



紙のいごく いわきの地域包括ケア、いごいてます！

TAKE FREE

igoku

臨時増刊号

igokuFes 2020 online



Play back igoku Fes

2018 2.3 / 2018 9.7-9.8 / 2019 8.31-9.1

初めてでも大丈夫!!
いごくフェス完全攻略ガイド



igoku

そもそも「いごく」とは？
※「いごく」=「動く」の意味。いわき訛り

死をタブー視しない コミュニティデザイン・プロジェクト

igokuとは、地域の高齢者が、慣れ親しんだ土地で最期まで暮らせる地域を目指す「地域包括ケア」を推進するための、いわき市による事業です。ただでさえ堅苦しい介護福祉系の事業なので、カッコよく、スタイリッシュに、そして面白く進めたほうがいいんじゃないか？ ということで、やってみたら……。

魅力的なシルバーや、さまざまな取り組みを /

1. 知る・場づくり

WEBのいごく

紙のいごく (季刊誌)



自治体メディアっぽくない謎のメディアが誕生。毎号、老いや死をタブーにせずに取り上げ話題沸騰。

面白く、笑顔多めに、死や老いを /

2. 体験する・場づくり

いごくフェス開催



誰もが話題にすることを避けたい「死ぬこと」や「老いること」を楽しく、ふまじめに体験しちゃおうという「フェス」を毎年開催！



集会所の風景をレポートしたら各地の集会所が活性化



地域の集会所で振る舞われている食をフィーチャー



市内で開催するシルバーリハビリ体操、参加者数は年間延べ75,000人！



著名写真家とのコラボ作品を露店で展開し話題に



医療や福祉の担い手が、なぜか劇団を結成してしまう！



死後の世界から「生」を問い直す入棺体験



美しい思い出を残すシニアポートレート撮影会



ステージも大盛り上がり



即興演劇のテーマも「若い」や「死」



前夜祭では有名歌手もステージに



VR認知症体験では、認知症を「我がこと」として体験

3. 自治体とデザインチームが「地域」と出会い、様々な動き(いごき)が生まれています！



認知症解放宣言ポスター



コミュニティ食堂「いっだれキッチン」



青魚×医療×地域「あいちプロジェクト」



活動を見学に来た他県の高校による「いごくフェス」

What's !? いごくフェス

いごくフェスは、いわき市地域包括ケア推進課が企画する「生と死の祭典」。生まれること、生きること、老いること、そして死ぬこと、つまり人生そのものをポジティブに、いつもとは違った角度で楽しもうじゃないかと、という思いを込めて毎年開催されています。

プログラムは多彩。音楽を聞いたり、演芸や演劇などを楽しんだり、地域の母ちゃんたちの料理や、地元の料理人たちの作る美食を楽しんだり、はたまた、ジャンガラやヤッチキを踊ったり、棺に入ってみたり遺影を撮ってみたり。「いわきで生きて、いわきで老いて、いわきで死ぬ」ことの意味を考えつつ楽しんじゃおう、そんなフェスです。

はい、全然ワケがわからないですよ。丁寧に説明します。まず「地域包括ケア」について。地域包括ケアは、自分の慣れ親しんだ家で最期の瞬間まで過ごすことができるよう、在宅医療や在宅介護の担い手たち、地域の福祉の担い手たち、住民や行政職員たちがみんなで連携して、高齢者を支えていこう、ケアしていこうという取り組みの

ことを指します。いわき市は、この「地域包括ケア」に、特に力を入れています。

病院や施設がダメと言いたいわけではありません。大事なことは、自分がどう生き、どう最期の瞬間を迎えたいのかを自分で決めること。そして、その思いを家族同士で話すことです。だって、そうじゃないと、自分がどう生きたいのか、どう支えてもらいたいのか、周囲が分からず、本人も家族も望まない事態になってしまうかもしれない。私たちが大事にしたいことは、そういうことを「考えて、話す場を作る」ことです。

でも、自分がどう生き、どう死ぬかなんて、あんまり考えたくないし縁起でもないですよ。さあ、そこで「いごくフェス」の出番です。いごくフェスは、生きること、老いること、死というものを、できるだけ面白がって、少しでもポジティブに感じてもらえるようなプログラムを随所に仕込んでいます。死なない人はいません。だから楽しく、まじめにふまじめに、面白がりながら、生老病死を、人生を、考えてみませんか？

Youtubeで振り返るいごくフェス動画4選 温故知新 いごくフェス プレイバック!



いごくフェス 2018 総集編 2018年2月3日

最初のいごくフェスは2018年。いわきアリオス中劇場を会場に、いごく表彰式、ケーシー高峰師匠の漫談や、以後4回連続で出演している即興演劇集団ロクデムの公演などが行われました。いごく表彰式は、いごくフェスの目玉企画。いわき市内で医療や介護、福祉の地域づくりをしている人々を表彰するもので、久之浜の薬匠「梅月」の店主、片寄清次さん、好間北二区集会所の皆さん、医師や看護師、ケアマネからなる劇団「たっしやか」の皆さんに賞が贈られました。



いごくフェス 2018「極楽浄土」 2018年9月7・8日

調子に乗ったいごくフェス。2回目は、なんと1回目と同じ年の秋に2日間に渡って開催。前夜祭を「食と音楽」、2日目の本公演を「表彰式、演芸とワークショップ」というように位置づけ、多数のプログラムを実施しました。前夜祭のトリを務めたのは bonobos の蔡忠浩。フェス感が増し、これまでにない客層にいごくの取り組みを伝えられました。本祭では、VR認知症体験や、写真家の平間至さんのシニアポートレート撮影会など、体験型のプログラムが人気を博しました。



いごくフェス 2019「極彩色」ソトフェス 2019年8月31日

3回目は「極彩色」がテーマ。さらに多彩なプログラムとなりました。いわき的美食ブースに加え、地域の子どもたちや地域づくりのキーパーソンを起用した「スナック」企画が人気でした。ステージプログラムは、上三坂のヤッチキ踊りや「岬はな江と青葉会」など地域密着型のプログラムから大トリの奇妙礼太郎までバラエティ豊かなラインナップ。いごくフェス名物の「入棺体験」や「遺影撮影」のブースも野外に設置され、生と死の祭典感が極限までアップしました！



いごくフェス 2019「極彩色」ナカフェス 2019年9月1日

いごくフェス 2019の2日目は「ナカフェス」。「事故物件住みます芸人」松原タニシのトークのほか、同じ年に亡くなったケーシー高峰師匠を追悼するため、毒蝮三太夫さんのゲストトークを開催。ママちゃんのトークには、芸人仲間の新山ノリローさんや、ケーシー師匠行きつけ、植田のスナック「らん」のママが緊急出演。放送禁止ギリギリの談話も飛び出すなどカオス感が極まりました。また、毎年恒例の表彰は、みろく沢炭鉱資料館館主の渡辺為雄さんに贈られました。

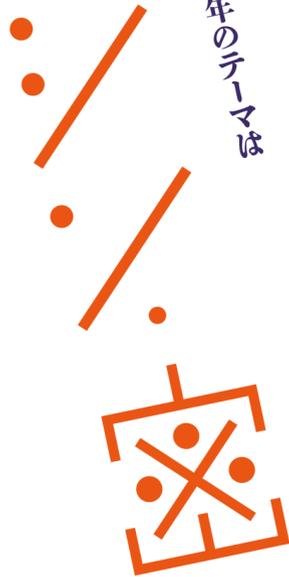


igokuの
Youtube
チャンネル
登録して
くんチェ〜



初のオンライン開催! igokuFes^{online} 2020

今年のテーマは



生と死の祭典「いごくフェス」、4回目となる今年は、初の試み「オンライン開催」です。生で繰り広げられるパフォーマンスと、事前収録された企画を組み合わせ、まるでテレビ特番のようにお茶の間で楽しめるフェスを目指します!

▶ Statement

会うべき人、目的や場所を厳選し、距離を保つ。

できるかぎりリモートで、オンラインを活用する。

ソーシャルディスタンスは、確かに私たちを感染から守ったのかもしれない。

けれど、私たちは心理的な距離まで奪われてはいけない。

なぜなら、人間を人間たらしめ、地域を地域たらしめ、

「いごく」を「いごく」たらしめていたのは、密、そのものだったからだ。

ディスタンスを保たなければいけない暮らしに、地域に、

いかにして「密」を手に入れられるか。私たちは何度でも考えたい。

2020年。いごくフェス。

その思考の、その体験の先で、私たちの「シン・密」を見つけよう。

10月25日(日)、Youtube生配信にて開催!

17:00-19:00 こちらのQRコードを読み込めば、配信動画にジャンプします。



▶ Program

磐城じゃんがら遊劇隊

じゃんがら念仏踊り

17:00 ごろ



スキンシップをすると幸せホルモン「オキシトシン」が分泌されるのだそうです。動物でもいとのことですが「オンラインでも分泌!」などと言われると、それは何か違うのでは、という気がします。

今回は画面の中からのリズムが聞こえてきます。それだけでもオキシトシンが出るかもしれません。でもちょっと立ち上がって、手ごろなお皿でも叩いてみてはいかがでしょう。線香焚いて、季節外れの素麺なんか茹でたりして。一緒に身体を揺らして、声を合わ

せて、そうして気持ちを寄せたその先に、シン・密のしっぽが見え隠れしてはいないでしょうか。一緒に探しましょう。わたしたちのシン・じゃんがら。

2010年に青年会の枠を超えて結成された団体。「じゃんがら念仏踊り」は福島県いわき市に伝わる郷土芸能で、青年会・保存会・愛好会など100を超える団体があります。毎年8月13~15日のお盆の3日間に仏さまと新盆の御遺族を慰める念仏踊りで新盆のお宅を回ります。遊劇隊は混成チームではありますが気持ちを含ませ一生懸命踊ります。今年は新型コロナウイルスの件でお盆やお彼岸に帰省を断念された皆様にも是非とも故郷のじゃんがら念仏踊りをご観いただけたらと思います。南無阿彌陀仏。

んまつーポス ワークショップ&パフォーマンス

17:25 ごろ



©ryoichi kojima

日本を飛び出し世界中で、ダンスとアート、体育と芸術、プロと素人、様々な垣根を超えるパフォーマンスを繰り広げてきた「んまつーポス」。昨年は、いわきFCの選手やシルバリーハピリ体操の指導士の皆さんたちと「スパイ」をテーマにした作品を披露してもらいましたが、今年は「指導士の皆さんとのお孫さんたち」がダンスを繰り広げます。

すでにワークショップを終え、今回のフェスではワークショップの模様を映像で振り返ります。ジジ、ババと孫たちがじっくり

と対話しながら練習を重ねて創ったダンス。ジジ・ババと孫たちの語りや、ワークショップの進め方などにも注目ください。ひとつひとつの動きのなかに大切な物語が見つかるはずですよ。

2006年に結成、逆さから物事を考えることで新たな価値を創造するダンスカンパニー。これまでに14カ国35都市で作品を招聘・上演。国内では、金沢21世紀美術館をはじめ全国の現代美術館で実験的に「体育」(からだを育む思想)を展示している。2019年、宮崎県に「公立ではない公共」のコンテンポラリーダンス専用劇場(CandYシアター)をオープン。「KIDS DESIGN AWARD」4年連続受賞。2013年より、いわき芸術文化交流館の「おでかけアリオス」派遣芸術家。

武藤頼胡 × 北二区シスターズ

終活セミナー

18:00 ごろ



よりこ 武藤 頼胡

一般社団法人 終活カウンセラー協会 代表理事。終活カウンセラーの生みの親。『終活』という考えを普及するべく起業。全国の公民館や包括センター(行政)でのセミナー講師を担い、「終活」を伝えている。テレビ、新聞、雑誌などメディアへの掲載多数。一人ひとりが生き甲斐を持つ世界を創ることを意図して、価値のある終活への取組みのため、全国各地で活動中。著書に『元気なうちから始める!こじらせない「死に支度」』、他終活関連本の監修も務める。

テレビにもたびたび出演され、お茶の間で「終活」を伝えている終活カウンセラーの武藤頼胡さんを講師に招き、終活セミナーを開催します。といっても、今年はいごくフェスはオンラインのリモート開催。なので、皆さんの代わりに母ちゃんたちが生徒役となって、よりこ先生のセミナーを受けてきました! 生徒になったのが、いわき市北好間で食やカカシを通じたコミュニティデザインを行なっている北二区の母ちゃんたち「北二区シスターズ」です。今年はいごくフェスでは、そのセミナーの模様を放送いたします。

お金のこと、お墓のこと、あるいは遺言のことなど、終活にまつわるノウハウだけではなく、なぜ終活が必要なのか。いわばその「終活哲学」まで、よりこ先生にじっくりとレクチャーいただきました。全国から引く手数多、年間200を超える講演を行っているというよりこ先生のセミナーは、とってもわかりやすい! ご自身の経験をもとに話されるので、初めて「終活」を考える方にもオススメです。2時間のセミナーをギュッと30分に

濃縮してお送りします。

もうひとつの見どころは、母ちゃんたち。なぜこんなにタレント性の高い母ちゃんたちが、同じ地区に、しかも何人も存在しているのでしょうか。いちいち面白い母ちゃんたちのコメントや、よりこ先生との丁寧なやりとりにも注目ください。さてさて、母ちゃんたちは、どのように人生の「終わり」と向き合うのでしょうか。母ちゃんたちと同じくらいの年齢の方も、母ちゃんたちの子ども世代の方も、ぜひご家族でご覧ください。そして、鑑賞のついでに、いろいろなことを語り合ってみてください。



ロクディム 即興演劇

18:30 ごろ



©Junichi Takahashi

6人組の即興コメディ集団。合言葉は「この瞬間を一緒に笑おう」。脚本や粗筋のない即興のパフォーマンスは、一般的な演劇やお笑いとは一味違う「舞台と客席を超えたやりとり」や「思ってもなかったハプニング」を生かすことで生まれる「一体感」や「唯一無二のライブ体験」が好評を得ている。

即興演劇集団ロクディムは、第1回目からのレギュラー出演者。いごくフェスにはなくてはならない存在です。皆さんに書いてもらった「コトバ」を無作為に拾い上げ、そこに書かれた言葉を使いながら、その場、その瞬間で演劇を作り上げていきます。彼らのテーマは「この瞬間を一緒に笑おう」

この先、いごくフェスが何十回と続き、彼らが同じく何十回と出演し続けても、きっと私たちは飽きることなく、笑い続けるでしょう。なぜなら、二つとして同じ演劇はないのだから。私もあなたもいつかは人生に終わ

りが来る。いごくは、目を背けがちだけど、大事な老いや死をテーマにしています。今日と同じ明日があるとは限らない。だからこそ、今日を、今を大事にしよう。この瞬間を一緒に笑おう。いごくに、ロクディムが欠かせない理由です。

即興演劇で使うメッセージを募集中!!!

こんにちは!ロクディムのカタヨセです。僕たちの即興演劇は、観客の皆さんからの「コトバ」を使って舞台上で物語を作っていきます。皆さんからの「コトバ」大募集中です!詳細はこちらのYoutube動画をご覧ください!お待ちしています!





©SUSIE

松竹芸能所属のピン芸人。「事故物件住みます芸人」として活動。テレビ番組「北野誠のおまえら行くな。」(エンタメ〜テレ)の企画により事故物件に住みはじめ、これまでに10軒の事故物件に住む。また500以上の日本各地の心霊スポットを巡り、日々怪談や不思議な話を収集している。10万部を突破した初の著書「事故物件怪談 怖い間取り」(二見書房刊)を原作とした映画「事故物件 怖い間取り」が2020年8月28日公開。

昨年に引き続き、「事故物件住みます芸人」を自称する松竹芸能所属の芸人、松原タニシさんをお招きしてトークを行います。事故物件という言葉を知っていますか？ 事故物件とは、不動産取引の対象となる土地や建物のうち、前の居住者が、そこで事故や事件などで死亡したという経歴があるものをいいます。タニシさんは、各地の事故物件に住み、そこでの体験を面白おかしく怪談仕立てにして披露しています。これまでに暮らした事故物件は10軒を数え、過去の居住履歴などをまとめた著書は3冊にのぼり、3冊合計の累計発行部数は、なんと20万部超え。主著『怖い間取り』は、この夏、監督・中田秀夫、主演・亀梨和也で映画化もされました。今、最もノリにノっている芸人のひとりです。

タニシさんのトークでは、これまでの事故物件の居住履歴が語られます。多くの場合、そこで怪奇な現象が発生します。映像の中には、あれやこれ、絶対に見たくはないあんなものまで収められています。その意味で、タニシさんのトークは肝の冷える「怪談」ではあります。けれど、タニシさんは、事故物件に暮らすほど、怪奇な現象に慣れ、人が亡くなったその部屋で、ふざけ始めていくのです。死者を冒瀆してんじゃないのか？ そんなことはありません。タニシさんは芸人だから、確かにその状況を笑いに変えていくのですが、最終的には、なぜその人が死に至ったのか、生前はどのような暮らしをしていたのかを調べようとする。そして、その過程で、その物件が「事故物件」と呼ばれるに至る過程を丁寧に読み解いていくのです。

事故物件で亡くなった人は「孤独死」のイメージをつけられてしまいます。この世に未練を残し、恨みつらみを残して寂しく死んだ人なのだ、私たちはつついっと思ってしまう。けれど、タニシさんは逆に霊との距離を詰め

ていきます。そして、その名もなき亡霊に、その人ならではの暮らしがあったこと、名前があったこと、思いがあったことを私たちに突きつける。ふざけて、面白がって、霊と対話していくうちに、いつの間にか、慰霊や追悼の道が開かれていくのです。

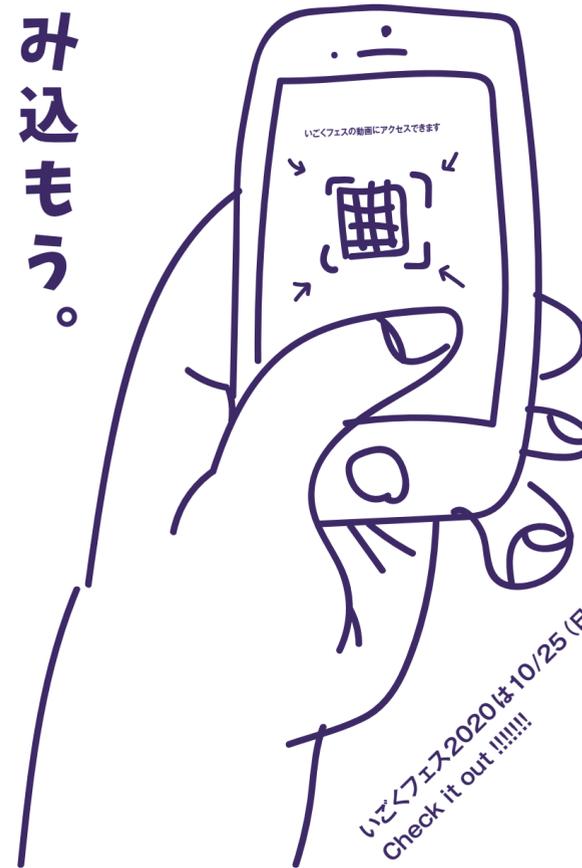
その姿勢は、「いごく」の取り組みにも通ずるものがあります。地域には「高齢者」という人がいるわけでもありません。「認知症」という人がいるわけでもない。確かに、それぞれに困難や生きづらさはあるけれど、それはその人のひとつの部分に過ぎない。カギカッコ付きのレッテルを一旦引き剥がして、その人の本来の姿を見ていこう、そんな取り組みをまずは自分たちが面白がって、遠くの人たちにも発信していこう。いごくも、そんな活動を続けて来ました。

「事故物件」とか「孤独死」とか、私たちは何かとネガティブな言葉を発明してしましますが、そういう言葉を作るほど、「死」は遠いものとなり、「死」について語ることが避けられ、縁起でもないものとして、さらにタブーになってしまう。人は、死を避けることなんてできないのに、それを語ることを難しくしてきました。けれど、本当は、私たちはもっとカジュアルに、死について考えていいはず。死についてふまじめに語ることは、生者の特権です。タニシさんと一緒に、ふまじめに、面白がりながら、死について考えてみてください。

私たちがいつの間にか失ってしまった「死との距離感」を取り戻す作業は、コロナ禍で見失ってしまった「人との距離感」を取り戻すことと重なっていくはず。タニシさんのトークの先に、あなただけの「シン・密」を見つけるためのヒントを見つけてください。

QRコードを読み込もう。

いごくフェスの動画にアクセスできます



いごくフェスへ！

いごくフェス2020を楽しむための4カ条！

1 一番好きな場所を確保しましょう！



2 好きな飲み物や食べ物も用意して！



3 参加できるプログラムは、積極的に参加しましょう！



4 配信が止まっても、怒らないで!(笑)



紙のいごく臨時増刊号 2020年10月15日発行

編集長：猪狩 俊 プロデューサー：渡邊陽一 エディター：小松理彦 デザイナー：高木市之助
ビデオグラフィック：田村博之 ライター：江尻浩二郎 イベントプランナー：宮本英実
アシスタント：森 亮太 発行：いわき市地域包括ケア推進課 印刷：株式会社 植田印刷所



『事故物件怪談 怖い間取り2』
二見書房

今年7月に出版されたばかりの最新刊。タニシさん本人が殺人・自殺・火災による死亡事故等があったいわくつききの部屋に1人で住んでみた、実話。

わからないを楽しもう

さあ、今号はどうでしたか？ フェスが楽しみになってきましたか？ いや、全然わかんねえ。結局何をやろうとしてんのか？ と思う人も多いかもしれません。わかります。だって、私たちがいごく編集部もわからないことばかりですから。

まず、死が何かなって誰にもわかりません。それに、コロナがどうなるかもわかりません。コロナウイルスが突きつけたのは、人生の、暮らしの「不確かさ」です。便利で快適な暮らしになり、それを考えずに済んだけれど、私たちの暮らしは「わからない」だらけだというシンプルな事実を、コロナ禍は突きつけました。

いごくフェスも、いごくも、どうなるかわかりません！ ド素

人の制作チームがそもそもオンライン放送なんて組めるのか。予定通りに進むのか。機材トラブルはないのか。結果を出せるのか。

けれど、わからないから楽しみたいし、わからないから考えるし、答えが出ないからおもしろい、のではないのでしょうか。考えてみれば、それこそ私たちがいごくが実践してきたことでもあります。わからない人生を、わからない死を、わからないからこそ、不確かだからこそ、楽しく、おもしろく。いごくフェスも、そうありたい。

ちゃんと放送でぎんのげ！? やってみねっかわがね。がんばるしかあんめ！ 10月25日、画面上でお会いしましょう！