

OiBokkeShi×三重県文化会館

介護を楽しむ  
明るく老いる

アートプロジェクト

2017–2019のあゆみ

演劇で超高齢社会を豊かに



# お年寄りほどいい俳優はない 介護と演劇は相性がいい

菅原直樹さん「老いと演劇」OiBokkeShi主宰／俳優・介護福祉士

超高齢社会の現代、介護者の負担は日々大きくなり、介護疲れやストレスから心身共に病んでしまう方も少なくありません。そんな中、近年注目を集めている一人の俳優・介護福祉士がいます。名前は菅原直樹さん。演劇界の芥川賞ともいえる岸田國士戯曲賞の受賞作家たちの作品に多数出演し、現在も平田オリザさん率いる劇団青年団に所属するプロの俳優です。彼が2011年の東日本大震災をきっかけに翌年岡山に移住し、老人ホームで働く中で気づいたのが、認知症のお年寄りを前に演技をしている自分でした。

老人ホームの廊下で「あら、時計屋さん」と自分を呼び止めるおばあさん。最初は「いやいや、私はこの施設で働く職員です」と否定していたものの、少しするとまた時計屋さんと呼び止められます。その時に、自分は時計屋さんになってもいいのではないかと思ったといいます。その人の見ている世界に演技で寄り添うことで、介護する側もされる側ももっと幸せになれるのではないかと。

更に老人ホームを眺めてみると、新たな発見がありました。まずお年寄りが歩いていく姿に俳優として敗北感を感じた菅原さん。70年80年生きてきた人生の膨大なストーリーが、その背中に滲み出ているのです。歩いている姿の背後に字幕でその人のストーリーを映し出せば、これはもう立派な演劇。いつかお年寄りと芝居をつくりたい、その思いが日に日に強くなっていました。

そこで、2014年4月、「老人介護の現場に演劇の知恵を、演劇の現場に老人介護の深みを」という理念のもと、岡山県和気町の商店街の皆さんと劇団「OiBokkeShi」(オイボッケシ)を結成。劇団名の由来はズバリ「老い」と“ボケ”と“死”。観客が出演者と共に認知症患者を探しながら街中を歩く「徘徊演劇」など認知症や老いをテーマにした作品の上演を定期的に行ってています。看板俳優は、ワークショップで出会った当時88歳の「おかげじいこと岡田忠雄さん」。新聞で菅原さんの記念すべき第1回目の「老いと演劇のワークショップ」を知り、参加した一人です。岡田さんは、定年後に俳優を志し、これまでに今村昌平監督の「黒い雨」「カンゾー先生」などにエキストラとして出演。自宅では認知症の奥さんを10年来一人で介護してきた、まさに老いと演劇を体現する名脇役でした。

そして、始まったOiBokkeShiの活動は、今や全国各地でワークショップを展開し、ツアー公演を果たすまでに成長しています。そんな菅原さんの力を借りて、私たちは、この三重の地で老いと介護の新しい未来を演劇をとおして模索していくと考えています。

【受賞歴】OiBokkeShiの活動を追ったドキュメンタリーパン組「よみちにひはくれない～若き“俳優介護士”的挑戦～」(岡山放送)が第24回FNSドキュメンタリー大賞で優秀賞を受賞、「演じて見る」(瀬戸内海放送)が平成30年日本民間放送連盟賞で優秀賞を受賞。平成30年度(第69回)芸術選奨文部科学大臣賞新人賞(芸術振興部門)を受賞。平成30年度(第20回)岡山芸術文化賞準グランプリ受賞。奈義町文化功労賞受賞。平成31年度(第1回)福武教育文化賞受賞。



菅原直樹さん

平田オリザさんが主宰する劇団青年団に俳優として所属。2012年より、家族と共に岡山に移住。介護と演劇の相性の良さを実感し、地域における介護と演劇のあり方を模索している。

皆さんは“老い”に対してどんなイメージがありますか？ だんだんできないことが増えていく、身体が思うように動かない……。“誰かに介護される自分”“誰かを介護する自分”を想像してみてください。ついで不安になったり、マイナスなイメージを持っていませんか？ けれど、“老人(おいびと)”は歩いているだけでどんな言葉よりも人生を語る、最高の俳優。“介護”はそんな老人(おいびと)の人生に触れ、共にいまここを楽しむことのできる、豊かでワクワクするものなのです。2017年、三重県文化会館は、俳優・介護福祉士の菅原直樹さんと共に、「介護を楽しむ」「明るく老いる」アートプロジェクトをはじめました。三重県のさまざまな市町や病院、学校に訪問して体験講座をしたり、老いに興味をもつ皆さんと「老いのプレーパーク」という集団をつくりたり。私たちは今日も演劇で“老い”や“介護”をもっと面白くします。



## 三重県の高齢者や介護者、認知症の人を取り巻く現状

三重県は全国平均と比較して1.3%高齢化率が高く、市町別で見ると、四日市市を中心とした工業・商業の盛んな県北は平均前後の高齢化率に留まっているものの、県南および県西は高齢化率が30%を超え、南伊勢町に至っては52.4%を記録しています。加えて同地域では過疎化も進んでおり、老老介護の世帯が多くなっています。2015年の調査では、三重県における認知症高齢者は約7.6万人(7人に1人が認知症)だったのが、2025年には約10.1万人(4人に1人が認知症)という予測が出ており、県内でも認知症予防はもちろんのこと、だれもが認知症になってしまって暮らしやすい社会の構築が求められています。(参考:平成26年厚生労働科学研究費補助金特別研究事業「日本人における高齢者人口の将来推計に関する研究」、総務省統計局「国勢調査」、三重県戦略企画部統計課人口統計班「三重の統計情報みえDataBox」)

県は、「認知症の早期診断・早期対応の実現」「認知症の人を支える地域づくり」の2つを柱に、認知症施策を進めています。本誌にも寄稿いただいている吉丸公子氏が副センター長を務める三重大学医学部付属病院認知症センターをはじめとし、認知症ケアの医療と介護の連携体制構築に取り組むほか、本プロジェクトにお力添えいただいた公益社団法人認知症の人と家族の会三重県支部が県から受託して、認知症のコールセンターを設置するなどの取り組みが行われています。

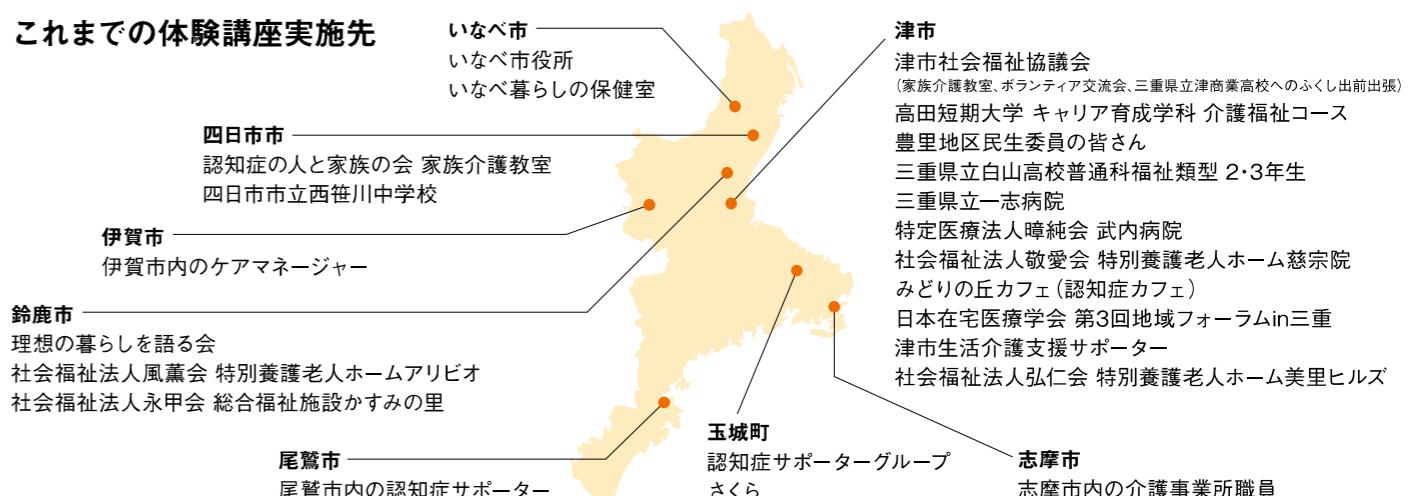
また、この3年間を通して、ワークショップを実施した県内の各地域でも、様々な活動を知ることができました。1年目からワークショップを実施している三重県立一志病院は、へき地医療拠点病院として、家庭医療を重視し、高齢世帯への訪問診療、緩和ケアに力を入れています。また、高田短期大学キャリア育成学科介護福祉コースのワークショップを受講した2年生の半数がアジアを中心とした外国人留学生であり、初年度の受講生は既に県内の介護施設で働いています。そのほか玉城町では、認知症の人やその家族を支援するボランティアグループ「サポートーさくら」の皆さんと、地域の居場所となるよう作られた集い場「協(かなう)」の運営支援や声掛け訓練を推進し、43.4%と県内でも高い高齢化率の尾鷲市では、高齢住民の中で社会福祉協議会の若い職員たちが、手作りの認知症のハンドブックを作成するなど奮闘していました。

県の取り組みと市町、民間での活動、そこにこのアートプロジェクトが加わることで、老いても認知症になってしまってイキイキと暮らせる社会となることを私たちは願っています。

三重県	全国
総人口	1,790,000人
65歳以上人口	35,580,000人
高齢化率	<b>29.4%</b>
	<b>28.1%</b>

(平成30年10月1日現在 総務省統計局人口推計)  
執筆協力:三重県医療保健部長寿介護課地域包括ケア推進班

## これまでの体験講座実施先



三重県文化会館がOiBokkeShi主宰の菅原直樹さんとタッグを組んだアートプロジェクト。私たちにとって身近なテーマとなりつつある「介護」と「老い」という2つの視点から、県内各地で3年にわたる事業を展開しました。

## 演劇をとおして、 介護と老いの新しい価値観を生み出します



# 介護を楽しむ

介護の現場に携わる専門職の方々や、介護を学ぶ学生、認知症の人とそのご家族、また今後の超高齢社会を担う子どもたちに向け、講演会や介護に演技を取り入れたワークショップ(体験講座)を開催。介護する側・される側のよりよいコミュニケーションを考え、新しい介護のモデルケースづくりに取り組みます。

### 「介護に寄り添う演技」体験講座

遊びを通してリハビリを行う「遊びリテーション」や、認知症の人とのコミュニケーションを考えるロールプレイングなど、介護に演技の手法を取り入れることで、介護する側もされる側も、お互いがもっと楽に気持ちよく過ごせる、ちょっとした気づきを得る体験講座です。



### 「見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵ぶくろ」

認知症センター養成講座、認知症カフェ、講演会といった多彩なプログラムを用意。今、認知症に向き合っているご本人やご家族、介護職の皆さん、またこれから関わるであろう誰もが、1日を通して複合的に認知症について学べるイベントです。



# 明るく老いる

それぞれの人生を振り返りながら、老いをポジティブに捉えるワークショップを開催。2年目以降、ワークショップで出会った仲間と共に、老いの明るい未来を模索する集団「老いのプレーパーク」を立ち上げ、発表イベントを行いました。

### 老いのリハーサル

まだまだ自分の老後が想像できないという世代も、老いに直面し様々な悩みを抱えている世代も、演劇をとおして老いた自分をリハーサルすることで、不安を解消したり、老いに前向きになることができる3回シリーズの演劇ワークショップです。



### 老いのプレーパーク

これまでの体験講座参加者や老いのリハーサル参加者を中心に、県内公募のメンバーで結成。モットーは「よりよく老いるヒントは、「遊び」の中にある」。ワークショップを重ねながら、年に1回のペースで作品を上演しています。



「介護に寄り添う演技」体験講座

# 介護を楽しむ

とは

介護はつらい、苦しい。それはこれまで元気だった姿を知っているからこそ、介護が必要になったり認知症になったりして、今の姿にどう接して良いか戸惑っているだけなのかもしれません。そんな時はぜひ演技を活用してください。その人が今見ている世界に演技の力を借りて飛び込んでみてください。介護する側・される側を越えて、いまここを共に楽しみましょう。



## 2 認知症とのコミュニケーションを考える 認知症の人の言動を正すのではなく、 演技で自然に受け止めよう！

### 認知症の人を囲んで

5人一組で雑談をしてもらい、その中の一人に「認知症の人」役になってもらいます。「認知症の人」には、演劇の台本を渡し、周りが雑談をしているときに好きなタイミングで台本に書かれている台詞を発してもらいます。周りがその脈絡のない言葉に対してどのような態度をとるかによって、認知症の人の気持ちを体感してもらいます。

### イエスアンドゲーム

介護士の食事の声かけに対して、食事に行きたがらず「田植えする」と言う認知症の人。参加者に「介護士」役と「認知症の人」役を交互に演じてもらい、認知症の人の言動を受け入れるコミュニケーションを体験してもらいます。



## 1 遊びリテーション 老いを受け入れるヒントは遊びにある!?

遊びリテーションとは、認知症の人や障がいを持ったお年寄りに「遊び」を通じてリハビリをしてもらう方法論です。身体を使った遊びは演劇の原点です。「できる」「できない」にこだわらず、「できない」ことすら楽しむ、遊びの価値観を介護現場に持ち込みましょう。

今日のお昼は  
何しようか?  
こればあさん、ズメが  
恩返しに来てくれたぞ!



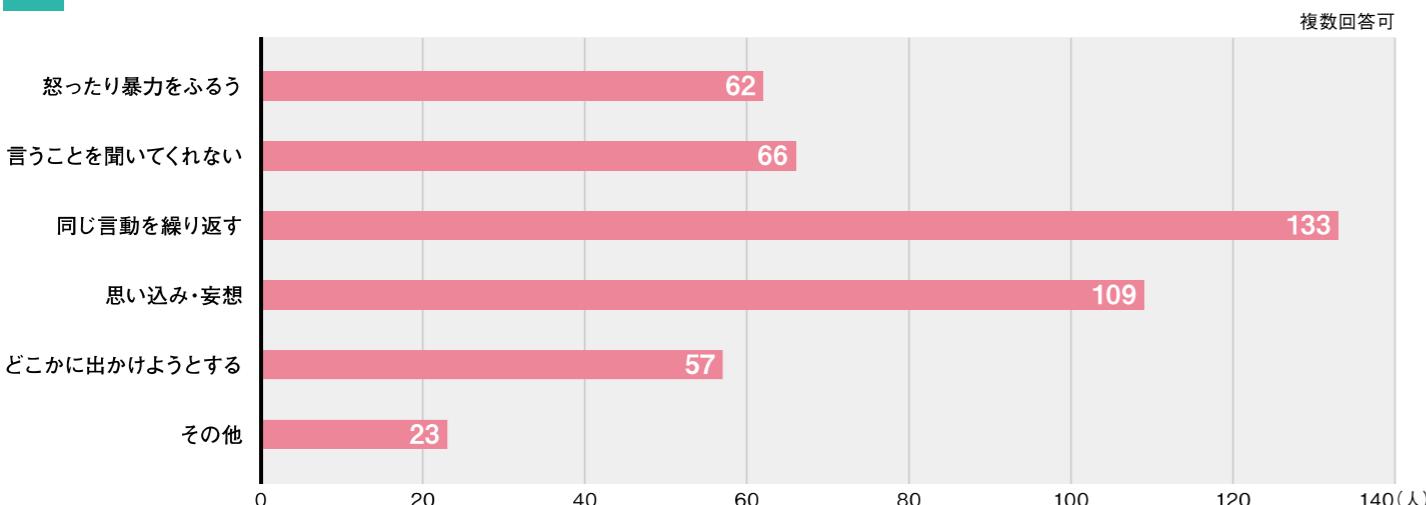
田植えをしたい！



## 3 ショートストーリーをつくる 介護職員は老人の人生を紐解き、 個性を引き出す演出家！

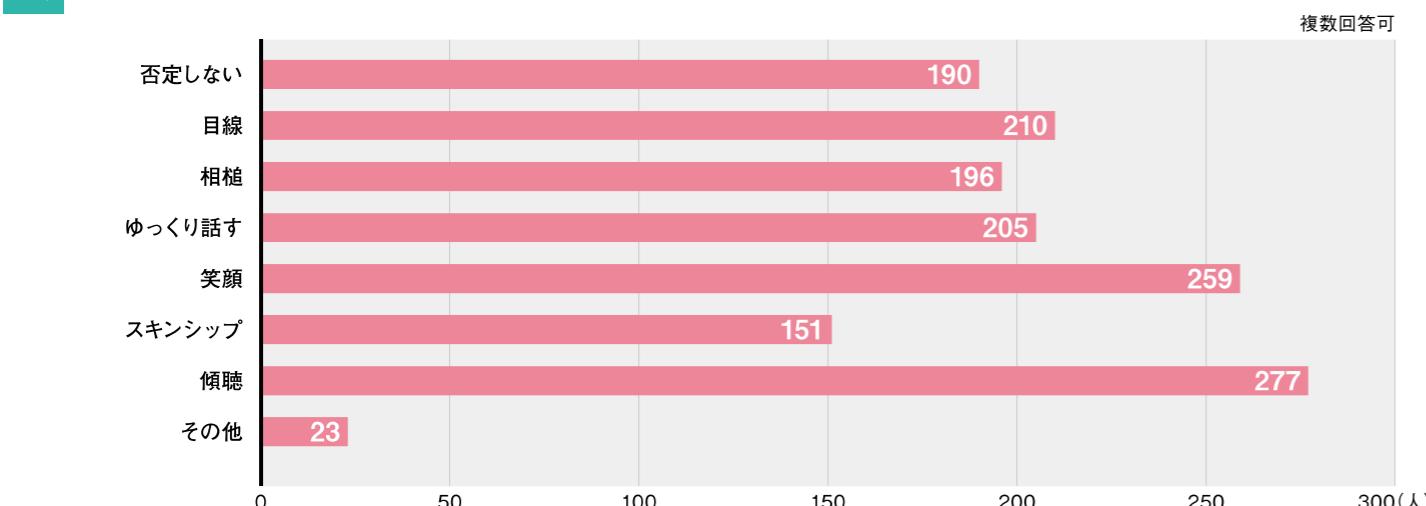
2の発展形。それぞれ人生にまつわるアンケートに答えて、参加者のエピソードをもとに認知症になった「わたし」とその周りの人々が登場する介護現場の1シーンを創作します。

**Q 普段認知症の人とのコミュニケーションで困っていること・悩んでいること**



- A**
- 他人だと許容できることが家族、特に母親だと許せない、我慢できない。(介護家族)
  - 無反応、こちらの言うことをどこまで理解してくれているかがわからない。(保健師)

**Q 普段認知症の人と接するうえで、ご自身が有効だと考え、実践していること**



- A**
- 一旦受け入れながら、目的の事へ絡めていく。もしくは、がらっと話をかえてみる。(看護師)
  - 家族との会話以上に他人との会話が有効だと感じているので、可能な限りは一緒に出掛け色んな人と会い、話す機会を作っています。(介護家族)

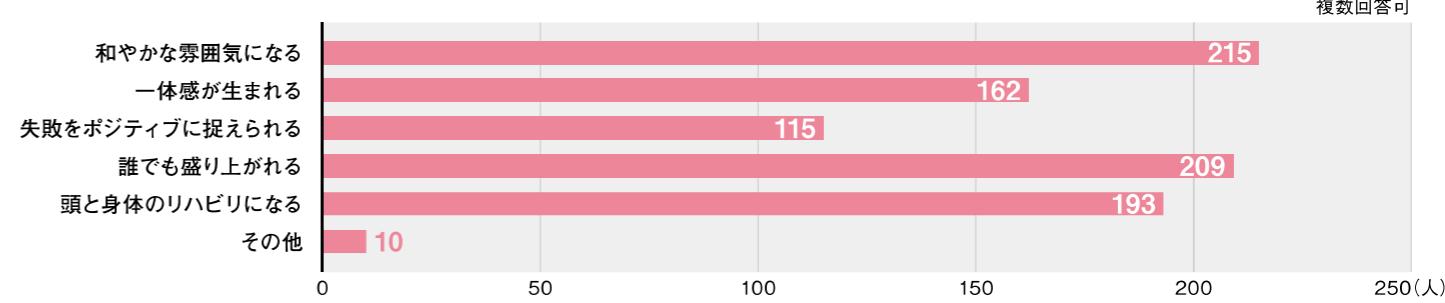
**Q どのような目的でこの講座を受講されましたか**

- A**
- 認知症の介護に正解はなく、日々困惑している。多くの知識を吸収し介護に生かしたい。(医療職)
  - 介護施設への訪問が多いので、色々な場合での対応ができるように期待して。(地域ボランティア)

**Q 講座を受けてみて期待した効果があったと思われますか**

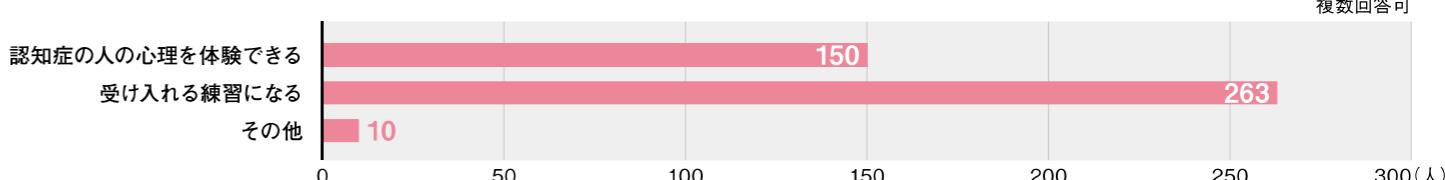
- A**
- 認知症に対するこわばった考え方が軽くなった。(学生)
  - 家族も軽度の認知症との診断を受けていますがポジティブに関わっていくことができそうな気がします。昔の生き生きとしていた頃の話をすると嬉しそうなので、自分でも実際お年寄りの役をやってみて「なるほど!」と思いました。(認知症サポーター)

**■遊びリテーション**



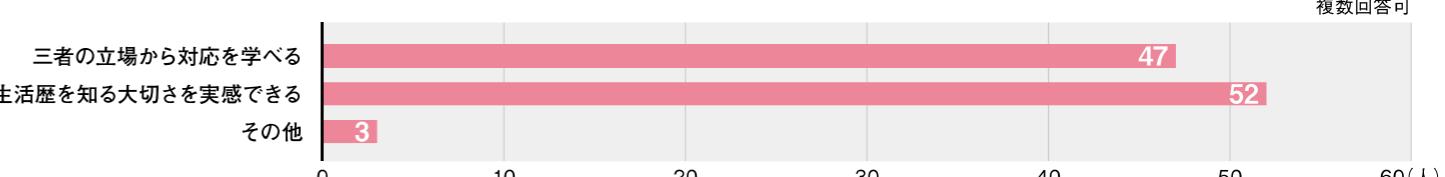
- A**
- 「幼稚なこと」という先入観がありましたが自分達が実際にやってみて楽しく盛り上がり遊びリテーションに対する見方が変わりました。(看護師)
  - できない人がいて場が盛り上がる。できないのがダメなのではない、楽しかった。(介護家族)

**■認知症の人とのコミュニケーションを考える**



- A**
- 認知症の人の記憶は薄れていっても、感情はそのままで否定されたら悲しいし認めてもらえば嬉しい、という事を再認識しました。(医療職)
  - 単に認知症の人との関わりだけにとどまらないコミュニケーションのなかで、どんな情動が喚起されるか、あらためて思いました。おそらくは、教育現場で子どもたちにも体験させたなら、いじめの心理について認知が進むだろうと思います。(教育職)

**■ショートストーリーをつくる**



- A**
- 患者(認知症者)、家族、友人また介護者のそれぞれの立場から患者の人生をとりまく環境が想像できて納得。また新たな発見もあった。(看護師)
  - 一番輝いていた時代の本人を知ることで認知症の人ではなく一人の人間として身近に感じ、理解をすることができました。(社会福祉士)

**介護の未来を担う若い世代は……**

中高生へのアンケートより



**Q ワークショップに参加して、老いや認知症に対するイメージやご自身の思いに変化はありましたか**

- A**
- 認知症の人の話にあわせて話すのも結構楽しい事を知れてよかったです。(高校2年)
  - 突然違う話をされたら「そうじゃない」と教えなければいけないと思っていましたが、自分が高齢者の方の立場に立つことで必ずしもそれが正しいとは限らないと気づきました。(高校2年)
  - 認知症の患者さんへの対応は専門職じゃないとできないことだと思っていたけど、今回学んで自分にもできることがたくさんあるとわかりました。(中学2年)
  - 今まででは、できることが減っていって楽しくなくなっていくことが老いだと思ってたけど、少し考え方を変えればどんなことでも楽しめるようになるのが老いなのかなと思いました。(中学2年)



## 認知症のある方と一緒に、即興で “演技”をしながらその人の物語を作り上げていく

高田短期大学介護福祉研究センターは、今回のアートプロジェクトに共同研究として参加させていただきました。3年間、毎年2年生の学生対象に菅原直樹先生の「介護に寄り添う演技」体験講座を受講する機会を作り“演技”をキーワードに認知症のある人に対する考え方や接し方を学びました。

文部科学省は、大学における教育内容等の改革としてアクティブラーニング(能動的学修)を取り入れ、学修者が能動的に学ぶことによって、後で学んだ情報を思い出しやすい、あるいは異なる文脈でもその情報を使いこなしやすいという理由から用いられる教授法を教員に求めています。

菅原先生の体験講座は、まさにアクティブラーニングであり、教員の一方的な講義形式の教育とは異なり、学修者の能動的な学修への参加を取り入れたものだと感じています。学生は、生き生きとした表情で講座に臨み菅原先生から出される様々な課題を周りの学生たちと一緒に取り組みながら、自然と認知症のある人々との関わり方のノウハウを実感しているようでした。

今年度の2年生に感想を尋ねたところ次のような話が聞けました。

体験講座受講前2~3月に行った「介護実習Ⅱ」の際は、認知症のある方に対して接する時、その方が安心するための声かけとして“うそ”をついてしまっていることに対して「その方のため」とはいいながら罪悪感があった。しかし、体験講座受講後9月に行った「介護実習Ⅲ」の際は、“うそ”について騙しているのではなく“演技”をしている。その認知症のある方と一緒に即興で“演技”をしながら演劇をし、その人の物語を作り上げていると思うと、次にどんなセリフを言つたらいいかと考え、その人に対して悪いことをしているという感覚が薄れ、明るく接することができ気持ちに整理がついた。

このように学生たちは確実に成長してきています。認知症のある人々に対する尊敬の念を持つつ安心して過ごせる環境づくりができる介護福祉士になれるよう今後も学びの場を充実させたいと考えます。



中川千代さん

高田短期大学キャリア育成学科介護福祉コース  
介護福祉研究センターセンター長

## 高田短期大学

高田短期大学は、親鸞聖人を宗祖とする真宗高田派本山専修寺を母体とする短期大学です。高田学苑の歴史は、約280年と三重県で最も古い歴史をもつ学校です。高度な専門知識や技能・技術を備えた保育者・オフィスワーカー・介護福祉士を育成すべく、「子ども学科」と「キャリア育成学科(オフィスワークコース・介護福祉コース)」を設置しています。



世古口正臣さん

特別養護老人ホーム美里ヒルズ  
施設長

## 特別養護老人ホーム 美里ヒルズ

美里ヒルズは社会福祉法人弘仁会が運営する三重県津市にあるユニット型特別養護老人ホームです。私たちは「特養を施設でなく住まいに、今までと変わらず普通に暮らせる場所にします」をビジョンに掲げ、一斉一律の流れ作業を廃止し、一人ひとりの暮らし方に合わせて支援することで、住む人たちも働く人たちもよりよい人間関係が作れることを大切にしています。



## 認知症ケアの知恵ぶくろ

近頃、身近な言葉となった認知症。症状は人それぞれで、一人で悩んでしまう方も少なくありません。けれど、「三人寄れば文殊の知恵」のように、みんなが集まれば、ずっとラクにつきあえる知恵がいっぱい。行政からNPO、地域ボランティアまで様々な人の力を借りて、おばあちゃんの知恵ぶくろを作りましょう。



### 認知症サポーター養成講座

認知症の正しい知識を身に付け、地域で認知症の人をサポートできる皆さんを育成します。



### 認知症カフェ

認知症のご本人やそのご家族のほか、関心のある誰もが集まり、自由に仲間づくりや情報交換を行うサロン。悩みを共有することで、スッと肩の荷も下ります。



### 体験講座

頭で考えるだけでなく、身体で認知症の人とのコミュニケーションを体感します。



### 講演

男性が介護する側になったときの心構えや、災害時の認知症の人の支援、認知症のご本人による体験談など、毎回様々な角度から認知症を学びます。

ロビーでは、相談窓口やゲーム感覚で脳のリハビリができるブレインリハビリテーション体験会を開催。



## 介護を楽しむ 実施データ一覧

### 「介護に寄り添う演技」体験講座(3年間で29箇所 のべ686人)

	開催日	会場	対象	参加人数(人)
2017年度	1 5月24日(水)	特定医療法人暁純会 武内病院	院内看護師	16
	2 6月30日(金)	高田短期大学	キャリア育成学科 介護福祉コース 2年生	15
	3 7月19日(水)	四日市なやプラザ	認知症の人と家族の会 家族介護教室 参加者	14
	4 7月20日(木)	三重県立一志病院	病院職員、地域住民	25
	5 8月29日(火)	特別養護老人ホーム慈宗院	社会福祉法人敬愛会の職員	25
	6 9月23日(土)	みどりの丘カフェ	カフェ参加者(認知症の方のご家族や介護関係者)	32
	7 2月4日(日)	三重県総合文化センター	日本在宅医療学会 第3回地域フォーラムin三重 参加者	29
	8 2月13日(火)	高茶屋市民センター	津市内のボランティア、いきいきサロン運営メンバー	57
	9 2月14日(水)	三重県立津商業高校	1年生 ※津市社会福祉協議会主催「ふくし出前」	12
	1 5月14日(月)	津センターパレス	津市社会福祉協議会 家族介護教室 参加者	21
2018年度	2 6月27日(水)	高田短期大学	キャリア育成学科 介護福祉コース2年生	20
	3 8月27日(金)	津市豊里ネオボリス 豊ヶ丘会館	豊里地区民生委員	24
	4 9月28日(金)	伊賀市ゆめボリスセンター	伊賀市のケアマネージャー ※伊賀市地域包括センター主催	20
	5 10月1日(月)	玉城町保健福祉会館	認知症サポートグループさくら ※玉城町地域包括支援室主催	27
	6 10月9日(火)	三重県立白山高校	普通科福祉類型2・3年生	14
	7 10月9日(火)	三重県立一志病院	病院職員、地域住民、	22
	8 10月29日(月)	津センターパレス	津市社会福祉協議会 家族介護教室 参加者	14
	9 12月17日(月)	志摩市役所	志摩市内の介護事業所職員 ※志摩市健康福祉部主催	44
	10 1月21日(月)	尾鷲市中央公民館	尾鷲市内の認知症サポート ※尾鷲市社会福祉協議会主催	24
	1 4月20日(土)	鈴鹿カルチャーステーション	理想の暮らしを語る会	44
2019年度	2 5月16日(木)	特別養護老人ホームアリビオ	社会福祉法人風薰会の職員	14
	3 6月7日(金)	高田短期大学	キャリア育成学科 介護福祉コース 2年生	16
	4 7月5日(金)	総合福祉施設 かすみの里	社会福祉法人永美会の職員	29
	5 8月16日(金)	いなべ暮らしの保健室	地域住民、行政職員	18
	6 8月19日(月)	複合型介護施設群 しおりの里	津市生活介護支援センター	11
	7 9月3日(火)	三重県立一志病院	白山高校普通科福祉類型2・3年生、一志病院職員、地域住民	31
	8 9月22日(日)	デイサービスセンター 美里ヒルズ	施設職員、地域住民	36
	9 11月25日(月)	四日市市立西笹川中学校	2年生	55
	10 1月31日(金)	いなべ市役所	市役所職員、地域包括支援センター職員	19

### 見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵ぶくろ

#### 2017年度 8月30日(水) 計323人

	参加人数(人)
認知症サポーター養成講座	103
認知症カフェ	24
講演会	142
体験講座	29+見学者25

#### 2018年度 9月19日(水) 計183人

講演会	「高齢者および認知症の人々への防災・減災支援」 講師:磯和勅子さん(三重大学大学院医学系研究科看護学専攻 老年看護学分野 教授)	73
座談会カフェ	「大切な人を守るために、私たちが今からできること」	42
講座	「介護する男~高齢化社会と認知症に向き合うために~」 講師:津止正敏さん(立命館大学産業社会学部教授・男性介護者と支援者の全国ネットワーク事務局長)	44
体験講座	「老いと演劇のワークショップ」 講師:菅原直樹さん	24

#### 2019年度 8月28日(水) 計305人

講演会①	「認知症とともに生きる~当事者の視点からみえる社会~」 講師:渡辺康平さん(西香川病院「オレンジカフェ」相談員)	113
講演会②	「安心して老いるために~認知症介護の現場から~」 講師:村瀬孝生さん(宅老所よりい代表)	139
体験講座	「介護する“わたし”、認知症の“わたし”~ものがたりで考える認知症ケア~」 講師:菅原直樹さん、老いのブレーバーカメンバー	53

# 明るく老いる

とは

歳をとると、身体が思うように動かなくなり、できないことが増えていく。そんな時、こんな自分はダメだと思って否定するか、まあ人間なんてこんなものだと笑って受け止められるかによって、その人の老いの姿はずいぶん変わってくるのではないかと思う。老いる中で、演劇は凝り固まった価値観をほぐすのにぴったりのアイテムなのです。



## 老いのリハーサル

超高齢社会をゆるゆると生き抜くための演劇ワークショップ。演劇で老いの予行演習をすることで、老いることが楽しみになります。参加者の中には、シニア大歓迎という言葉に惹かれて、80代の演劇初心者も!

OlakkaDai×三重県文化会館「おじを楽しむ」「めぐくせいむ」アートプロジェクト  
OlakkaShi 菅原直樹の演劇ワークショップ シニア大歓迎/  
**老いのリハーサル**

「おじを楽しむ」「めぐくせいむ」—おじを想像し、喜んで、演じ、内面化させて行動する骨太の喜び。物語もお話をえ、これまで八回開催をして、併せてしてお母さんたちもおじを喜んでいます。

■第1回 2018年12月23日(土)  
■第2回 2019年1月13日(土)  
■第3回 2019年1月19日(土) 楽器演奏ライブチケット付き  
■第4回 2019年1月20日(日) 13:00~15:00 / [B] 16:00~18:00

会場: [A] 13:00~15:00 / [B] 16:00~18:00  
料金: [A] 1,500円(税込) [B] 1,500円(税込)  
お問い合わせ: OlakkaShi 菅原直樹プロデュースオフィス TEL: 090-231-13100

■講師: 菅原直樹 (アーティスト・音楽家・作家)　著書『めぐくせいむ』『おじを楽しむ』など著述多数。『めぐくせいむ』は、日本でも発売された。著書『おじを楽しむ』は、日本でも発売された。

■司会: 飯田真也 (パフォーマー・アーティスト)  
■ゲスト: 石川洋子 (ダンサー・振付師)、佐々木千鶴 (歌謡曲歌手)、酒井かずお (俳優)、伊藤和也 (スリーライフ)  
■監修: 藤田真理子 (演劇監修)、松原由美子 (音楽監修)

■出張講座: 三重県文化会館 楽器演奏チケット付き TEL: 090-231-13100 (13:00~15:00 / [B] 16:00~18:00)

■申込方法: 無料申込受付中! 定員になり次第締め切り。詳細はHPをご確認ください。  
■問合せ: OlakkaShi 菅原直樹プロデュースオフィス TEL: 090-231-13100 E-mail: OlakkaShi@olakka-shi.com  
■連絡先: 三重県文化会館 TEL: 059-223-1100

■お問い合わせ: OlakkaShi 菅原直樹プロデュースオフィス TEL: 090-231-13100 E-mail: OlakkaShi@olakka-shi.com  
■監修: 松原由美子 (音楽監修)、藤田真理子 (演劇監修)  
■連絡先: 三重県文化会館 TEL: 059-223-1100

## 老いのプレーパーク

これまでの体験講座参加者や老いのリハーサル参加者を中心に、老いの明るい未来を摸索する集団「老いのプレーパーク」を結成。身体が動かしづらい、耳が遠い……、そんなことはノープログレム。最年長は91歳! 最年少の二十歳の女の子とは、まるでおじいちゃんや孫のよう。多彩な世代が一緒に活動しています。2018年、2019年と、年に1回のペースで演劇作品を発表!



OlakkaDai×三重県文化会館  
「介護を楽しむ」「めぐくせいむ」  
アートプロジェクト

**老いのプレーパーク 仲間募集**

おじと一緒に楽しむことを上手に「遊び」の世界へ。  
元気なおじの笑顔、地域の人たちの喜ぶ声、おじについてとにかく楽しむ!  
活動しているおじ選定会、前回はOlakkaShi (オカカシ)。  
少しあまりもさわらうとおじを笑むのこの話は、めぐくせいむ。  
今日は、おじと一緒に遊び Theaterで遊んでくれたおじたちが、めぐくせいむ。  
元気なおじがめぐくせいむ。おじと一緒に遊び Theaterで遊んでくれたおじたちが、めぐくせいむ。  
おじと一緒に遊び Theaterで遊んでくれたおじたちが、めぐくせいむ。

みんなで遊びながら「めぐくせいむ」の歩みなどをストーリーを発表出来ます♪

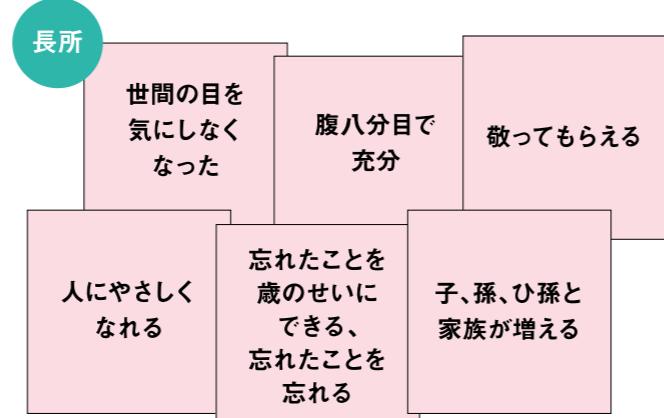
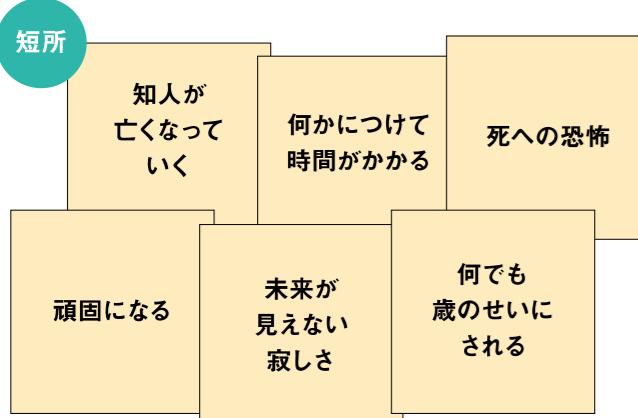
■申込方法  
無料申込受付  
1月より次第に申込受付を開始いたします。  
申込用紙提出後、三重県文化会館にてお問い合わせ下さい。  
チケット代金(料金)は、HPにてご案内しております。  
■問合せ: OlakkaShi 菅原直樹プロデュースオフィス TEL: 090-231-13100 E-mail: OlakkaShi@olakka-shi.com  
■連絡先: 三重県文化会館 TEL: 059-223-1100

■お問い合わせ: OlakkaShi 菅原直樹プロデュースオフィス TEL: 090-231-13100 E-mail: OlakkaShi@olakka-shi.com  
■監修: 松原由美子 (音楽監修)、藤田真理子 (演劇監修)  
■連絡先: 三重県文化会館 TEL: 059-223-1100

2017年度

## 老いのリハーサル プログラム紹介

### 老いの短所・長所を書き出してみよう



死を間近に感じるからこそ大切なものが見えてくるし、足るを知るようになる。親しい人たちとの別れは悲しいけれど、下の世代へつなげる家族ができる。何でも歳のせいにされるというけれど、イヤなことは歳のせいにだってできる。短所だと思っていたことも見方を変えれば、長所になるなんてまさに表裏一体！



### 明るく老いるために、あつたらいいなと思う商品や仕組み、イベントを考えてみよう



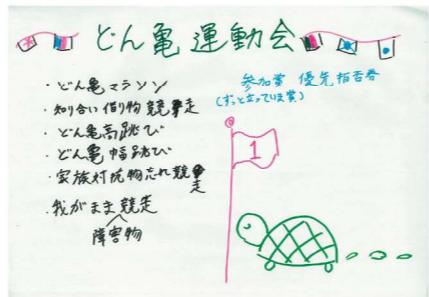
#### どこでもマイカー

行き先を設定すれば自動で行きたいところに連れて行ってくれる。車イスでもそのまま乗れて、空も飛べる。国から支給され、免許なしでOK。



#### スーパーAI(愛)かがやくメガネ！

このメガネをかけると、若き日の楽しい思い出、元気だった体を体験でき、さらに輝かしい未来が見られる。



#### どん亀運動会

時間をかけて寄り道を楽しめた人が勝ちのどん亀マラソンや、家族対抗物忘れ競走など。ちなみに参加賞は優先拒否券(ずっと立っていま賞)。



### 出てきたアイデアをもとに30秒のCMを創作してみよう

現実にはすぐに実現するのが難しいことも、演劇なら失敗を恐れずどんどんアイデアを試せるのも発見でした。

2018年度

6月、老いのプレーパーク活動初日。定年退職したシニア、理学療法士、介護真っ最中の主婦や、認知症のお母さんとその娘さんなど、顔ぶれは様々。皆さんにリラックスして、活動を楽しんでもらうため、最初の4か月は興味の向くままワークショップを重ねました。



### ワークショップ



### とっておきのエピソードを披露

お気に入りの韓流スターが出演していたドラマの曲を流しながら、フリップでそのアーティストとの出会いを語ったり、愛猫との思い出から創作したストーリーを手作りの指人形で演じたり、自分の大切なモノ・コトを思い思に表現。



### もう一度演じてみたい役割を演じてみる

グループに分かれて、自分の人生でもう一度演じてみたい役割と、その時のエピソードを語ってもらう→エピソードを一つ選び、配役をして、その1シーンをグループで演じてみる。

実はハッピーエンドの話よりも、恥ずかしかったり悲しかったりしたエピソードのほうが、後から振り返ると笑い話になり、違った印象を持って見ることができるかもしれません。さらにそれを「演じる」ということは、現在強いられている役割から解放され、若い頃を追体験することにつながります。認知症の人も、記憶障害により過去の自分を生きることで若々しく子どものように見えるのがも。

### 他己紹介

円になって、隣の人の紹介をしていく(内容は架空でOK)。紹介された本人は紹介された通りの人になりきる。2周目は紹介されたら動きをつけて演じる。

当初はOiBokkeShiで2015年に上演した「老人ハイスクール」の上演を考えていましたが、メンバーの「セリフを覚えるのは苦手だけど、それぞれの専門分野なら話せる」という言葉に触発され、それを活かせるよう、「老人×青春」というコンセプトはそのまま、台本から新しいものに作り替えることになりました。簡単なあらすじだけ決めておいて、メンバーにそのシーンを実際にアドリブで演じてもらいながら、良いところをピックアップして台詞にしていきます。

## 稽古風景



「老人ハイスクール」という架空の学校を舞台に、プロットを説明する菅原さん



「老人ハイスクール」の先生ってどんな人？ 生徒たちの入学動機は？ 個性の溢れる面々がアドリブで演じてみます。



皆さんの即興シーンをもとに台本が完成。親子で参加のおふたり。なんとも微笑ましい光景です。

## 劇場入り



本番を1週間後に控え、会場の小ホールへ。メンバーで舞台セットの仕込みから食事の炊き出しまで行い、気分は合宿。



“同じ釜の飯を食う”ことで団結力も強まり、気合十分。  
「人生はごっこ遊び。死ぬまで遊び続けようー！！」

ロビーでは、メンバーによる楽器演奏も。



皆さんの即興シーンをもとに台本が完成。親子で参加のおふたり。なんとも微笑ましい光景です。

## 本番

### 発表公演 老いたら遊ぼう！「老人ハイスクール」

#### 作品構成

オリエンテーション…生徒代表より、老人ハイスクールをご紹介。

演劇作品「老人ハイスクールの日常」…老人ハイスクールの日常の一コマを上演。(台本:菅原直樹)  
部活動紹介…老人ハイスクールにある3つの部活動を演劇仕立てでご紹介。(台本:老いプレメンバー)

少子化で廃校になった高校を再利用した老人ホーム。そこは“老人ハイスクール”と呼ばれ、恋に落ちるもよし、非行に走るもよし、入居者たちはスクールライフを楽しんでいます。家では介護する側とされる側だった夫婦がそこでは生徒同士の役を演じたり、元教師の認知症の老人は自分を先生だと思い込み、今日も授業が始まります。認知症になっても、年をとっても、役割があれば毎日が豊かになる！前代未聞の老人群像劇が繰り広げられました。



老人ハイスクールでは、部活動も一味違います。棺桶談義を始める生前葬研究会に、認知症の人の夢を叶えるお手伝いをするクラブまで。

## 2019年度

老いのプレーパークも2年目。1年目の発表公演を見て感激したお客様が新メンバーとして加入！ それぞれが役割を見つけ、メンバー自身の特技を活かして先生となり、ヨガや发声声を教え合います。

### ワークショップ



### 偏愛マップづくり

メンバーの好きなもの・熱く語れるものをA3用紙に好きな形式で書いてもらいました。その後、二人組で自分の偏愛マップについてお互いに説明し、それをもとに発表。すると、お互いの好きなものを融合させた全く新しいストーリーが誕生しました。



認知症の宮木さんは昔から走るのが得意で県の代表選手にも選ばれたほど。歌うのが大好きな池田さんはその美声を生かしてウグイス嬢の経験あり。そこでマラソンを走る宮木さんのそばで、池田さんが実況中継をするシーンが生まれました。

### おかげに会いに岡山へ

OiBokkeShiの看板俳優おかげに会いに、老いのプレメンバーの有志で岡山旅行。菅原さんのカチンコの音と共に、一気に役者の顔になるおかげに、大きな刺激を受けました。



### 老いのプレメンバーが認知症イベントの講師に

プロジェクトのもう一つのテーマ“介護を楽しむ”から生まれた認知症イベント「見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵ぶくろ」に、老いのプレメンバーが講師として参加。認知症の人と接する中で困ったことを寸劇にし、その解決策を参加者に話し合ってもらいます。そして、出てきたアイデアを老いのプレメンバーが上演！



#### Case1 Aさんの嫉妬妄想

入院中のAさん。見舞いに来た夫が隣のベッドの旦那さんを看病するBさんと世間話をしているのを見て、浮気妄想を募らせます。Aさんの娘もやって来ますが、Aさんが若い頃、夫の浮気性で苦労をしたことを知っているので、複雑な気持ち。夫としては、これまで心配させた妻に一生懸命尽くしたいという気持ちがあるけれど、Aさんの妄想は激しくなる一方……。

- 夫がAさんにきちんと今の気持ちを伝える
- スキンシップと共に妻への誉め言葉を大切に
- 疎外感を感じないよう、話すときはAさんを交えて（隠れてヒソヒソは×）
- 娘は母親の味方に



発表では、娘のアシストにより夫がサプライズでAさんに花をプレゼントし、感謝の言葉を伝えました。

#### Case2 毎回同じものを買ってくるCさん

スーパーで、毎日同じものを買う高齢者Cさんが少し気になっている店員。Cさんの家では、いっぱいになった冷蔵庫を前に頭を抱えているCさんの娘たち。近所やスーパーの人に事情を話した方がいいのではないか、いいや必要以上に母の認知症を人に話すことはよした方がいいのではと娘たちは喧々諤々……。

- 買い物以外の楽しみや役割を持ってもらう
- 買ってほしいものをリクエスト（買い物メモを渡す）
- 「今日はお店はお休み」と言って一緒に過ごす



発表では、店側に協力を依頼し、レジで今すぐほしいもの以外は配達する旨を本人に伝え、後ほど配達用に預かった品物分は家族に返金するようにしました。



活動を重ねることで、“介護を楽しむ”と“明るく老いる”、プロジェクトを横断した成果が生まれました。

発表イベントでは、1年目の「老人ハイスクール」に加え、老いから死へと看取りがテーマの第2幕を創作することに決定！ 第2幕に出演の皆さんには、台本執筆にあたって、ご自身の看取りのエピソードや思いを語ってもらいました。

## 稽古風景



小児科の看護師をしていた木曽原さん。助からない病を抱える子供たちに接してきた想いを語ってくれました。



第1幕の「老人ハイスクール」も新たな配役に。メンバー発案の自主稽古の回数も増えてきました。



決起集会を兼ねた食事会も開催。



## 本番

### 作品構成

- 1限目：人生はごっこ遊び！…恋に逆行に、個性豊かなおじいじと達の青春群像劇。
- 2限目：夕暮れのロックンロール…破天荒な親子の看取りを描いたドラマ。

第2幕のものがたりは、メンバー最年長・当時92歳の桙木さんと、80歳の水野さんが大活躍。若い頃に息子と仲違いしてしまった厳格な父(桙木さん)。そんな父が余命僅かとなり、引きこもりの息子が勝手にテントを建てて看取り？！昔父に反対されたロックバンドまで始める始末で、姉夫婦はそんな弟にあきれ顔です。さらには同じ施設に入居する認知症の女性・シライさん(水野さん)は父のことを自分の旦那さんだと思っているよう。父もまんざらでもないようで、入居当初の元気な頃には、二人で駆け落ちだと言って施設から抜け出そうしたこと。こんなに愉快で明るい看取りもいいじゃないかと思える作品でした。



ロビーでは、老いヨガや納棺体験も。



## 観客の声

- 芝居の更なる進化と深化を楽しみにしています。本当に温かくすばらしい舞台でした。
- 「家族」とはちがう特別なコミュニティ、私にもできるでしょうか。親と子または介護する、される関係をこえて、ふれあう機会が必要だとわかりました。
- 自分はまだまだ16才ですが、人生の楽しさ、生き方について学べました。

発表公演から1か月。古いプレメンバーによる座談会を行いました。皆さん、恋人に会うかのように再会の日を待ち望んでいた様子が伺えます。

**前川** 2幕のミウラさん(老人ハイスクールで働く介護職員役)の「困り果てて、もう笑うしかないってなって思って、徐々に楽しくなってくるか、どうかだよね」っていうセリフがいつまでも残ってて。あっこれが「介護を楽しむ、明るく老いる」ことの真髄なんだなって。本当に今まで生きてきた中で最高に楽しかった!

**佐脇** 最初は全然知らない人が集まって自分をどこまで出していいのかわからなくて、周りを見ながら小出しにしてたのが、2年目になるとまあいいやって、自分を出せる場になって。**演劇って、ある程度(社会)経験を積んで、何のしがらみもなくなってからが初めていいものができるのかな**、本当に演劇を楽しめるのかなって。例えば、私たちみたいに「できません!」とか「セリフ変えてもいいですか?」とか好き放題に言えちゃう。2年目は、みんなで話し合って「こうやってみようか?」って色々試せたのがよかったよね。それは2年目の余裕だね。

**菅原** 余裕な女性陣、余裕のない男性陣(笑)。※男性陣は1年目と違う新しいキャストでした。



**水野** 老いプレに参加しなければ出会えなかつたタイプの人たちと一緒にできたのが本当に面白かった。稽古は楽しいときもあれば、身体が追い付かなくて苦しいときもあって、そういうのも含めて楽苦(たのくる)しかつたですね。

**菅原** なるほど。**樂苦(たのくる)しいのせめぎあいが、もしかしたらいい表現を生むのかもしません**。

**近江** 2年目を終えて一番感じたのが、仲間のチカラ。力づけてもらって、中には暗記用にセリフをテープに録音して持ってきてくれるメンバーがいたり。一人じゃなくてみんなで作り上げる喜びの大さを感じました。アカデミー賞で、オスカー像を抱いた女優さんがなんであんなに家族や仲間に感謝のことばを述べるのかなって不思議に思ってたのが、演劇をやってみると、関わってくれた一人ひとりに「ありがとう」って言いたくなる気持ちが初めてわかりました(笑)。

**井早** 最近はテレビドラマや映画を見ていても、役者さんの演技に目がいくんです。(一同あ~、わかるわかる) セリフの言い回しかね。ずいぶんドラマとか映画の見方が変わりました。

**菅原** もう役者になってるじゃないですか!?

**テリー** もう一つは、私は2幕で義理の兄弟(ひきこもりだったのが、父の看取りをきっかけにロックバンドを始めようとする義弟)がいるという設定だったわけなんですが、**自分自身も36歳の時に弟(義弟)を亡くしていく、ほんとは優しいんだけど弟にはきつい言い方をしてしまうお姉さん(妻役の近江さん)**を見ていて、自分のことと重ね合わせながら演じました。若い時にこんな風に接してあげればよかったなと思って。

**菅原** 色々つながるんですね。僕も個人的にあの時ああいう風に関わればよかったという後悔がいくつかあって、それで2幕を書いたところもあるので、偶然ですけど、テリーさん(井早さん)の人生にも重なった部分があるのかもしれません。



**倉田** いつもワークショップって受ける側だったから、「見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵ぶくろ」で古いプレメンバーとして参加して、第3者の目線で菅原さんの表情や、古いプレメンバーの対応、受講者の距離感が近づいていたり、場があったまつていく様子が見られたのが新鮮だったかも。

**堤** 菅原さんのワークショップを皆さんに受けさせていただくところから始まったのが、だんだん重ねていくことでご自身がやる立場になって、また別の人気がそこから何か受け取ってくれるっていうのが良かったですね。

**今井** 1幕は夫婦や親子の縛られた関係性から解放されるお話、2幕はギクシャクしてた家族が一つにまとまる話、どっちも家族の在り方を投げかけることができたんじゃないかな。

あとは、演劇って資格とか何もいらずに表現できるものなんだなって。ある程度みんない歲になつても、こういうことができるのには楽しい。そういう思いが周りにも波及して、実際に台本を書いて劇を作ろうという動きが出てきたり。**演劇ってこれが正解っていうのがないじゃない?**だからそういう世界でみんなが色々出し合つてくるのが楽しかったな。

**辻屋** その後、うちの地区ではずっと演劇づくりが続いてるんです。亜子さんが主役で、私は親友の役。若年性認知症の方をテーマにした劇に取り組んでて、次に進んでる感じ。地域の動きにつながってる。

**宮村** 実際に介護をされている当事者の方は苦しくて大変だし、演劇と現実は違うけれど、**この劇に参加しててみなさんから発せられるものがすごく明るて元気なものだから、私も頑張ろうって思えた**。

**木曾原** 38年間看護師をやってきて、何の趣味に生きるでもなかつたのが、ほんとそこに演劇が入つてきて。すごく楽しくて青春だったんですよね。看護って、昔は告知してなかつたから、子供相手に病

気を伝えるのに嘘をついている後ろめたさがあつたのが、これでいいんだって思えた。演じた役も自分に添つた役だったので、女優って全然違う役になることなって思つてたけど、今までの自分振り返ることができた気がします。

**池田** 2年目は娘役のかよちゃん(前川さん)とのコミュニケーションがしっかりとれたので、距離がぐっと縮まつた気がする。あと感激したのは、自分の団地に公演チラシをポスティングしたんだけど、町内会長さんが何も言わずに見に来てくれて、あくる日、うちのポストに「すごくよかった」と手紙を入れてくれてたんです。周りの友達も「みんなに上手くはいかないかもしれないけど、気持ちが楽になった」って。私たちの想いが伝わったのが嬉しかった。





池田由美



伊野廣美



井早照彦



今井亜子



近江容子



川本良男  
2018年度



木曾原友美  
2019年度



倉田美智子



くるぶし



佐脇 柚



鈴木夢眠



高橋佐代  
2018年度



高山 鎮



辻屋康子



TSUぶ☆あん子



中尾法子



鳴海美穂子  
2019年度



柊木繁雄



前川香代子



松原秀武  
2018年度



丸井典子



水谷祐哉



水野慶子



宮木きみゑ



宮村紘実

## 古いのリハーサル

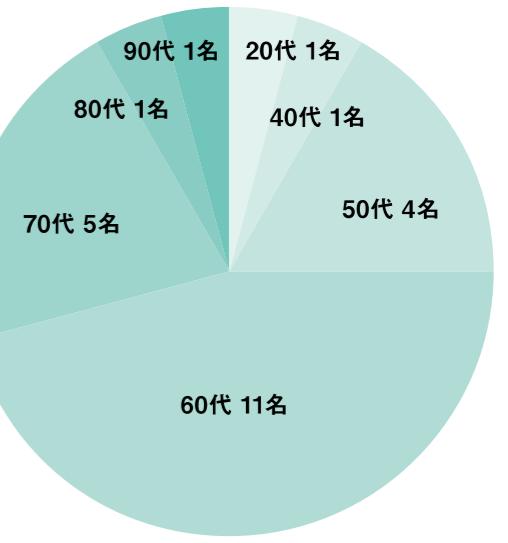
### 2017年度

- 第1回 2017年12月23日(土)
- 第2回 2018年 1月13日(土)
- 第3回 2018年 2月 3日(土)

各回昼と夜の部に分け、あわせて26名

古いのプレーパーク  
メンバー構成  
(2018～2019年)

**25名**



## 古いのプレーパーク

### 2018年度

- |              |               |
|--------------|---------------|
| 第1回 6月 9日(土) | 第4回 9月29日(土)  |
| 第2回 7月28日(土) | 第5回 10月27日(土) |
| 第3回 8月18日(土) | 第6回 10月28日(日) |

11月・12月は発表に向け、月4～5回の稽古を実施。

### 発表公演

## 老いたら遊ぼう！ 「老人ハイスクール」

12月22日(土)・23日(日) 両日共14:00開演

三重県文化会館小ホール

※各回共アフタートーク有

登壇者：菅原直樹さん、水谷祐哉さん（理学療法士・古いプレメンバ）

入場者：287名（2ステージ）

協力：  
愛知淑徳大学演劇研究会「月とカニ」、津葬祭



### 2019年度

- |              |              |
|--------------|--------------|
| 第1回 4月21日(日) | 第4回 6月23日(日) |
| 第2回 5月12日(日) | 第5回 7月 6日(土) |
| 第3回 6月 8日(土) | 第6回 7月 7日(日) |

8月・9月は発表に向け、月4～5回の稽古を実施、平日は昼・夜の2部制とした。

### 発表公演

## 老いたら遊ぼう！ 「老人ハイスクールDX」

9月28日(土)・29日(日) 両日共14:00開演

三重県文化会館小ホール

※各回共アフタートーク有

登壇者：菅原直樹さん、水谷祐哉さん（理学療法士・古いプレメンバ）

入場者：437名（2ステージ）

協力：  
三重テレビ放送株式会社、高田短期大学、津葬祭、株式会社桔梗屋織居  
社会福祉法人松阪市社会福祉協議会、社会福祉法人津市社会福祉協議会  
株式会社愛安住、南部好宏（津中部西地域包括支援センター）  
世古口正臣（特別養護老人ホーム美里ヒルズ）、いなべ暮らしの保健室





## みんなが楽しくなる医療

認知症患者さんの診療をしていて、薬剤を中心とした治療の限界を感じることがよくあります。症状が進むにつれ「ボケを薬で止めてほしい」「暴れるのを薬で止めてほしい」「寝ないのを薬がほしい」「外に出るのを薬で止めてほしい」「失禁するのを薬で止めてほしい」と訴えは多くなっていきます。その都度、薬剤調整を試みますが、認知症の根本的治療薬がない中で、結局、抗精神薬に頼らざるを得ない場合もあります。結果、精神活動を抑制され、ぼーっとして何の表情もなく、寝たきり老(廃)人となってしまうことも……。ふと思うのです。誰のための薬だったのかと。患者本人の訴えは、初期のころの「ボケないようにしてほしい。周りに迷惑かけるから」だけ。あとは、介護者の訴えに対する薬ではなかったかと。もちろん介護者が疲弊してしまっては、本人はもっと悲惨なことになります。介護施設も居られなくなっています。本人が嫌がっていた周りに迷惑をかけることになります。しかし、それを言い訳にしてばかりの診療・介護をしていると、逆に疲弊感が増していくのに気付きました。楽しくないです。

吉丸公子さん  
三重大学医学部附属病院認知症センター副センター長、認知症専門医、老年病専門医、神経内科専門医、総合内科専門医。これまで九州・関東の大学病院や、無医村の在宅診療、介護施設、リハビリ病棟、精神科病棟など勤務経験あり。それぞれの患者さん・介護者さんにとって一番良い、認知症診療を日々こころがけている。

そんな時、このアートプロジェクトを知り、菅原直樹氏の「介護に寄り添う演技」体験講座を受けました。最初は「演技」って、ただ単に、認知症患者の妄想に適当に話を合わせるぐらいだろうと考えていました。しかし、講座を受けてみると、その考えは良い意味で否定され、また、素直に「介護は楽しめるものなのだ」と驚きました。仙台富沢病院の佐々木英忠先生と藤井昌彦先生が、情動機能に良い刺激を与えると、問題行動が減り、認知機能にも良い影響が及ぶという「認知症情動療法」を研究されエビデンスを示された。情動機能に良い刺激として介護者の演技があり、俳優・演出家の前田有作氏が、演劇の手法を用いて患者の苦悩的情動から歓喜的情動を呼び起こし、平衡老化をもたらす「演劇情動療法」を研究されエビデンスを示された。なるほどと納得しました。体験講座の中で患者役をした際、笑顔で介護をもらおうと、こちらも穏やかな気持ちになってくる。これは問題行動が減り、抗精神薬を使用しなくとも済むなど体感しました。早速、診療の場でも演技を取り入れ、介護者にも指導してみたところ、皆の笑顔が増えて、問題行動と抗精神薬を減らせることができた例があります。

三重県文化会館で行われた老いのプレーパーク発表公演「老人ハイスクールDX」を見て、はじめは、認知症患者・非患者の区別は認知症専門医としてつくだろうと思っていたが、正直、よく分かりませんでした。それほど、演技をしている患者さん?の表情が豊かだったので。最後は、患者・非患者などと区別する必要ない。みんな、明るく人としての尊厳をもって生活できればいいのでは、と思わせてくれる公演でした。今後も「介護を楽しみ、明るく老いるための演技」を続けていきます。

# 医療×介護×アート 有識者からのメッセージ

医療と介護とアート、一見異なる分野の有識者の皆さんに  
老いのプレーパークの作品を観ていただきました。  
果たしてそこから浮かび上がってきたものとは……。



## 認知症という異文化に寄り添う

介護職よ、北欧よりもインドに行こう—こう呼びかけて始まった毎年のインドツアーは今年で12年めになる、もっとも私は北欧に行ったことないんだけど。

ツアーの初日、オールドデリーのホテルから、夜の散歩に出る。人と犬がいっしょに一枚の毛布で路上に寝ている。

それを見た介護職は「施設の廊下で寝てる人を自分の部屋のベッドに追いたてなくていいんだ」と思うと言う。人はこうやって生きてきたんだから、と。

インドツアーは異文化の体験だ。私たちは認知症を異文化として捉えたいと思う。異文化の理解に必要なのは、自分の常識を疑い、見方、感じ方を変えることだ。

認知症の世界は、独自の時間と空間を持っている。介護職はそれを正そうとするではなく、共有しようとする。

演劇もまた、独自の時間と空間を創りあげる。しかも観客を巻き込んで。

だから菅原直樹が「介護と演劇は相性がいい」というのは、対人間関係技術に使えるなんてことではなくて、本質的なことなのだ。

しかも「老人ハイスクール」は芝居という異世界の中で、認知症老人の世界を共有するためには芝居をしているという「入れ子構造」になっていて、私たちが信じているこの世界はさらに相対化されていく。

気がつけば、認知症ではない私たちもまた独自の時間と空間を持っている。それを認めようとしない、ニュートン的絶対時間と絶対空間への信仰が、認知症を「問題」とするだけでなく、私たちの個性をも奪っているのかもしれない。

介護は科学ではなくアートを目指す。



三好春樹さん

1950年、広島県生まれ。特別養護老人ホームの生活指導員として勤務後、理学療法士となる。1985年に「生活とりハビリ研究所」を設立。年間200回を超える講演活動と実技指導で、現場に絶大な支持を得ている介護分野の第一人者。主な著書に『関係障害論』『認知症介護』(雲母書房)『介護のススメ!』(ちくまプリマ―新書)『完全図解新しい介護』(講談社)など多数。

## 地続きであることの手ごたえ

2019年9月29日、三重県文化会館から駅までの長い道のりを、興奮冷めぬまま歩いて帰った。曼殊沙華が美しく咲いていたが、頭の中は20年前に他界した祖母のことでいっぱいだった。祖母との会話や当時の自分の態度が思い出されてならなかった。

「老人ハイスクールDX」は、菅原直樹さんと三重県文化会館が3年間取り組んだ“介護を楽しむ”“明るく老いる”アートプロジェクトの集大成、成果発表という側面を超えて、演劇公演として魅力的だった。「老人ホームの入居者が青春ごっこをしながら、過去と現在を往来し、老いと向き合って生きていく」物語は、演じ手たちの魅力も相まって、観客が自分の体験を舞台上に見出せるような、役者が自分の身近な誰かに見えてくるような、そんな時間だった。アフタートークも、介護福祉士の経験に裏打ちされた菅原さんの話に人々が深く傾き、時に独り言ながら聞いていた。自分自身と舞台上の世界が地続きであると感じられた。

この地続き感は、菅原さんが3年間展開した演劇を通じて介護や老いを考えるワークショップにも通底している。誰にでも等しく訪れる老いと死は、自分自身や家族にとって地続きのテーマである。「介護に寄り添う演技」や「老いのリハーサル」は、演劇を自然な形で参加者の内面に接続し、また、演劇と介護や福祉の両分野を違和感なく結んだ。

「地続きである」という感覚が伝わることは、社会の公共財、文化資本である公立劇場にとっても大きな意味がある。劇場は社会のさまざまな領域と接点を持ち、芸術愛好家だけでなく、より多くの「一人ひとり」と接続し得るのだ。三重県文化会館と菅原さんと参加者が3年間挑んだプロジェクトは、劇場が生み出す新たな「地続き」の模索であり、より多くの1人ひとりが今までとは別のアプローチで人生に向かい、生きる希望を見出せる取り組みだったように思う。今後の展開にも期待したい。



若林朋子さん

プロジェクト・コーディネーター／立教大学大学院21世紀社会デザイン研究科特任准教授。1999~2013年企業メセナ協議会勤務。プログラム・オフィサーとして企業が行う文化活動の推進と芸術支援の環境整備に従事。13年よりフリー。事業コーディネート、執筆、調査研究、評価、自治体文化政策やNPO支援等に取り組む。16年より社会人大学院教員。社会デザインの領域で文化、アートの可能性を探る日々。

## 運命的な出会い

**松浦** 僕は青年団の俳優から菅原さんの噂を聞いていたんです。縁もゆかりもない岡山で老いと演劇OIBokkeShiという変わった活動をしていると。そのあとTPAM(国際舞台芸術ミーティングin横浜)に2人ともグループミーティングのホストとして参加していて、菅原さんに声を掛けようと思っていたら、菅原さんから声を掛けてくれて。出会った時に、運命的なものを感じましたね。

**菅原** 僕も知り合いの劇団が三重県文化会館で何度か上演していて、かなりとんがった劇場だという噂を聞いていました。自分自身岡山で演劇活動をしていて、地域でできることに关心があり、三重でどういうことが起きているのか知りたい気持ちもあってお声掛けさせていただきました。

**松浦** その時点では、僕はいわゆる劇場のお客さんを開拓するようなアウトーチではなくて、社会の課題と向き合って、社会の役に立つことをメインにした初挑戦のプログラムを暗中模索していました。社会課題と向き合うプログラムには障がい者アートであったり、観光との連携であったりと色々ありますが、菅原さんと運命的な出会いをして、且つ僕自身が認知症の祖母に対して、言動を正せば治ると思い、間違った介護をしてしまったという苦い経験もあり、介護・老い×演劇というテーマに行き着きました。

**堤** そうして始まった“介護を楽しむ”“明るく老いる”アートプロジェクトでしたが、3年間という長期スパンで、やりながらその後の展開も決めていくというのは、かなり特殊な進め方でしたね。

**松浦** そう、公共劇場では珍しい。だから最初に菅原さんにはっきり「暗中模索です。失敗してもいい。自信も全くないけれど、上手くいかなかった時はその都度一緒に考えてくれませんか?」とお伝え



しました。まずは人脈・ネットワークを作ろうと。劇場と縁が薄かったこの福祉という専門分野と何とかして交わりたい。県内各地で菅原さんの「介護に寄り添う演技」体験講座をゲリラ的にやっていくしかないだろうと。それをやってみたら次が見えてくるかなと。

**菅原** 僕も最初は不安もあったけれど、松浦さんが一緒に考えながらやりましょうと言ってくれたのは、心強かったです。

**松浦** 本当にこんなに上手くいくとは思わなかった。

**菅原** 人との出会いですね。三重でのプロジェクトは、松浦さんのご家族への苦い介護経験も伺って、熱い思いが早い段階から湧いてきて、堤さんや水谷さん、老いプレメンバーとの出会いで更に思いが強くなり、広がっていました。

**堤** そんな中で水谷さんは老いプレに参加されて、ご自身の活動や思いに変化はありましたか?

**水谷** 僕が参加した時は、病院でリハビリの理学療法士をしていたんです。そうすると認知症の方と接することも多々あって、どういう風に接すればいいのかわからなかった。それにダメなものはダメ、ご飯の時間だからご飯を食べさせて、次は入浴……といった時間通り、プログラム通りにこなしていくことが当たり前になっていました。僕はその空気感に違和感を抱いていて、活動に参加することで、認知症であったとしてもその人自身は変わらないし、正しさではなくて、その人のその時の思いに寄り添う介護をすることに確信を持てた。

**松浦** 堤さんはうち((公財)三重県文化振興事業団)に入って、2年目にこの事業を持ったんだよね。どうだった?

**堤** 最初は不安しかなかったですね。あまりにも介護や老いという分野を知らなすぎる。まずはその分野について知るということから始めるしかないという状況でした。

**松浦** 最初に菅原さんと運命的な出会いをした時、堤さんはまだ

いなかつたんだよね。もともと菅原さんと堤さんは青年団の同期で、色々偶然が重なって、菅原さんとこのプロジェクトを話している一方で、堤さんは全くそれとは別に三重で働きたくてうちの採用試験を受けた。担当を渡したときも、企画書も何もなくて、ゼロから考えていくという状況でしたね。まずは県の健康福祉部に企画説明に行くところから始めました。そこでどういった機関や団体にアプローチすればいいかも教えてもらった。

**堤** 三重大学病院の吉丸先生からは、認知症医療の現場がどうなっているかお話を伺い、体験講座のアンケート項目にもアドバイスをいただきました。先生が誘ってくださって、医療・介護関係者が集まる事例相談会にもお邪魔しましたね。

**松浦** 吉丸先生自身がプロジェクトの企画書を持ち歩いて、興味のある施設に声をかけてくださったのはありがたかったです。地域医療に力を入れている一志病院や、認知症認定看護師を育成している武内病院とのつながりも先生からの紹介でした。

**堤** 2年目は高齢化の進む県南の鳥羽市や志摩市に、意識的に出掛けていました。すると、皆さんの問題意識もとても高くて、各市町での取り組みも参考になりました。3年目になると、1年目からの縁で、どんどん次の体験講座実施先が決まっていくんです。3年かけて、点がどんどん同心円状に広がり、更にそれが線でつながった感覚でした。全く知らない分野でしたが、3年間やってみると自分の両親のことを考えたり、とても身近になりました。今は介護初任者研修に通っています。それに、高校で菅原さんの体験講座を実施した時に、たまたま演劇部だった女の子が「演劇が役に立って嬉しかった」という感想をくれたんです。私もまさに同じ気持ちで、演劇の新たな魅力を発見できたプロジェクトでもありました。

**菅原** 各地で体験講座をして、一方で老いや介護に関心のある人たち(老いプレメンバー)と芝居を作るというのはこれまでにない体験でした。結果的に堤さんは松木さん(最年長91歳の老いプレメンバー)の送迎までやっていましたもんね。

**松浦** 堤さんも担当というより、老いプレメンバーの一員でしたからね。そこまでいけば成功だなと。

## 2本柱で走り出したプロジェクト

**堤** “介護を楽しむ”“明るく老いる”という2つのテーマを柱としたプロジェクトでしたが、まず“介護を楽しむ”という視点から県内各地で様々な対象に体験講座を行いました。その手応えはいかがでしたか?

**菅原** 演劇と介護がつながることによって、関わり方・考え方が変わったという声をいただいたのは、嬉しかったですね。認知症の人との関わり方は、これからの中高齢社会において、誰もが必要なスキルです。そういった点で幅広い世代に体験講座を受けてもらえたのは良かったです。

**堤** “明るく老いる”という視点で、2018年から始まった老いのプレパークはいかがでしたか?

**水谷** 1年目どんな風になるんだろうと思いながら観していましたが、人生会議(もしものときのために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、家族等や医療・ケアチームと繰り返し話し合い、共有する取り組み)、(納棺体験、遺影撮影など)自分たちで考えた企画やブースを立ち上げて、ジブンゴトとして考え始めて。それ

を小難しくするんじゃなくて、楽しく共有してカタチにしていった過程に驚きました。

**松浦** 演劇という特別な場じゃなくて、生活の延長にある。

**水谷** 老いプレメンバーとして活動する中で、「老いることは素敵なものなんだ」と思いました。そしてこの老いプレメンバーの活躍はこれまでの老いのイメージを変える可能性があると思いました。僕自身も老いプレとしての活動中に病院を退職し、「いなべ暮らしの保健室」を立ち上げたんです。暮らしの保健室は全国で広がっていて、地域住民の健康づくりや介護の相談が無料で出来る場所なんです。いなべ暮らしの保健室は旧保育園をリノベーションした場所で活動してるんですが、この旧保育園には学童が元々あったので、いなべ暮らしの保健室は学童と併設されるカタチになつたんです。いなべ暮らしの保健室での活動は、健康づくりや医療介護の相談窓口のほか、地域の人が繋がれるコミュニティスペースとしての活動もしています。保健室の活動でもアクティブなシニアと日々活動していて、やっぱり歳は関係ないなって思いますし、学童の子供たちにも伝えたいですね。

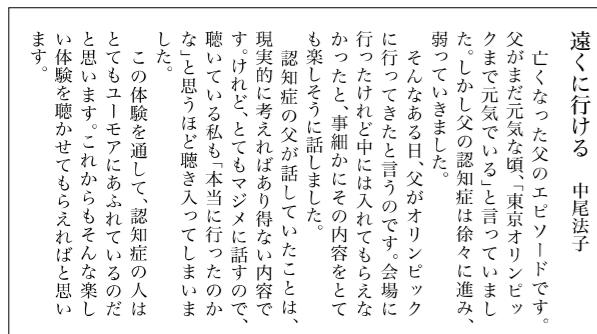
**堤** 水谷さんには老いプレ発表公演で、菅原さんとのトークセッションのほかに、ロビーで展示を行っていただきました。





## プロジェクトの今後

水谷 老いプレメンバー1年目の展示で「認知症にやさしい図書館」「認知症と私」をしました。若いプレメンバーとして活動している中で、認知症のことをもっと知りたいと思ったんです。そして、多くの人に認知症のことを知ってもらいたいと思いました。色々調べていくと「認知症に優しい図書館」活動があることを知りました。この活動は図書館に認知症関連書籍を紹介して多くの人に認知症の事を知ってもらったり、認知症の人でも利用しやすい図書館づくり推進する活動なんです。素晴らしい活動だと思い、1年目の展示で実施しました。また、若いプレメンバーとの活動中に皆さんの認知症にまつわるエピソードを耳にしました。皆さん様々な経験をされていて、文字にまとめて紹介したらどうかなと思ったのが「認知症とわたし」という展示をするきっかけでした。



菅原 現代社会では、歳をとることの楽しさ、豊かさを感じられる場所が少なくなっているんです。けれど、若いプレメンバーを見ていると、その豊かさを十分に感じられて、僕も発見が多くなった。ワークショップでは、老いると速く動けないというマイナス面も、速くなくていいじゃないか、その分周りの景色をゆっくり楽しめるという意見が出たり。演劇を作る際にも皆さんにアイデアを出してもらいましたが、何かを生み出すという作業が新鮮だったのかな。知らない人たちの中で今までとは何か違う役を演じることで、生き生きとしてくるんです。皆さん、特に高齢者はどこかで役割を求めているんですね。ここに来ることによって役割を持つことで、皆さんの顔がどんどん輝いていった。

## “介護を楽しむ” “明るく老いる”の未来

堤 3年間のプロジェクトも一区切りを迎えますが、今後はどうなっていくのでしょうか？

松浦 僕は3年やってみて、想像以上にうまくいったといった印象。若いプレメンバーの「副館長、続けてください！」という声を何人ももらって、その年配の方々の可愛らしさに心を打たれました（笑）。自分なりにもこれだけ良い芝居ができたので、県内各地にこれから毎年1か所以上巡回公演に行って、漁師で船から上がった方や、農業をやっていた方、色々な人に広げたい。僕と菅原さん、どちらかが死ぬまでやり続けたいです。

菅原 老いプレメンバーとのフィードバックでも話していたんですが、更に客席と舞台の仕切りをなくして、舞台の上に多様な人々が立てるようにしたい。演劇そのものも変わりながら、超高齢社会の新しい演劇を若いプレメンバーと作っていきたいです。セリフが覚えられなくても、立てなくなってしまっても、全然大丈夫な演劇。そ

ういった人たちも出演してもらうことで、より作品も深まるし、広がりも出る。

水谷 僕はいなべ市もワークショップ活動ができればいいなと思っています。今年の8月にいなべ暮らしの保健室で行ったワークショップでも、学童のお子さんから中学生、高齢者まで集まって良い雰囲気でできたなという感触があって。ただ、それだけではなくて今度は行政の人たちにも参加してほしい。医療介護の問題って、医療介護分野の人だけでは解決できないんです。移動手段の問題でも、いなべ市では福祉バスが通っていますが、それは都市整備部交通政策課という所が管轄している。そんな中で多種多様な人々が、難しい講義を聞くのではなく、体験講座で体と心を使って感じることで、いなべ市が掲げている健康未来都市、そして認知症にやさしいまちに向けて、新しい考え方や価値観を知ってもらいたいですね。

松浦 総合行政だね。ほんとは県ではなくて、若いプレももう一つ小さい行政単位の市でやってみるのがいいんだよね。人口5万人くらいのところで。

水谷 いなべ市はぴったりですね（笑）。ちょうど4万人くらい。

堤 今の若いプレメンバーが、いなべ市のようにそれぞれご自身の住んでいる地域で活動できるようサポート体制を築くとともに、これまで県内で実施してきた菅原さんのワークショップの手法を地域の人たちに何らかの方法で託していくことで、今後も継承してもらいたい。

松浦 老いプレも、ニューヨークやロンドン、シビウ演劇祭に作品を持っていきたいわけではないんだよね（笑）。一人でも多くの三重県民に見てもらいたい。

堤 同じ悩みを抱えている地域の人々に届けたいですね。

**菅原直樹さん** P01 前述

**松浦茂之** 三重県文化会館副館長兼事業課長

金融機関等の民間企業を経て、2000年より事業団に勤務。総務部を経て2007年に文化会館事業課に異動。2019年より現職。総務部では組織改革、業務改革等を担当。事業課に異動してからは事業統括と演劇事業を担当し、トリブル3演劇ワリカンネットワーク、ミエ・演劇ラボ、小ホール24時間連続使用によるMゲキセレクション、料理をたのしむ 演劇をたのしむ 秋のおたのしみ MPAD、“介護を楽しむ”“明るく老いる”アートプロジェクト等をプロデュース。

**水谷祐哉さん** 理学療法士／いなべ暮らしの保健室

三重県出身。2008年より病院で理学療法士として勤務。2017年から若いプレメンバーとして活動。2019年に病院を退職し、同年4月より三重県いなべ市にいなべ暮らしの保健室を立ち上げる。現在は、いなべ暮らしの保健室代表として地域住民の健康づくり、医療・介護の無料相談や、コミュニティスペースの運営を主におこなっている。

**堤 佳奈** 三重県文化会館事業課演劇事業係

兵庫県出身。神戸大学文学部人文学科卒業後、2010年よりこまばアコラ劇場、劇団青年団制作部に在籍。2016年より三重県文化会館事業課にて勤務。2017年からは、Oibokenbun×三重県文化会館による3年間の“介護を楽しむ”“明るく老いる”アートプロジェクトを担当している。

3年間限定のプロジェクトでしたが、皆さんがあたたかい声援を受け、継続が決定しました。

演劇×若い・介護の可能性を信じて、私たちはこれからも走り続けます。

ゆくゆくは寝たきりでも、台詞を覚えられなくても、誰もが参加できる新しい演劇の作り方を模索中。これからもどうぞよろしくお願いします。

2020年度

## みんな集まれ！M祭2020～みる・つくる・おどろく～

2020年7月19日(日) 三重県文化会館 第2ギャラリー

三重県総合文化センターで毎年恒例のこどものためのお祭り「M祭」に、若いのプレーパークが登場。

ミエ・演劇ラボとコラボレーションして、お化け屋敷をつくります。

## 若いのプレーパーク出張公演 inいなべ市

2021年1月17日(日) いなべ市北勢市民会館 さくらホール

若いのプレーパークが三重県文化会館を飛び出して県内の各市町とタッグを組み、公演やワークショップを開催。2020年度は、藤原岳の麓いなべ市にお邪魔します。

そのほか、最新スケジュールは公式WEBサイト

<https://www.center-mie.or.jp/oibokenbun/> にて。



