

2018年3月
三重県文化会館



於：高田短期大学 キャリア育成学科 介護福祉コース
© 松原豊

DíBokkeShí × 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年度 活動レポート



於：社会福祉法人敬愛会 特別養護老人ホーム慈宗院
© 松原豊

超高齢社会を豊かに生きる

●はじめに

三重県文化会館では、2017年度より、岡山の介護に演技を取り入れたワークショップや、高齢者とともに演劇をつくる活動を行っている俳優・介護福祉士の菅原直樹さんをお迎えし、3年間のアートプロジェクトを実施しています。

2017年度前期は「介護を楽しむ」をテーマに、県内の介護施設や病院、介護福祉コースのある大学、介護家族の会等、10か所でワークショップを開催。後期は、30代～90代の参加者が集まり、演劇を通して、もう一つのテーマ「明るく老いる」について考えるワークショップ「老いのリハーサル」を3回シリーズで行いました。

●なぜ三重県文化会館がこの事業を行うの？

一般的に、劇場は「音楽や演劇といった舞台芸術のイベントを行う場所」というイメージが強いのではないのでしょうか。

しかし、劇場の役割はそれだけではありません。貧困・障害等、様々な理由で社会的に孤立や困難を抱えている方々に対して、アートの力で問題を解決する手助けをし、豊かな生活を楽しんでいただく「社会包摂」という大切な機能があります。

三重県文化会館では、この社会包摂の一環として、2017年度より、介護・福祉の現場に演劇の手法を取り入れた取り組みに挑戦しています。

●講師紹介

菅原直樹氏（奈義町アート・デザイン・ディレクター）

「老いと演劇」OiBokkeShi 主宰。俳優、介護福祉士。平田オリザが主宰する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。OiBokkeShi の活動に密着したドキュメンタリー番組「よみにひはくれない～若き“俳優介護士”の挑戦～」(岡山放送 OHK) が第24回 FNS ドキュメンタリー大賞で優秀賞を受賞。2017年には、その活動がNHK「こころの時代」にも取り上げられる。



「介護を楽しむ」「明るく老いる」 アートプロジェクトの仕組み

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ていきます。

「介護を楽しむ」

介護の現場に携わる職員の方々や、専門学校の先生・生徒、認知症の人とそのご家族、また今後の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（体験型講座）を開催。介護する側・される側のより良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」

認知症サポーター養成講座、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ともに、生きがいを目的とした集団「老いのプレーパーク」を立ち上げます。2018年12月には三重県文化会館小ホールにて発表イベントを開催予定です。



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、演劇を通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演劇ワークショップです。

老いのプレーパーク

よりよく生きるヒントは、「遊び」の中にある。2017年6月から定期的に集まり、「遊び」をテーマに活動する仲間を募集。12月には演劇作品上演のほか、展示や出し物などの発表イベントを行います。みなさんで遊びながら「老い」「ボケ」「死」の幸福なストーリーを編み出しましょう。

いずれも医療・介護の両面から専門家を招き、3年間の記録を分析・調査。それらをレポートとしてまとめ、冊子を発行します。

2017 年度 活動のあゆみ

「介護に寄り添う演技」体験講座

- 5月24日（水曜日）13時30分～16時30分
特定医療法人暁純会 武内病院
対象：看護師の皆さん16名
- 6月30日（金曜日）13時～14時30分、16時20分～17時50分
高田短期大学 キャリア育成学科 介護福祉コース
対象：2年生15名（うち2名は台湾とネパールの留学生含む）
- 7月19日（水曜日）13時～15時30分
認知症家族の会 家族介護教室（会場：四日市なやプラザ）
対象：認知症の方のご家族14名
- 7月20日（木曜日）16時～18時
県立一志病院
対象：看護師、看護助手、保健師の方や近隣住民の皆さん25名
- 8月29日（火曜日）13時30分～15時30分
社会福祉法人敬愛会 特別養護老人ホーム慈宗院
対象：同グループ内の障害者支援施設、救護施設も含めた職員の皆さん25名
- 9月23日（土曜日）10時～12時
みどりの丘カフェ（会場：フレンテみえ セミナー室B）
対象：カフェ参加者（認知症の方のご家族や介護関係者の皆さん）32名
- 2月4日（日曜日）13時30分～15時30分
日本在宅医療学会 第3回地域フォーラム in 三重（会場：フレンテみえ セミナー室A）
対象：日本在宅医療学会参加者（医師、看護師、医療関係者）29名
- 2月13日（火曜日）13時00分～15時00分
会場：高茶屋市民センター 主催：津市社会福祉協議会
対象：津市内のボランティア、いきいきサロン運営メンバー57名
- 2月14日（水曜日）9時00分～12時00分
ふくし出前出張（会場：津商業高校） 主催：津市社会福祉協議会
対象：津商業高校1年生女子12名

見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵

- 8月30日（水曜日）10時～17時
三重県総合文化センター内（大研修室・中研修室・レセプションルーム）
認知症サポーター養成講座103名
認知症カフェ24名
講演会（登壇者：三好春樹さん、多賀洋子さん）142名
「老いの演劇のワークショップ」（講師：菅原直樹さん）29名＋見学者25名
計323名
主催：三重県文化会館、三重県生涯学習センター、三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」
協力：公益社団法人認知症の人と家族の会 三重県支部 後援：三重県



老いのリハーサル

- 第1回 2017年12月23日（土曜日）三重県生涯学習センター3階スタジオ
 - 第2回 2018年1月13日（土曜日）三重県生涯学習センター3階スタジオ
 - 第3回 2018年2月3日（土曜日）三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」2階セミナー室B
- 各回【A】13時00分～15時30分／【B】16時30分～19時00分
対象：公募で集まった皆さん【A】【B】あわせて26名

参加者の声 ～その1～

「介護に寄り添う演技」体験講座

Q. 普段認知症の人に接するうえで、ご自身が有効だと考え、実践していることがあれば教えてください。

- ・何かの行動には意味があるとよく考える。
- ・軽く肩や腕など触れて、タッチングを含めてコミュニケーションをはかる。
- ・フルネームで自己紹介をする。
- ・いつも笑顔でいる。
- ・その人に合わせた用事をしてもらう。
- ・本人が言っている事を否定しない。
- ・介入拒否があっても、しばらく時間をあけて関わると、受け入れてもらえる事も多く、同じ接し方でも時間やタイミング、場所をかえてみると良い事がある。
- ・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。
- ・自然体で話を聞き、共感する。
- ・ユマニチュード
- ・相手の価値観を尊重して接する。



於：高田短期大学 キャリア育成学科 介護福祉コース
© 松原豊

Q. どのような目的でこの講座を受講されましたか。

- ・認知症ケアの院内研修を企画するため参考にしたかった。
- ・以前 TV で菅原さんのことを知り、素晴らしい取り組みで興味がありました。
- ・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。
- ・認知症の理解を深めたい。ロールプレイがあるとの事で役になりきって、立場を少しでも理解出来ればという思いがありました。
- ・介護（認知症等）にかかわるボランティアをしてみたいと思い、知識を深めたいと受講しました。
- ・老いと演劇というテーマに純粋に関心を持って、「～してはならない」「～すべき」といった、how to の関わりとは異なるものを期待して。
- ・人を理解するのに演劇を活用するという点に興味をもった。看護の教育にも活用できるかを期待して。



於：特定医療法人障純会 武内病院

Q. 講座を受けてみて期待した効果があったと思えますか。

- ・実際、自分自身が認知症になることで、受け入れられない孤独感、消愴感などが体験できた。
- ・認知症に対するこわばった考え方が軽くなった。
- ・発想力をもってやりとりを一緒に楽しむことの大切さ。
- ・否定しないという考えはもっていたが、その理由について考え直す機会になった。
- ・今までにない感情の変化や、関わりしただいで、相手も自分も気持ちよく楽しくなるのが分かりました。
- ・ものの見え方が変わった。
よく「BPSD の出ている方の気持ちを想像して関わる」とは言われるが、それがどのようなことかの想像が広がった。

《プログラム別の評価》

●遊بりテーション

- ・高齢者のリハビリ体験として、スタッフ同士のコミュニケーションとしてもおもしろいと思った。
- ・先生も話しておられましたが「幼稚なこと」という先入観がありましたが自分達が行ってみて楽しく盛り上がり、遊بりテーションに対する見方が変わりました。
- ・相手の先にまわるといことは、危険など察知できるのではないかと思えた。転倒転落の予知となる。
- ・間違っても良いという価値観

●認知症の人とのコミュニケーションを考える

- ・BPSD はかかわり方によって軽減できるということを体験できた。
- ・認知症の人の記憶は薄れていっても感情はそのまま、否定されたら悲しいし認めてもらえれば嬉しいと言う事を再認識しました。
- ・自分が認知症の方を演じ、どう思ったか感想を述べたが、利用者さんにこんな思いをさせてしまっているんだなと苦しくなった。

●ショートストーリーをつくる

- ・患者（認知症者）、家族、友人又介護者のそれぞれの立場から患者の人生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。
- ・その人の行動の深い所を汲み取ったり、その背景にあるものなどを読み取っていかねばならないと、改めて思うことができた。
- ・自身のショートストーリーを考える中でも、少しウルウルしたり、楽しく思い出したり考えたりと、“老い”について考える機会になったようにも思います。

参加者の声 ～その2～

見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵ぶくろ

●講演会

- ・楽しみながら介護ができるような気持ちになりました。認知症の親と一緒に、親の人生の様々なステージを旅したいと思います。
- ・三好先生のお話は楽しくとても大事なことを笑いながら学ばせて頂きました。多賀様のお話は具体的な体験内容で深く厳しく身につまされるものでした。話して下さったことを感謝いたします。
- ・現実問題として身にせまって感動の話でした。人生のより深い時間のかかわりを考えることが出来、今日の内容は我が家族に持って帰って役に立てたいです。
- ・認知症との共生の基本は「愛」につきる。



●認知症カフェ

- ・認知症カフェは、地域社会の人たちに認知症と認知症の人の気持ちを知ってもらっただけじゃなくて、家族介護専門職も支援上手、支援され上手になれる可能性もあるのだと感じました。介護事業者主催の認知症カフェもやる意味があることを感じました。チャレンジしてみたい気持ちになれたサロンに参加できて、本当に感謝いたします。

●老いと演劇のワークショップ

Q. どのような目的でこの講座を受講されましたか。

- ・認知症の方におだやかに過ごしてもらえる演出。
- ・地域が認知症にやさしい地域になるためのヒントのようなものを得たいと思って参加しました。
- ・幸せでいられる介護のあり方を模索しています。菅原さんはE T Vでお話を聞き、感動しました。
- ・将来、自分の身に起きるかも知れない認知症というものの実体を知りたくて受講しました。



Q. 講座を受けてみて期待した効果があったと思われませんか。

- ・老いることの文化、老いの豊かな文化とはある面肯定できるが、しかし老い方のへたな人も多い。もっとうまく老いたいと思う。そういうことで、改めて今を楽しく生きる気持ちを持ちたいと思う。
- ・コミュニケーションの大切さ、今を大切に個人を尊重する介護の大切さを改めて感じた。

そのほか…

- ・介護職の方がたくさんいらっしゃるようでしたが、私のように身内の者への対応を考える者にとってもとても役立ちました。私はとなりの滋賀県から寄せていただきましたが、私の地元でもぜひこういった具体的な、そして元気が出るアプローチを広めていけたらいいなと思いました。提案してみます。ありがとうございました。

参加者の声 ~その3~

老いのリハーサル



Q. どういった動機でワークショップに参加いただきましたか。

- ・新しい仲間に出会えるかな…と。
- ・だれもが老いをむかえます。老いとは何かを考えるきっかけになったらと思い、参加させていただきました。
- ・身体の不調をよく感じるようになり、“老い”を実感し、暗くなりがちでしたが、“老い”をまた違った見方で捉えられるのではないかと希望をもって。
- ・(自分と) 同じ職業の方がおもしろい事をなさっているなど思っでの参加。人と出会えば会うほどおもしろい事があり人生楽しいと…。
- ・親や自分、妻などの老いを明るく受けとめられることを期待して。
- ・一人暮らしの普通の老人(本人は老人とっていないところがある)ですが、どんな事も面白い癖?があるので、自分が置いてゆくのにいろいろとヒントをもらえたらと思ったことが動機です。

・8月の(見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵での)「老いと演劇のワークショップ」に参加し、老いや介護を演劇的・遊び的な面からみていくことに興味を持ちました。自分自身もどのように老いていくか、老いる人生をどう生きるか切実なテーマであり、自分なりに趣味や社会参加しながら生活している。又、老いた人間が自分の人生を開示する一表現すること一ができないか、他者に(自分が)生きてきた内容を表現して見せることなどを思っていて、そんなところにつながるようなことがあるように感じ、もう少し探してみたいと思っている。

Q. ワorkshopに参加して、老い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。

- ・「老いる」ことは、嫌な事というイメージから「明るく老いる」というシフトチェンジが出来た。と同時に介護は大変というイメージからも「楽しむ」には何が出来るか?という探求の道筋が見えてきたような気がします。ありがとうございました。
- ・他の方の意見、ものの見方など少人数の中でわかりあえるチャンス。あるようで中々ないので、枠に縛られず、“遊びの中で”という事を知り、今後生かしていきたいです。共に遊んだ皆様に感謝です。先生ありがとうございます。
- ・楽しそうにしている先輩方を見るだけで、老い(=できなくなっていくこと)を怖がることないんだと勇気をもらえます。



- ・誰もが居場所を求めていることに気づいた。老いて結構、老いましょうとメッセージを送り続けたい。
- ・老いとは、古くなった洋服みたいなもの。脱げる人は脱ぎ捨てたらいいんだ。年齢を聞いて、その年ではできないだろうとか勝手に思い込んだらダメ肉体は老いていっても、心の年齢はその人次第。だんだんと年を取っていくことが恐怖として感じていた私は、自分次第で心の老いは変えられる、楽しめるのかも!と思った。人間見えるもので(外見・肉体)判断しちゃダメだね。もっと内面を見る目を養いたと思います。洋服は着替えることができるけど、心はそうはいかない。本当に見なきゃいけないものを感わされずに見れるようになりたいと思います。
- ・老いを明るく前向きに伝える場やイベントを考えてCMをつくるという3回目の課題で、奇想天外であっても、ドラえもんの発想でまず考えることが必要だと思った。現実的ではないといったことで否定することが多いが、発想はまず自由に、それをどう実現するのも自由に発想する。

1年目を振り返って

2017年は、三重県内の病院、特別養護老人ホーム、家族の会、認知症カフェ、大学・高校など、さまざまな医療・介護の現場で「介護に寄り添う演技」体験講座を実施してきました。演劇体験を通じて、認知症の人と介護者を交互に演じ、言動を否定されたときの認知症の人の気持ちや、認知症の人の言動を肯定するコミュニケーションを疑似体験していただきました。

参加者の皆さんに、改めて認知症介護について深く考えていただき、また、日常生活における芸術文化の可能性を感じていただけたのではないのでしょうか。来年度もこの体験講座を三重県内で実施し、認知症の人とともに豊かな生活を送れる地域社会の実現を目指していきたいと思います。

また、12月から「明るく老いる」をテーマに3回シリーズの演劇ワークショップ「老いのリハーサル」を実施しました。演劇体験を通じて一足先の「老い」をリハーサルし、明るく老いるヒントを得ることができればと企画しました。高齢者、医療・介護関係者、演劇関係者等、さまざまな経歴を持つ皆さんが参加してくださいました。

老いに対するネガティブな言説が世間を飛び交っていますが、ワークショップでは高齢の参加者から老いに対するポジティブな所感を伺うことができました。来年度は「老いのプレーパーク」と名称を変えて、半年かけて演劇作品を制作し、超高齢社会の幸福なストーリーを編み出していきたいと思います。

超高齢社会を生き抜くキーワードは「芸術文化」です。効率の良さや合理性を求める現代社会から取りこぼされる「老い」を、芸術文化という視点で捉え直し新たな価値を見出していくことが、これからの時代をより豊かに生きる鍵となります。引き続き、「介護を楽しむ」「明るく老いる」アートプロジェクトを通じて、三重県文化会館と共に「新しい劇場」の役割を模索していければと考えています。



イラスト：あさのい

菅原直樹

掲載記事

2017年5月19日 朝日新聞

認知症介護に「演技」を



介護現場を舞台と見、演劇文化活動は、認知症高齢者の生活の質を向上させる。介護現場を舞台と見、演劇文化活動は、認知症高齢者の生活の質を向上させる。介護現場を舞台と見、演劇文化活動は、認知症高齢者の生活の質を向上させる。

県文化会館 県内各地で本年度、体験講座

県文化会館 県内各地で本年度、体験講座

2017年12月24日 朝日新聞

老いをテーマに 演劇を通じて考察



「老いをテーマに演劇を通じて考察」

「老いをテーマに演劇を通じて考察」

2017年7月29日 朝日新聞

「老い」と人 演劇でつなぐ



「老い」と人 演劇でつなぐ

「老い」と人 演劇でつなぐ

「老い」と人 演劇でつなぐ

Culture

注目集める「オイ・ポッケ・シ」活動

豊かな老い 演劇通じ探求

「高齢者は俳優、介護は演出」



「豊かな老い 演劇通じ探求」

「豊かな老い 演劇通じ探求」

「豊かな老い 演劇通じ探求」

2017年7月29日 中日新聞