分類に限らず、「疑問」「問題点」「問題意識」「仮説」までにも及んでいる。認識過程分類の後半4つは、より目標を立て行動するフェーズに近い。つまり、空間で鳴る音が自分自身にも影響のある音であり、解決すべきであると考えていることを指す。トレーニングマップの横の密度は、自分ごととして考える能力を表しているのであろう。

Y君の特徴はもう一つある。彼は、中心部に数が偏りつつも、「環境」「環境（音以外）」に対する言葉が多い。空間の中の音を記録する際には、どうしても細かい視点が増えていくが、環境全体を1としてとらえる視点も忘れずにいることが伺える。世界を見る単位を大きくしたり、細かくしたりなどを行き来しながら考えている様子が伺える。この能力は、音と空間との関係を紐付ける上で重要である。

音スケッチという取り組みの指示により、刺激される実践者の思考があるからこそ、その地点からどのように広がらせることができたのかをトレーニングマップにより考察することができた。

#### (4) 音スケッチ日程別の問い合わせの種類総数

以降、日程別の変遷を追う。横軸は、実践回数であり、縦軸はすべてコーディング手法 A により数え上げられた問い合わせの数である。

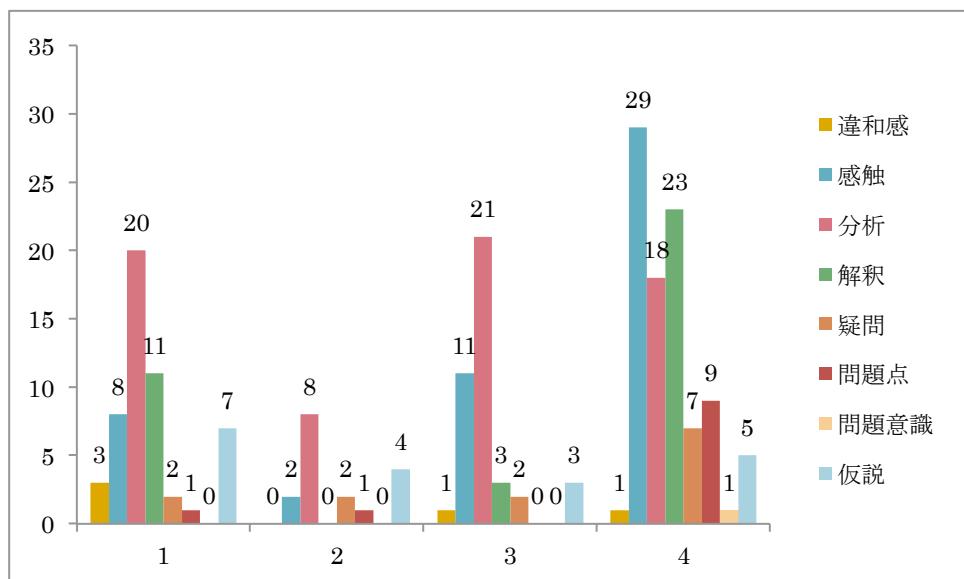


図 5-11 音スケッチ日程別の問い合わせの種類総数 (Mちゃん)

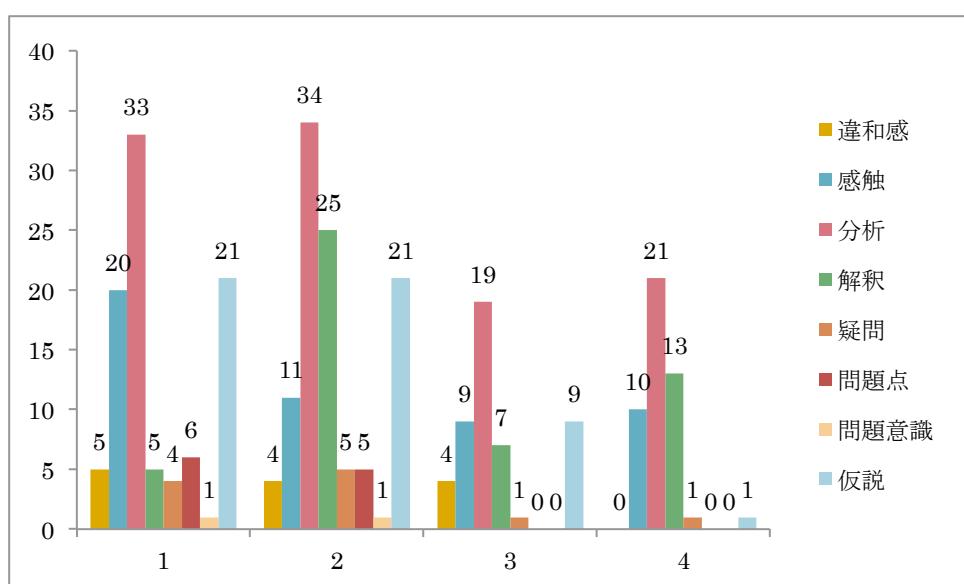


図 5-12 音スケッチ日程別の問い合わせの種類総数 (Yくん)

図 5-11、図 5-12 は、音スケッチ日程別の認識過程分類の合計グラフである。

M ちゃんはまず、発言数が増加した。議論と言えど、自分が行ったスケッチの様子を説明する会話なので、一つの取り組みの中で着目する出来事の量が増えたのであろう。これは、空間の盗聴にも依存するが、同じ場所で取り組んだ Y くんと比較しても、十分に増加していることが伺える。

第 3 回目で増加した発言数のほとんどは、「感触」及び「分析」である。それらを緻密に語ると、第 4 回目で「解釈」も増えたことより、「感触」「分析」が増加したことで「解釈」が増加したのではないかと考えられる。彼女は、感じたことを言葉にすることは得意であるが、自分で「こうである」と断言するに至らないことが多い。これは、Y くんと比較したときの「解釈」や「仮説」の少なさに現れている通りである。しかし、最後の回で、一気に増加した様子が分かる。「解釈」も「仮説」も、その時の自分なりの答えを言葉にすることであるため、「感触」「分析」を丁寧に行うことにより、重要な着眼点を見失わずに、納得のいくところまで話題を展開させることができるのである。

これらの仮説を検証するため、「違和感」「感触」「分析」「疑問」を曖昧な文言とし、「解釈」「問題点」「問題意識」「仮説」を具体的な文言とし、「曖昧」「具体的」という中分類で合計を取った。そのグラフが、次のグラフである。

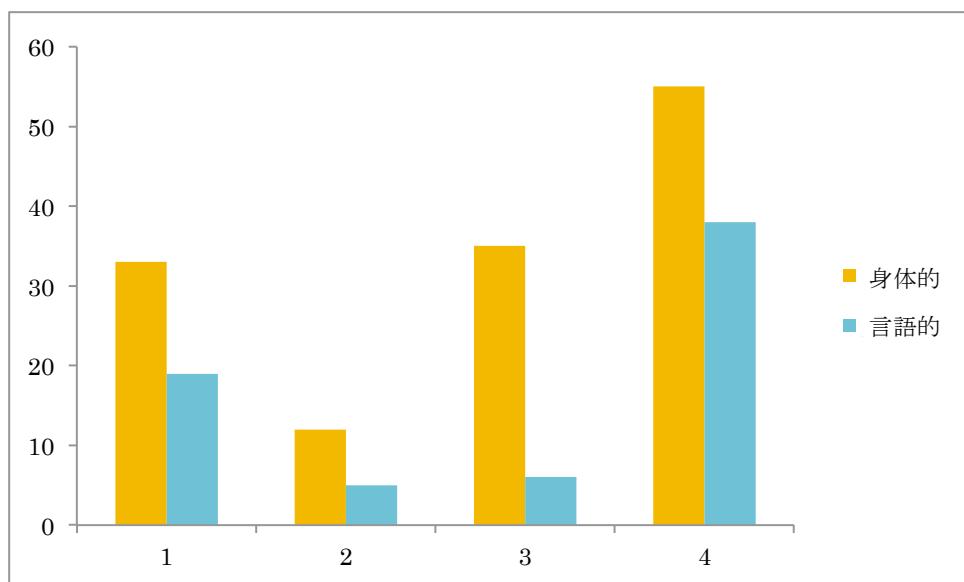


図 5-13 音スケッチ日程別問い合わせの種類中分類総数 (M ちゃん) : A

図 5-13 の通り、M ちゃんは第 4 回目にて具体的な発言が多く出現している。曖昧な言葉も同時に増加しており、何らかの因果関係を考察することができる。

(5) 音スケッチ日程別の着眼点の種類総数

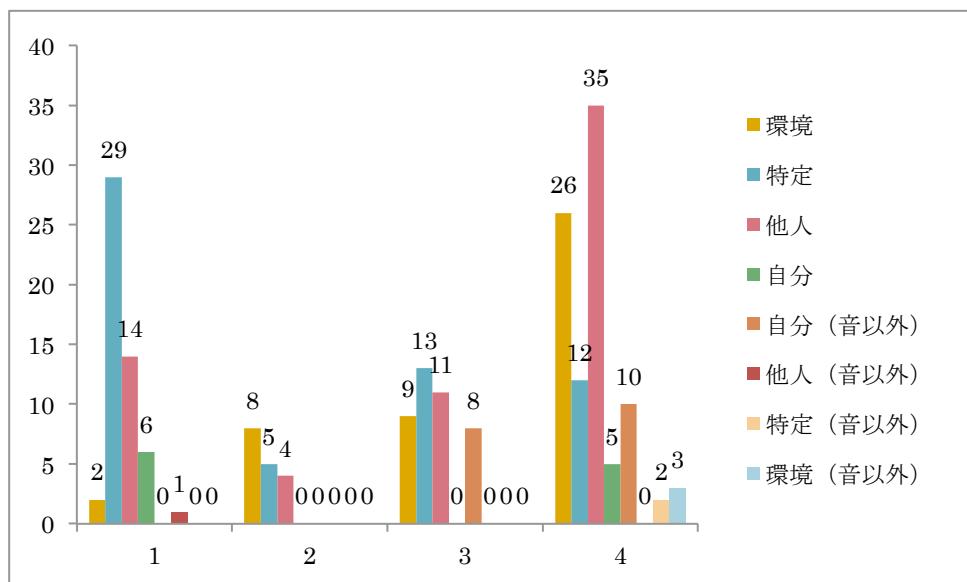


図 5-14 音スケッチ日程別の着眼点の種類総数 (Mちゃん)

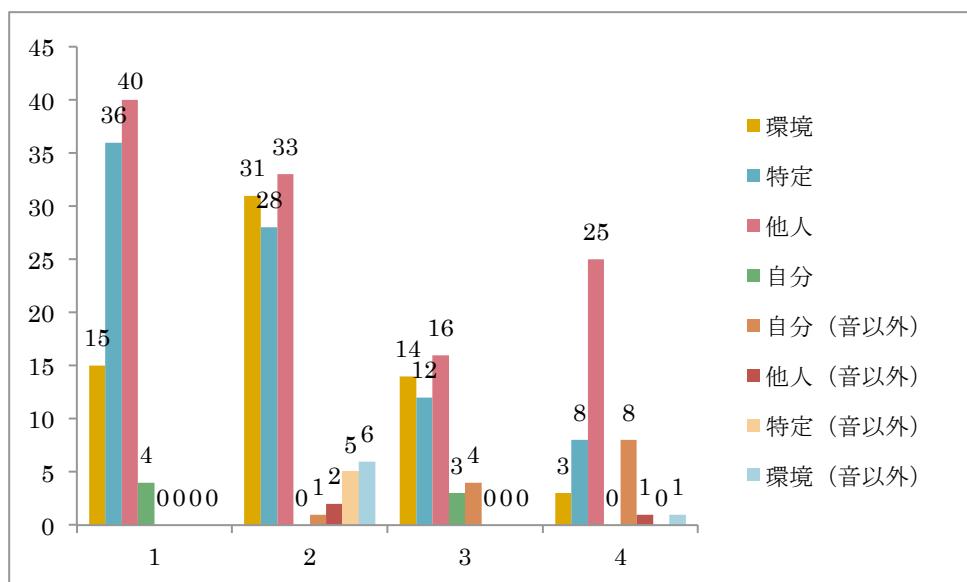


図 5-15 音スケッチ日程別の着眼点の種類総数 (Yくん)

図 5-9、図 5-10 が、日程別の着眼点の種類総数である。両者とも、その回ごとに似たような対象を取り上げていることが分かる。ここからは、実践場所によって着目された対象の特徴が考察できる。第 1 回目は、街のオシャレなカフェで行った。鳴る音に気配りができるという印象が多かったらしく、「特定」「他人」が多くった。空間に鳴る具体的な音を

取り上げ、それについて語るという、取り組みの指示通りのことを 2 人とも実践した。第 2 回目は、和食定食屋で行った。和食屋であるにも関わらず、あまり落ち着きが無い印象もあってか、「環境」全体についての話が多く見受けられた。特に Y は、音以外のことについても取り入れながら、その空間全体を厳しく評価した。

第 3 回目は、学内カフェにて行った。早朝であったためか、客もあまりおらず、記録対象が少なかったことに苦戦していた。しかしその一方で、記録をする自分についての言及が増えている。過去 2 回では、記録をしている自分について言及することはほぼなかったが、「うまく書けなかった」などという自分自身の記録行為の違和感を、音空間の特徴を探る手がかりとして活用し始めていたことがわかる。この点については、両者とも第 4 回目も増加しており、記録行為をしている自分を含めた空間認識をし始めた証であると考えられる。

第 4 回目は学内食堂で行った。とてもうるさい場所であり、もともと不満をもっていた M は、発言数を増やし、物を申すことに徹した。

総じて言えることとしては、その都度の場所の特徴が促す記録の量や記録の項目があるということである。記述された項目の違いを、場所の促す違いとして捉えれば、今後また取り組みを行う際に、刺激される場所の傾向を知っておく手がかりになる。

認識対象の記録個数の違いを当人の「変化」として捉えることも可能である。今回の取り組みでは、両者とも記録をする自分について言及するようになったことから、この取り組みを行う姿勢の変化が伺えた。

### 5.4.3 音 essay の分析例

次に、音 essay の分析をする。まずは、その分析例を紹介する。

「鳴ってほしい音、鳴ってほしくない音」

「(前略) 「寝る」という行為には、会話がないという静けさ、呼吸の穏やかさといった、時の流れるスピードが穏やかでゆっくりとしている環境が似合う。そのような環境を創るべきときに、パソコンのキーが爽快なスピード感で「かたかたかたかたかたッ」と鳴る音が聞こえてきたら、たしかに寝付けない。行為の求める環境と音が織りなす世界像が完全にずれている。

行為には、その行為中に鳴っていてほしい音（たとえばカフェの BGM）・鳴らないでほしい音（たとえば寝るときのパソコン操作音）があるのかもしれない。他にどんな例があるか今度探してみよう…。

もしそうならば、自分が専念しようとしている行為に合わせて音の空間づくりをすれば、その行為の効率は上がるかも…？」

用いた主な能力

- ・ 自分の行為への着眼
- ・ 他人の行為への着眼
- ・ 自分の鳴らす音の大きさへの着眼
- ・ 他人の音による妨害の発見

表 5-24 音 essay エピソード コーディング手法 A

	違和感	感触	分析	解釈	疑問	問題点	問題意識	仮説
環境	0	0	0	0	0	0	0	1
特定	0	0	1	3	0	3	1	1
他人	0	1	2	2	0	2	0	0
自分	0	0	0	0	0	0	0	0
自分（音以外）	0	2	7	1	0	2	0	0
他人（音以外）	0	0	2	0	0	0	0	1
特定（音以外）	0	0	0	0	0	0	0	0
環境（音以外）	0	0	0	0	0	0	1	1

#### 5.4.4 音 essay の成果

音 essay の成果を考察する。音 essay の分析にはすべて、コーディング手法 A を用いる。

##### (1) 音 essay 全日程の問い合わせの種類総数

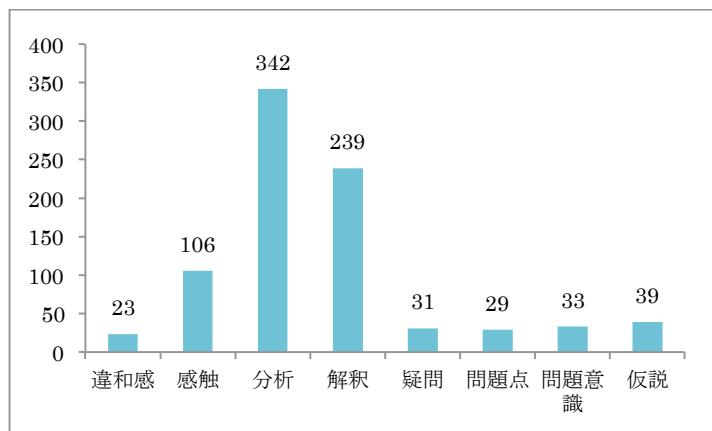


図 5-16 音 essay 全日程の問い合わせの種類総数 (Mちゃん)

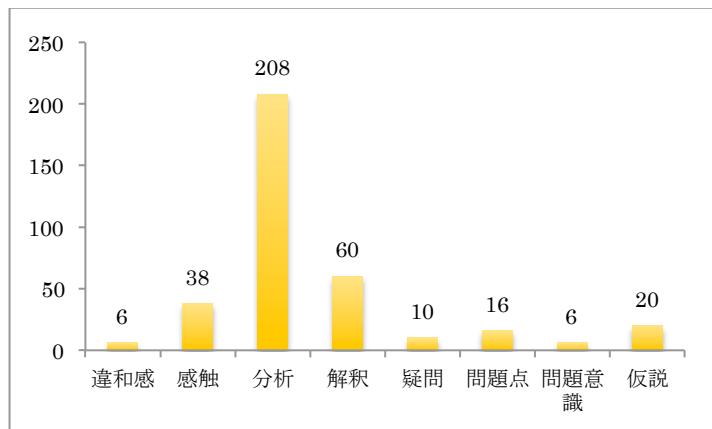


図 5-17 音 essay 全日程の問い合わせの種類総数 (Yくん)

図 5-16、図 5-17 が音 essay 全日程の問い合わせの種類総数である。音 essay は、自分で暮らしの中から気になった音を拾い上げ、エッセイとして書くというものである。そのため、「違和感」「感触」や「仮説」がないがしろにされないことを狙っている。しかし、音スケッチとは違い、記述内容に対しての具体的なガイドはない。スタート地点としての記述が存在しない分、何でも書けてしまう。しかしそんな中、両者の合計グラフが類似していることが見て取れる。エッセイの記述数に違いがあるため絶対数は大きく違うものの、その比率がほぼ変わらない。これにより、エッセイという記述行為が促す記述の種類が考察できる。

音スケッチと比較しながらその特徴を探ると、まず、「解釈」が音スケッチよりも多いことが分かる。特に Mちゃんに顕著に現れた現象である。エッセイは、記述時間に制約が無

いため、自分の意見を組み立て発信することばが多くなるのであろう。「仮説」に対しても同様のことが言える。

## (2) 音 essay 全日程の着眼点の種類総数

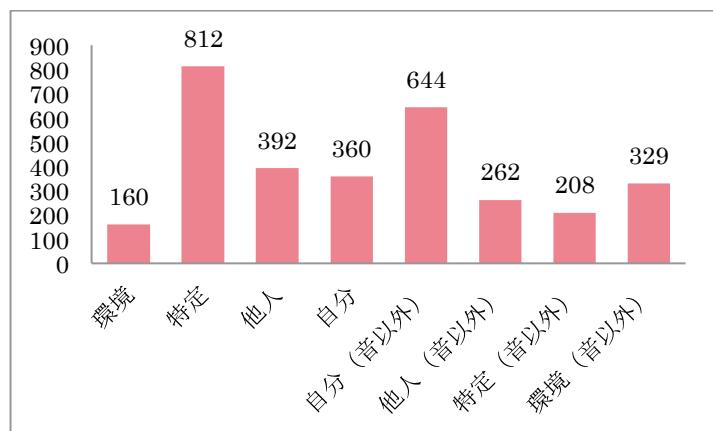


図 5-18 音 essay 全日程の着眼点の種類総数 (Mちゃん)

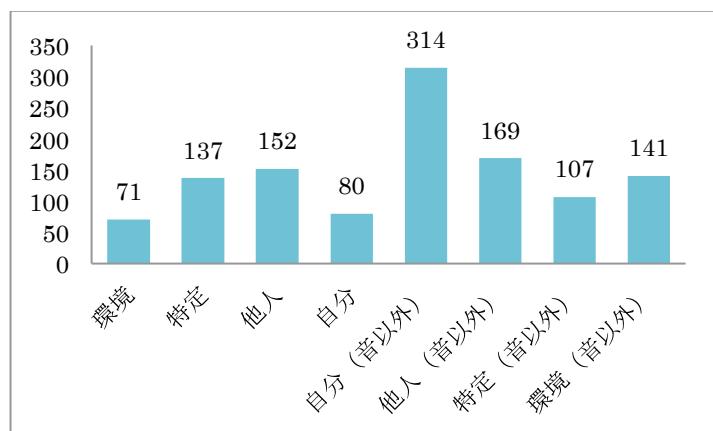


図 5-19 音 essay 全日程の着眼点の種類総数 (Yくん)

次に、着眼点の種類総数である。図 5-13、図 5-14 を参照いただきたい。音スケッチとは違い、日常生活から話題を拾うため、着眼点は音以外のものにまで広がることが分かる。自分にまつわる記述についても、両者とも苦無く行えているように見受けられる。話題を繰り広げるきっかけが自分の生活である以上、自分で変えようという意識が働く。それにより、自分が鳴らす音に注目したり、自分の行動について考えるようになったりするためではないかと考えられる。

(3) 音 essay 日程別の問い合わせの種類中分類変遷

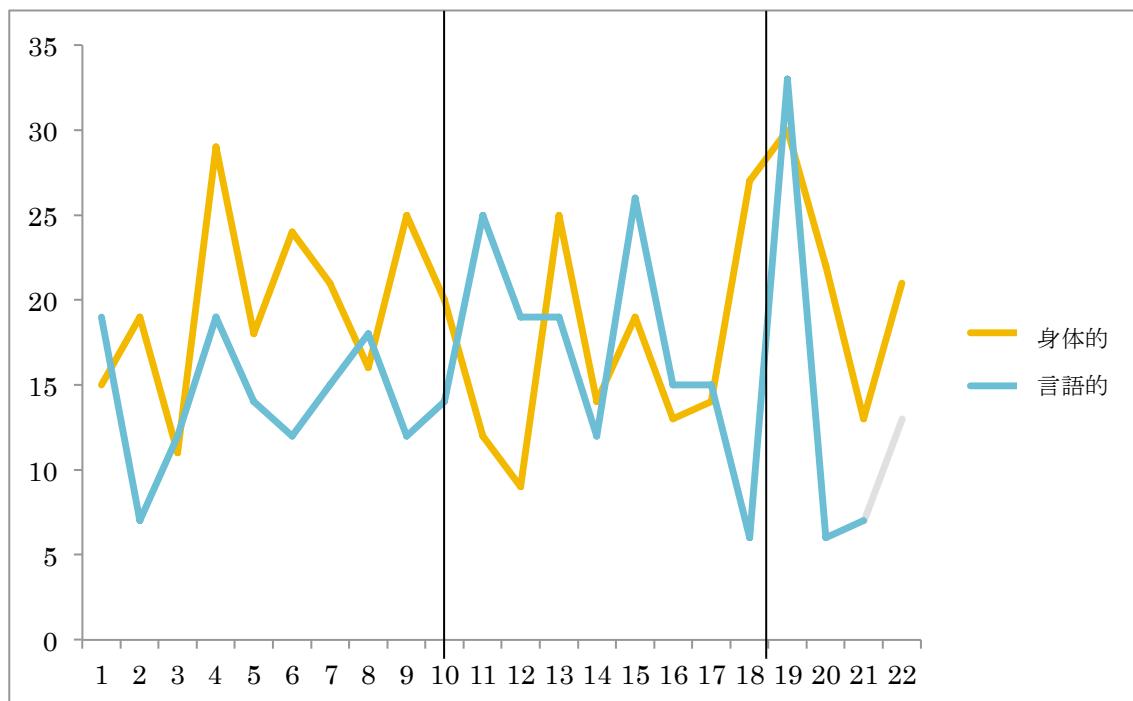


図 5-20 音エッセイ日程別の問い合わせの種類中分類変遷（Mちゃん）

図 5-20 は M ちゃんの音エッセイ日程別の問い合わせの種類の中分類の変遷である。

このグラフでは、前に説明した身体的な問い合わせと言語的な問い合わせの出現推移が考察できる。序盤は身体的な言葉が多く、10 回目までは、ほとんどが身体的な言葉で占められていた。身体的言葉が多いと、言語的な言葉は少ないといった、逆の関係となった。しかし、中盤の 11 回目から徐々に、言語的な言葉を発する頻度が増え、最後は両者とも同じ量が出るようになっている。

この分析により、M ちゃんの音 essay 執筆時期を 3 分割することとする。第 1 期は 1~10 回目、第 2 期は 11~18 回目、第 3 期は 19~22 回目である。

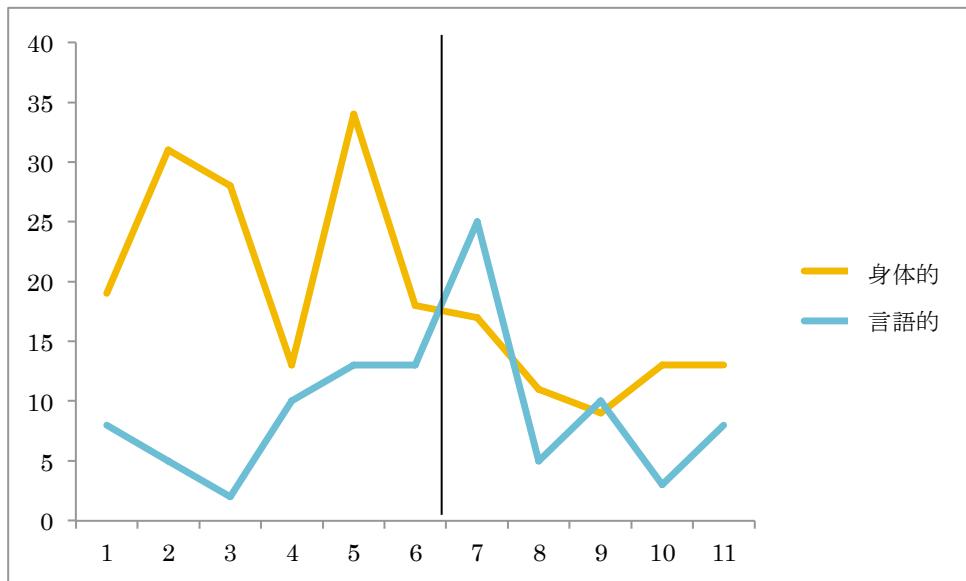


図 5-21 音 essay 日程別の問い合わせの種類中分類変遷 (Yくん)

図 5-21 は、Yくんの、日程別の問い合わせの種類中分類の変遷である。彼は 7 回に向けて徐々に言語的な文言が増えるが、その後、一気に減る。一方、身体的な言葉は、6 回目以降は沈み始める。彼は意見を述べるのも、気づいたことを多く話すことも得意であるが、7 回目以降、ちょうど言語的な文言が身体的な文言を圧倒的に抜いたとき、彼は多くを語らなくなっている。

この分析をもとに、彼の音 essay を 2 分割する。第一期は 1~6 回で、第 2 期は 7~11 回である。

(4) 音 essay 日程別の認識対象分類：音/音以外

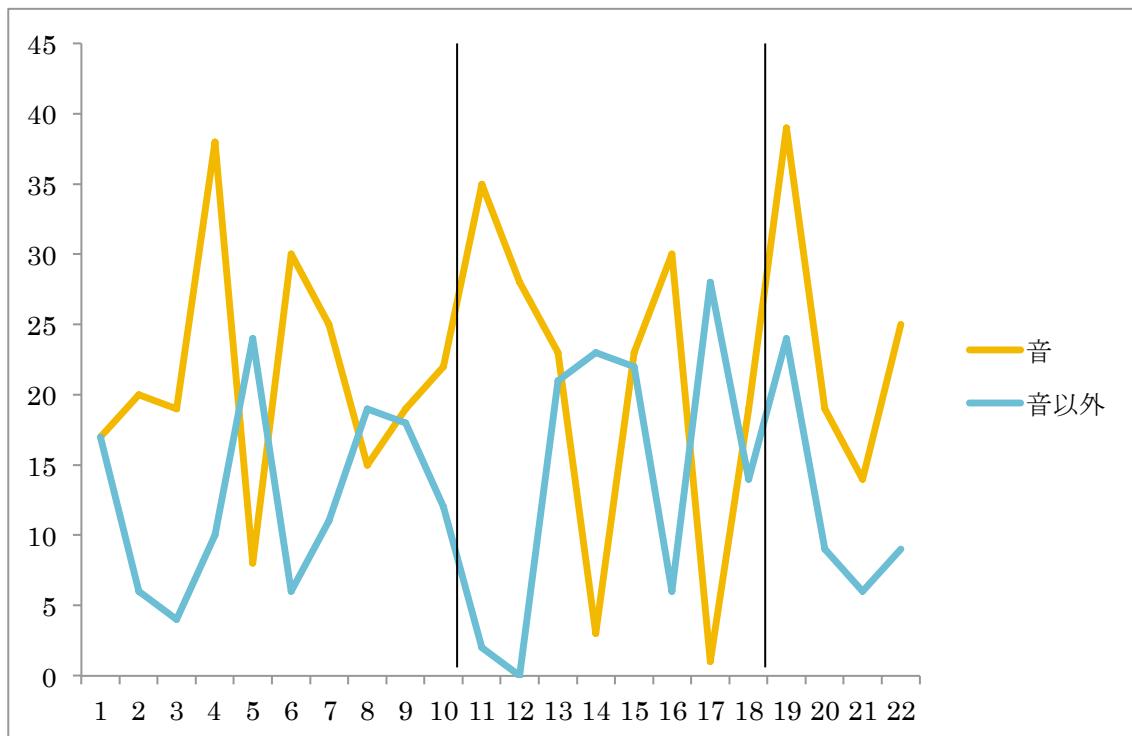


図 5-22 音 essay 日程別着眼点の種類：音/音以外 (M ちゃん)

図 5-22 は、全日程別の着眼点の種類であるが、それらを音と音以外の総数に分割した。音にまつわる記述とそうでない記述の変化を追う。第 1 期では、一方がたくさん出ればもう一方はあまり多くない、という対称的な状態が続くが、第 2 期は、両者の距離が狭まっていることが見受けられる。片方どちらかだけではなく、両者を関連付けながら話せるようになつた証である。特に音以外の分類のほうは全く記述されないということが起きない。音について全く書かれないエッセイは 14 番目と 17 番目であるが、これらは、音が主体のエッセイではなく、音があくまでも切り口として機能しているエッセイであった。自分の生活上のあらゆるイベントと、音を結びつける癖を獲得していくと言えよう。

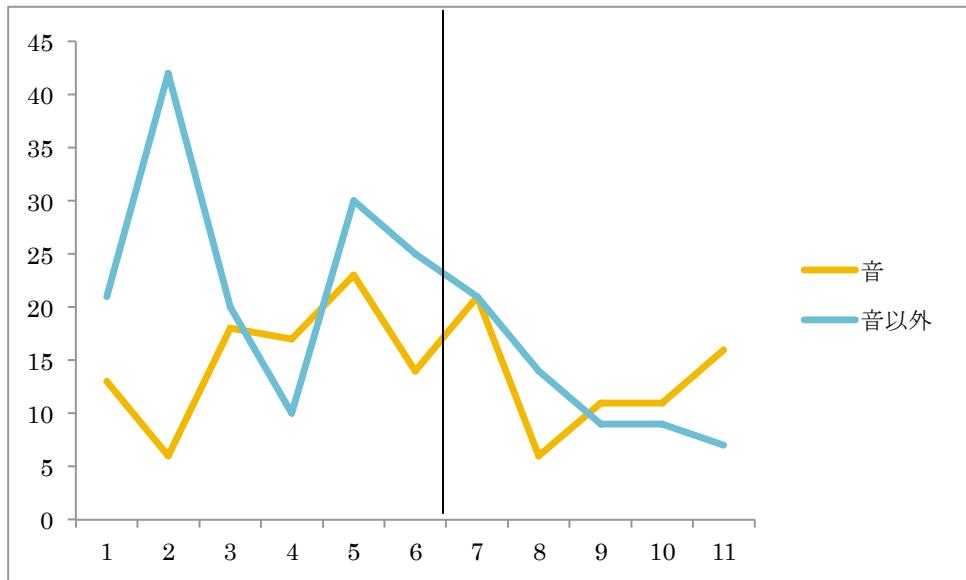


図 5-23 音 essay 日程別の着眼点の種類：音/音以外 (Yくん)

一方 Y君のグラフは、音以外にまつわる記述が徐々に減っている。しかし、両者のムラがなくなり、音とそれ以外の情報を平等に関連づけることができているのではないかと考えられる。

### (5) 自分からの距離

生活音と接する感性の中で、筆者は自分に着眼することを最も重視している。最後に、両者は自分への着眼をどの程度行うことができるようになったかを考察する。

問い合わせの種類のうち、自分に近い分類と遠い分類に重み付けを行い、そのポイントを計算した。「環境」「環境（音以外）」は、自分から一番遠い分類であると位置づけられているため、距離が遠くなるよう 4 倍に、「特定」「特定（音以外）」は 3 倍に、「他者」「他者（音以外）」は 2 倍に、「自分」「自分（音以外）」は 1 倍にて計算を行った。それらを同エッセイ内で合計し、1 エッセイ分の「自分からの距離」を算出した。

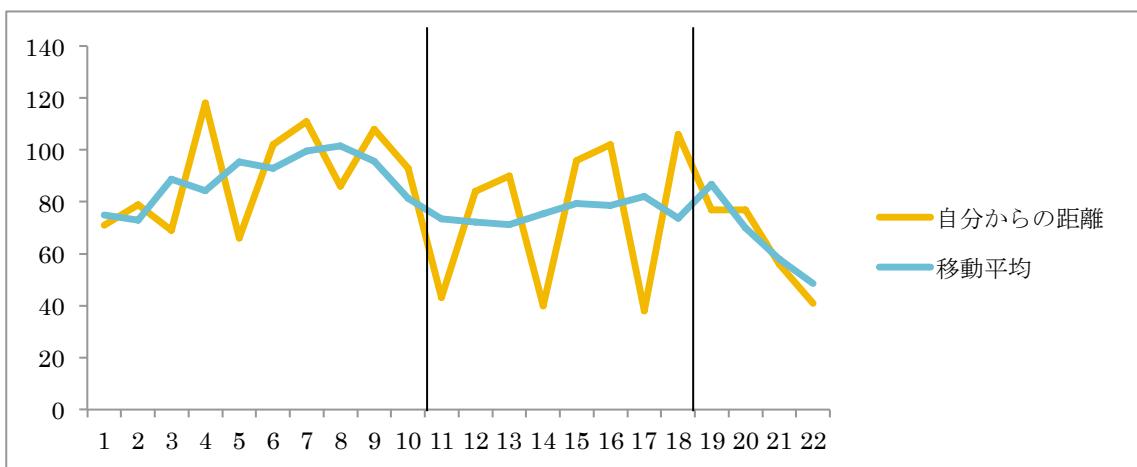


図 5-24 自分からの距離 (M ちゃん)

図 5-24 が M ちゃんの「自分からの距離」の変遷である。黄色の線が、算出した数値で、それらを 3 回分の移動平均を取ったものが青い線である。M ちゃんは第 1 期では、平均的に遠い距離にいたが、第 2 期になると、要所ごとに、その距離を縮めた。自分にまつわるエッセイを書く回数が増えてきたのであろう。その後、3 期では、徐々に距離が縮まる傾向を見せている。第 1 期と比較すれば、その距離が縮まったことが分かる。

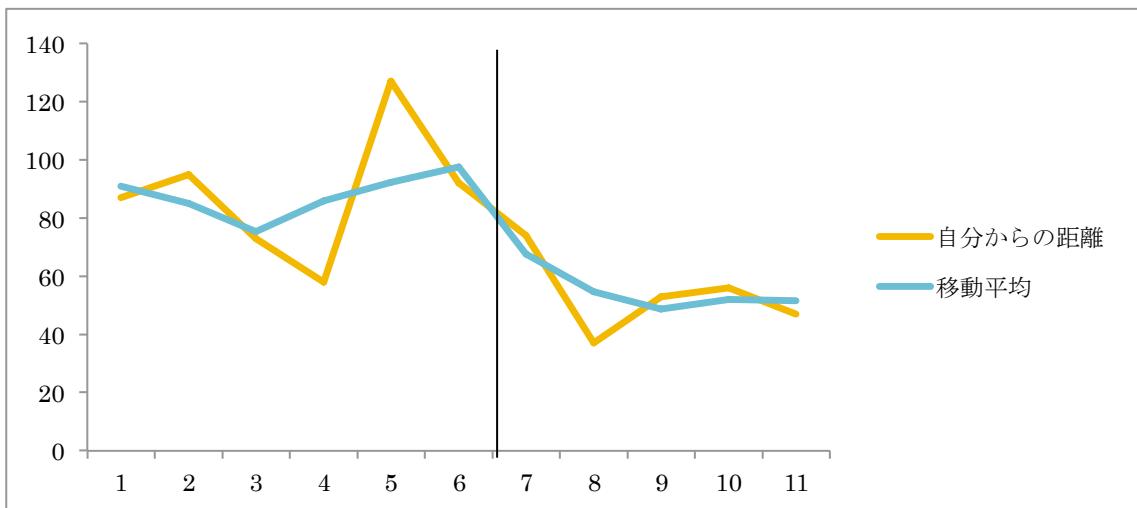


図 5-25 自分からの距離 (Y くん)

図 5-25 は、Y くんの「自分からの距離」の変遷である。M ちゃん同様、3 回分の移動平均も算出した。彼も第 1 期では、平均的のその距離が遠くあったが、第 2 期にて減少している様子がうかがえる。自然なのか、意識的なのかまでは考察しかねるが、両者とも、徐々に、自分という着眼点を取り入れる癖をつけるようになったと言えよう。

#### 5.4.5 実践によって得られた知見/協力者の成果まとめ

実践によって得られた知見及び、協力者の成果は以下のようにまとめられる。MちゃんとYくんについては、それぞれの時期をまとめるタイトルをつけ、その変遷を追えるように記述した。

##### (1) 音スケッチ

- ・「分析」が一番多くなる傾向にある
- ・「違和感」を言語化することが難しい
- ・「環境」「特定」「他者」の音の記述が多くなる
- ・「他者」の音に注目をすることは、食事の現場など、公共空間の特徴である
- ・その都度の場所の特徴が促す記録の量や記録の項目がある。

##### (2) 音 essay

- ・「解釈」「仮説」が多い。エッセイとして意見を組み立てることが促されている。
- ・認識対象は音以外までに広がる。生活から話題を拾ってくるためであろう。
- ・自分にまつわる記述が多い傾向にある。自分の意見を表明する場であるため、個人的なことを記述することに躊躇が無いためであろう。

##### (3) Mちゃん

###### <全体>

- ・Mちゃんは感触を語るのが得意
- ・音スケッチのトレーニングマップでは、縦の伸びが特徴的であった。多様な対象を関連付けることができている証である。

###### <音スケッチ前半> 消極的なチャレンジャーな時期

- ・発言数が少ないが、自分なりに言葉を紡ごうと、曖昧な言葉を量産する。

###### <音 essay 第1期> ぼんやりからはじめることに躊躇が無い時期

- ・曖昧な言葉で占められる
- ・音についてと音以外についての言葉は、たくさん出ればもう一方はあまり多くない、という対称的な状態が続く
- ・自分からの距離は平均的に遠い

###### <音 essay 第2期> 自分のことを良く話し、具体的に語れる様に鳴る時期

- ・徐々に具体的な言葉を発する頻度が増える
- ・音についてと音以外についての出現数が似る。
- ・自分にまつわるエッセイを書く回数が増える

###### <音 essay 第3期> 感覚を主張に結びつけ、自分を出していく時期

- ・具体的な言葉と曖昧な言葉両者とも同じ量が出る

- ・ 「自分との距離」が狭まり、話題を自分に関連させることが根付いている

**<音スケッチ後半> 物申す女になる時期**

- ・ 発言数が増加
- ・ 具体的な文言が増える
- ・ スケッチをする自分について語る言葉が増える。

彼女の変化を総評する。最初は、特定の対象の考察に集中しており、その他は感触や解釈が多い。他の時期と比べると、違和感も多いことが分かる。着眼点は、音にまつわるものに留まる。徐々に音以外にも多くの着眼点を観察し、特定の音に対して考えを組み立てることに挑戦している。その後、分析や解釈が中心になっており、中盤に見られたような右側のエリアは埋まらなかった。その分、自分にまつわる着眼点が増えた。最後は、自分や自分の鳴らす音を中心に、音への着眼が再度広がる。疑問、問題点、問題意識、仮説と考えを構築していく過程を踏むこともできるようになっている。

生活音という、いくらでもなっている音を対象にしているため、違和感をたよりに感触を語ることは重要である。その後、考えを組み立てることができるようにになったことで、自分なりの気づきを頼りに目的を醸成するプロセスを踏むことができるようになった。序盤で観察してきた他者や特定の音への問題意識を頼りに、自分を振り返り観察するようになり、最後には自分の鳴らす音に注目するようになる。自分の振る舞いや鳴らす音に気づき、それらを活用するための目的の醸成へのプロセスを徐々に身につけていく様子が観察された。

(3) Yくん

**<全体>**

- ・ 仮説を組み立てるのが得意
- ・ 他者の振る舞いなどに敏感である
- ・ 音スケッチのトレーニングマップでは、横の広がりが特徴的であった。対象がどれだけ自分と関係ないと思われようとも、自分ごととしてとらえることができた証である。

**<音スケッチ前半> 丁寧に語る優等生な時期**

- ・ 認識過程分類にムラが無い

**<音 essay 第1期> 一つのことを具体的に意見する時期**

- ・ 具体的な文言が増える
- ・ 音についてと音以外についての言葉は、たくさん出ればもう一方はあまり多くない、という対称的な状態が続く
- ・ 自分からの距離は平均的に遠い

**<音 essay 第2期> 多くを語らないが、音とその他を丁寧に結びつける時期**

- ・ 具体的な文言も、曖昧な文言も減る。

- 多くを語らなくなる。
- 音についてと音以外についての出現数が似る。

**<音スケッチ後半> 自分を俯瞰してとらえる時期**

- 記録をする自分について語る言葉が増える。

以下に本人の考察を含めた全体の考察を記す。彼は元々、特定のものに対し丁寧に論理を組み立てないと気が済まなく、丁寧に語ることを意識していたという。分析的な視点を用いて物事に意見することが得意であった。複数の着眼点を合わせながら語ることに従事するようになった後、Mちゃんの感覚的な発言に感化され、感覚を大事にし始めたことが言葉の減少の原因である。言葉にすることで感覚を失うことを危惧したのである。第四期では数が持ち直す様子が伺える。違和感が復活したことと、自分自身を観察するようになったことから、当初のように論理的に組み立てようと思い發揮したのではなく、自分の感覚に忠実になり目標を設計した様子が見受けられる。Yくんは、自分の感覚に忠実になりながら、ふとした瞬間の気づきを得る能力を得始めたといえよう。

## 5.5 トレーニングフレームワークのまとめ

5章では、半年間協力者とともに行ったトレーニングから、サウンドスタイリングをするにあたって必要な能力のリストアップをおこなった。また、トレーニングフレームワークを作成し、その成果を評価した。

トレーニングマップに用いた分類、及びその並び順は、サウンドスタイリングをする上で考案した一例である。特に並びについては、目的に応じて形を変えるであろう。ただし、今回考案した認識過程の分類は、サウンドスタイリングに限らずとも応用できる分類であると考える。議論やエッセイなどの言葉のデータを扱う研究であれば、発言者の思考の特徴をしる手だてとして有用出ると考えられる。

認識対象の分類は、サウンドスタイリング用であるため、そのままの応用は難しいが、世の中を捉えるスケール軸としては活用できる。空間を1と捉えるものから、特定の何か、他者、自分、と徐々に自分に近づく分類である。

トレーニングフレームワークを作成したことにより、生活音の感性を育てる具体的な指標となったことを願う。

## 6 考察/今後の展望

本研究では、「生活音」という着眼点をもとに、暮らしに置けるその有用性を主張してきた。生活音が見逃されてきた原因への考察を始め、そのハンディキャップを越えるためのトレーニングを行い、サウンドスタイリングに必要な能力の抽出、構造化、実践の成果を述べた。

これらの取り組みを通じて、まずは、少なくとも 2 名の協力者にとって、生活音という存在がより身近に、重要な存在として関わるようになったことは、まず第一歩の成果である。暮らしに新たな習慣を取り入れる難しさを越え、あらゆる生活音に物を申せる人材として、充分に成長したと考察できる。

作成したトレーニングフレームワークは、その効果を調べるまでに至っていない。このフレームワークを活用し、また新たな使い道が発見されれば幸いである。

そして、サウンドスタイリングを伝え、促進するためには、トレーニングマップを活用し、トレーニングメニューの充実を図ることが次の課題である。更には、これまでの取り組みで得られてきた知見を発信することが求められる。論文という媒体だけでなく、多くの人に、まずは「生活音」という着眼点を、そして欲を言えば、それらを駆使した暮らしに存在することを知らしめたい。人間の営みに寄り添うように鳴る根源的な音であるからこそ、しかと向き合い、その可能性を引き出す価値があることをここに強く主張する。

## 謝辞

感謝の想いを伝えるにあたり、この章はですます調で記述することに致します。

まず、5年間この研究室で、私の研究をさせてくださった諫訪正樹先生に感謝の意を述べたいと思います。私はまだ、先生の凄さを知れるほどの人間じやないのかもしれないなあ、と最近思っています。うまく言えないのですが、5年間、先生のもとで研究ができたこと、とても幸せに思っています。ありがとうございます。

また、副査の先生方にもお礼申し上げます。加藤先生は、学部生の頃から授業などでお世話になっております。副査と学生という関係を対象に研究を進めたときはすこし恥ずかしかったのですが、その恥ずかしさを越えたくなるような雰囲気にいつも負けていました。ご指導くださった内容だけでなく、その存在感にも、感謝を述べたいと思います。

小川先生には、「荒井由美みたいな研究だね」とコメントいただいたことを強く覚えています。私が持っていない着眼点を、勢い強く話されている姿が印象的で、私もそのように語れる人になりたいなあと常々思っておりました。様々なお話を参考にさせて頂きました。ありがとうございました。

諫訪研究室のメンバーの皆さんにも、心からお礼申し上げます。まずは、今回半年間一緒に活動をしてくれた小関美南さん。毎日のように会っていたように思います。みなみちゃんのその、ものごとに素直に反応する力は見習いたいと思っています。

奥野裕二郎くんも、大事な仲間の一人です。最初は、直球さにたじたじになってしまっていましたが、今となってはそんな関係すら楽しく思えます。多くの議論を交わしたメンバーとして、とても大切な後輩です。

4年生の皆は、卒業年度が同じということでとても仲良くさせて頂きました。普段の議論でも、学ぶことが本当に多くて、時には甘えさせてもらうこともたくさんありました。あかりん、まりん、たくみ、たいしょー、なかこー、へろっし。自由奔放なのに仲のよい、そんな皆の学年が大好きです。

先輩方には、いつも甘えていました。布山美慕さんは、研究室内ではお姉さんのような存在で、本当にどうでもいいちょっとした悩みにもつきあってくれました。布山さんがいなかつたら、と思うと、ぞっとします。西山武繁さんには、私が大学院生になってから特にお世話になっていましたが、良く思えば、私の諫訪研生活の中には常にいました。「うららはやりたことをがんばって！」とおっしゃってくださいたことが、修論を書き終わる最後まで抜けずにいます。本当にありがとうございました。

坂井田瑠衣さん。もう、なんといつていいのか分からぬのですが、瑠衣さんの一年後を追いかけるたびに、瑠衣さんの誠実な姿勢に圧倒されます。先輩の後を追うように過ごしていても、なかなかそれができないことをここ数ヶ月では特に実感しました。でも、瑠衣さんが進学したから、私も大学院に進学したいと思えたようなものなので、責任をもつて、今後も覚悟してお世話してくださいね。

その他研究会のメンバーの皆様、ここで全員の名前を挙げることはできないけれど、私は一人一人の顔に、とても愛着があります。愛くるしいです。

家族には毎日お世話になっています。遠くにいる弟も、たまに帰ってくる姉にも、毎日カーヴィーダンスを踊って家を盛り上げる母親も、一番風呂をなぜか譲ってくれる父親にも、毎日、感謝しています。

ここにはまだ書ききれないほどの、たくさんの人々に支えられてきました。私の人生は私が作るものだと思っていたけれど、私の大部分は、一緒に過ごした皆さんで作られているなあと思います。

最後ドタバタして、丁寧にかける修論で、正直くやしさでいっぱいです。ただその分、私が話しているようなワクワクした口調で読んで頂けるかと思います。

ありがとうございました。

2015.1.13 浦上咲恵

## 文献目録

- EdwardsBetty. (1988). 内なる画家の眼—創造性の活性化は可能か. (北村孝一, 訳) エルテ出版.
- GibsonJJJames, GibsonJEleanor. (1955). PERCEPTUAL LEARNING: DIFFERENTIATION OR ENRICHMENT? Psychological Review Vol.62,No.1.
- MasakiSuwa, Tverskybarbara. (1997). What do architects and students perceive in their design sketches? A protocol analysis. Design Studies 18.
- NoyLior, HartYuval. (2012). A Quantitative Study of Creative Leaps. International Conference on Computational Creativity.
- RodgersMEverett. (2003). Diffusion of Innovations. Library of Congress Cataloging-in-Publication Data.
- WeisbergWRobert. (1993). Creativity: beyond the myth of genius. W.H.Freeman and Company.
- シェーファー R.マリー. (2006). 世界の調律・サウンドスケープとはなにか. (鳥越けい子, 小川博司, 庄野泰子, 田中直子, 若尾裕, 訳) 平凡社.
- トレジャージュリアン. (2011). サウンド・ビジネス ~「音」から価値を生み出す新手法~. (元井夏彦, 訳) ヤマハミュージックメディア.
- 浦上咲恵. (2013). 私が鳴らす音で生活をデザインする -My サウンドスケープデザインの実践・記録方法の提案-. 人工知能学会第 27 回全国大会, 1B4-6 (CDROM) .
- 浦上咲恵. (2012). 私が鳴らす音で生活をデザインする-My サウンドスケープデザインの実践・記録方法の提案-. 慶應義塾大学環境情報学部 平成 24 年度卒業論文.
- 浦上咲恵, 諏訪正樹. (2013). サウンドスケープを体験として記録する. 認知科学会第 30 回大会論文集.
- 浦上咲恵, 諏訪正樹. (2014). 生活者が鳴らす音からライフスタイルを見る. 人工知能学会 28 回全国大会.
- 浦上咲恵, 諏訪正樹, 井出祐昭. (2013). 毎日の「音 essay」執筆活動による感性開拓を試みる. 人工知能学会第 16 回身体知研究会.
- 遠藤文香. (2014). 豆皿のある暮らし. 宝島社.
- 岡崎ゆみ. (日付不明). イー・ウーマン 岡崎ゆみ 電子機器の操作音、気になりますか? 参照日 : 2014 年 1 月 11 日 , 参照先 : ewoman:  
[http://www.ewoman.co.jp/report\\_db/id/2540/dow/2](http://www.ewoman.co.jp/report_db/id/2540/dow/2)
- 加藤文俊, 諏訪正樹. (2013). ことばの理解とからだの変化:「まち観帖」による学習環境のデザイン. 人工知能学会第 27 回全国大会.
- 介護応援ネット. (2014). QOL, 生活の質, ADL. 参照日: 2015 年 1 月 3 日, 参照先: 介護応援ネット: [http://kaigoouen.net/knowledge/care/care\\_2.html](http://kaigoouen.net/knowledge/care/care_2.html)

- 環境省. (1996). 残したい日本の音風景 100 選. 参照日: 2014 年 1 月 9 日, 参照先: 残したい日本の音風景 100 選: <http://www-gis2.nies.go.jp/oto/>
- 館神龍彦. (2014). 意外と誰も教えてくれなかつた手帳の基本. ディスカヴァー・トゥエンティワン.
- 岩宮眞一郎 .(2007). 音のデザイン・感性に訴える音をつくる-. 九州大学出版会.
- 篠原昭, 清水義雄, 坂本博. (1996). 感性工学への. 森北出版.
- 小松正史. (2009). 日本京都タワー展望室の音環境デザイン・プロジェクト(3)——リニューアル前後における意識調査一人の生活と自然/文化. 京都精華大学紀要 第三十五号, 京都精華大学 .
- 松浦弥太郎. (2009). 日々の 100. 青山出版社.
- 諏訪正樹. (2004). メタ認知が世界に対する見方を変える □感性教育の試み—. 日本認知科学会第 21 回大会.
- 諏訪正樹. (2007). 生活における価値創造の方法論としてのメタ認知的言語化. 第 9 回日本感性工学会大会予稿集.
- 諏訪正樹, 赤石智哉 . (2010). 身体スキル探究というデザインの術 . 認知科学, Vol.17, No.3 .
- 西山武繁, 諏訪正樹, 佐山由佳, 浦上咲恵, 他. (2011). 身体と意識の開拓を促す文房具のデザイン : 2 つのメモツールに関する考察. 人工知能学会第 9 回身体知研究会.
- 中谷茂一. (2007). QOL(QOL/きゅーおーえる)とは - コトバンク. 参照日: 2015 年 1 月 3 日, 参照先: コトバンク: <https://kotobank.jp/word/QOL-182697>
- 中島秀之, 諏訪正樹, 藤井晴行. (2008). 構成的情報学の方法論からみたイノベーション . 情報処理学会論文誌 Vol. 49 No. 4 pp.1508-1514 .
- 中野民夫. (2001). ワークショップー新しい学びと創造の場一. 岩波書店.
- 鳥越けい子 . (2006). サウンドスケープが拓く音環境デザインの新たな地平. ,環境工学総合 シンポジウム講演論文集 2006(16), 47-52 .
- 波多野謙余夫. (1987). 音楽と認知. 東京大学出版会.
- 武田竜弥. (2006). 感性への社会学的アプローチ. 感性工学研究論文集 Vol.6 No.2.
- 平松洋子 . (2010). 買えない味. 筑摩書房.
- 平嶋一臣. (2013). 感性及び感性教育についての一考察. 純真紀要 No.54.
- 明土真也. (2011). 音の記号性という観点からのサウンドスケープ・デザイン-サウンドスケープの構成要素とデザインの対象の明確化-, 日本デザイン学会デザイン学研究 58(2).
- 齋藤寛. (2011). 心を動かす音の心理学 — 行動を支配する音楽の力. ヤマハミュージックメディア; 四六版.