

igoku

いわきの地域包括ケア、いごいてます！

紙のいごく
Magazine for Iwaki Masters

vol.4

2018
秋号

TAKE FREE

特集：
igoku Fes 2018
ライブレポート

写真特集：
老いの魅力 × 平間至

いごくとは、
いわき市でスタートした「地域包括ケア」の
取り組みの“理念”を表す言葉。「動く」と
いう言葉のいわき弁。人が健康で、幸せに、
より長生きできるように、さまざまな企画、
情報発信を展開しています。



My igoku fes 私のいごくフェス



▶特集 igoku Fes 2018

ライブレポート前夜祭編

あの世も、この世も、美しい

極楽浄土をテーマにした生老病死の大祭典「いごくフェス2018」。そこで私たちが目撃したものは。極楽の光に包まれた2日間を渾身レポート。まずは、平中央公園を会場に開催された初日の「前夜祭」から振り返っていきます！

文 小松 理虔 / 写真 鈴木 穰蔵 小松 理虔

9/17

前夜祭編

igoku Fes 2018

夕暮れ時の平中央公園。芝生のうえに置かれた明かりもステージに開いた蓮の花も、公園のなかの大きな木に飾られた照明も、すべてがキラキラと輝いて見えます。まるで「ニューヨークのセントラルパークかよ」って突っ込みたくなるくらいのおしゃれ空間。

■慣れ親しんだ公園に現れた 非日常で、いい時間を味わう

「美味しいビールでは酔いになっていると、舞台上に父ちゃん母ちゃんが集まってきました。んまつーポスの即興ダンスワークショップです。参加者全員が、とにかくいい表情。普段は閉じ込められがちなのハツツとした何かが思い切り漏れ出ていました。これこそ「体育」の持つ根源的な楽しさや開放感なのでしょう。続いて「Tariki Echo」登場。お経をサンプリングしたブツダサウンドとコールアンドレスポンスの「なんまんだぶ」で会場を制圧。いい感じに盛り上がりつつも、会場の皆さんも、中毒性の高いリズムに体を揺らしながら「なんまんだぶ」。なぜか体がふんわりと浮き上がったように感じられます。私たち、いつの間にか極楽を旅してしまっていたのかも？

4組目は、泉崎青年会によるじゃんがら盆踊り。通常のものより輪踊りの部分が多く、観衆もその輪に加わ

でもとてもいい時間。そんな時間に包まれて、会場のたくさんの人たちが、大切なことを思ったことでしょう。いい時間は、きっとここにはいない人たちとも共有されたはず。連綿と続く命の連鎖の、その一瞬の今。目の前の家族や恋人や、あの世にいる家族や友人がより大切な存在に思える。平の町がいつもより美しく見え、ビールがいつもより美味しく感じる。



大トリは蔡忠浩。彼が歌うのは、人が生きることの喜びそのもの、と言っているかもしれない。此細な心の揺れや、誰かを好きになることや、寂しいと思ってしまう心。それらを肯定し、あるがままを受け止めようという優しさが、歌から感じられました。

最後に歌ったのは「What a wonderful world」でした。仏も、福祉も医療も、音楽も芸術も、いずれは死んでしまう辛い人生を、よりよく生きるためにあります。あの世だけじゃなく、この世だって、見え方次第で美しくなる。いごくフェスの前夜祭がこの曲で締めくくられたことに、思わずそんなメッセージを受け取ってしまいました。ああ、本当にいい夜だったなあ。



泉崎青年会

「演出」とは異なる「演出」でのじゃんがらでした。唄にも踊りにも、様々な形があるのだということを知ることができました。じゃんがらってすばらしい！



十中八九

いわきを舞台上に活躍する即興パフォーマンス集団。今回は、ステージをはみ出して踊るダンサーたちや、そのダンサーと戯れる子どもたちの姿が印象的でした。十中八九を前に、全ての存在がごちゃまぜに交わっていくのです。

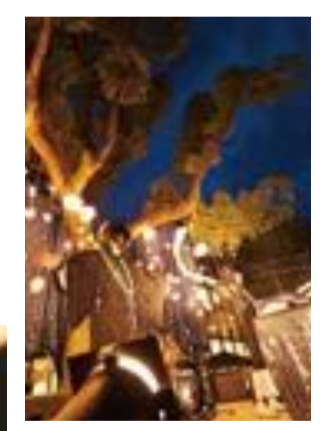
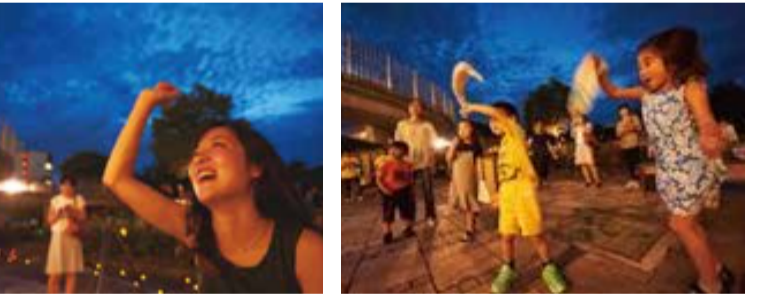


蔡忠浩

今回披露された「三月のプリズム」は、震災を歌った歌で、そのミュージックビデオは、いわき市永崎で撮影されました。いわきでこそ歌われなければならなかった歌。会場の人たちの、真剣で、でもにこやかな表情が「いい時間」を物語っていました。

んまつーポス

アートの空間に体育を上演・展示するというパフォーマンスを行っているんまつーポス。この日は、父ちゃん母ちゃんにスポーツ選手の有名なポーズを再現してもらい、それを舞台上に展示するという趣向でした。



Tariki Echo

他力回向(たりにきこう)とは、そもそも仏教用語。自分の力で善行功德を積んで悟りを開くのではなく全ては他力。つまり阿彌陀仏の力、本願によって悟りが開かれるのであるという浄土真宗の教え。だからこそのお念仏。ライブを楽しんでいたから極楽に行けちゃった！



舞台美術と平中央公園

極楽浄土にふさわしい蓮の花や、無数の電球、そして食のブース。中央公園が「セントラルパーク」になりました。ディレクターは宮本英美(MUSUBU)、舞台美術・設計は小池晶子。ありがとう、そしてお疲れさま。



igoku 表彰式

今年はいごく表彰式では、かしま病院名譽理事長の中山元二先生。さらに、いわき市シルバーリハビリ体操指導士会の三田須生雄会長の二人が受賞されました。いわきで、今最も「動(いご)いて」らっしゃる二人。これからも元気で!!



立川志獅丸

有名な古典落語「死神」を、迫真の演技で演じてくださいました。機転のきいた笑いだけでなく、ぎゅっと目を見開いたり、顔を真っ赤にして苦しんで見せたりと迫力十分。落語の醍醐味を余すことなく披露して下さいました。



即興演劇集団
6-dim+ (ロクディム)

初回に引き続き即興演劇を披露してくれたロクディム。観客から採取した言葉を劇中に散りばめ、笑いあり感動ありの唯一無二の時間を作り出してくれました。カタヨセヒロシさんと渡猛さん、司会もお疲れさまでした!



いごくフェスならではの様々なプログラム

昨年に引き続き行われた「入棺体験」は、今年も大人気。本公演前の時間帯には、棺の前に列ができるほど。棺の中に入って家族に声をかけたり、目をつぶってみたり。思い思いに「死んでみる」人たちが。まさにいごくらしい空間でした。また、アリオスのフリースペース「カンティーン」では、いわきで医療や福祉、健康づくりに関わる企業や団体のブースが出店されました。自分の健康状態をチェックする端末を体験したり、薬や食品のサンプルを味わってみたり。多くの人が訪れ、交流や体験を楽しんでいました。



igoku Fes 2018

ライブレポート本公演編

死の捉え方が変わる、
アングルシフト

本公演編

■彼岸から、此岸を見る
死後の世界なんて「ない」と思えばない。でも、本当に「ない」とは誰も証明できない。だからこそ、あると思ってしまう。例えば、棺に入ってしまったら、劇の中で死んだつもりになって残された家族に言葉を伝えてみたり。そんな「虚構」の世界こそ、現実を飛び越えて、普段は見えない景色を見えてくれるものです。即興演劇、落語、漫談に表彰式。本公演に共通するのは、向こう側からこちら側を見直してみること。
ロクディムの即興演劇では、三途の川を舞台に、現世に未練を残す人たちが面白おかしく描き出されました。もつとちゃんと残せる言葉があったんじゃないか。登場人物の葛藤が、現実と虚構の間にある「即興演劇」という環境で立ち現

れ「あなたならどうする?」という問いを残してくれました。
立川志獅丸さんの古典落語「死神」。現代社会に死神はいません。人間の健康は科学が説明する時代です。しかし人生には数値化できない幸せや悩み、葛藤があります。最期の最期、私たちは何を振り所にするのでしょうか。科学? それとも神さまや仏さま? 志獅丸さんの死神は、そんなことを問いかけてくれた気がします。
そして、ケーシー高峰師匠の漫談。漫談以前に、師匠の姿に驚いた人たちが多かったはず。髪は白く、体は細くなり、酸素の吸入器を持っている姿。師匠は、前回のいごくフェスからは想像できないほど老いていらっしゃいました。しかし、それでも舞台上上がるんだという、一瞬に賭ける気持ちの鋭さのようなものは研ぎ澄まされているのでしょうか。私たちが見せつけられたのは、芸に生きる男の生き様でした。

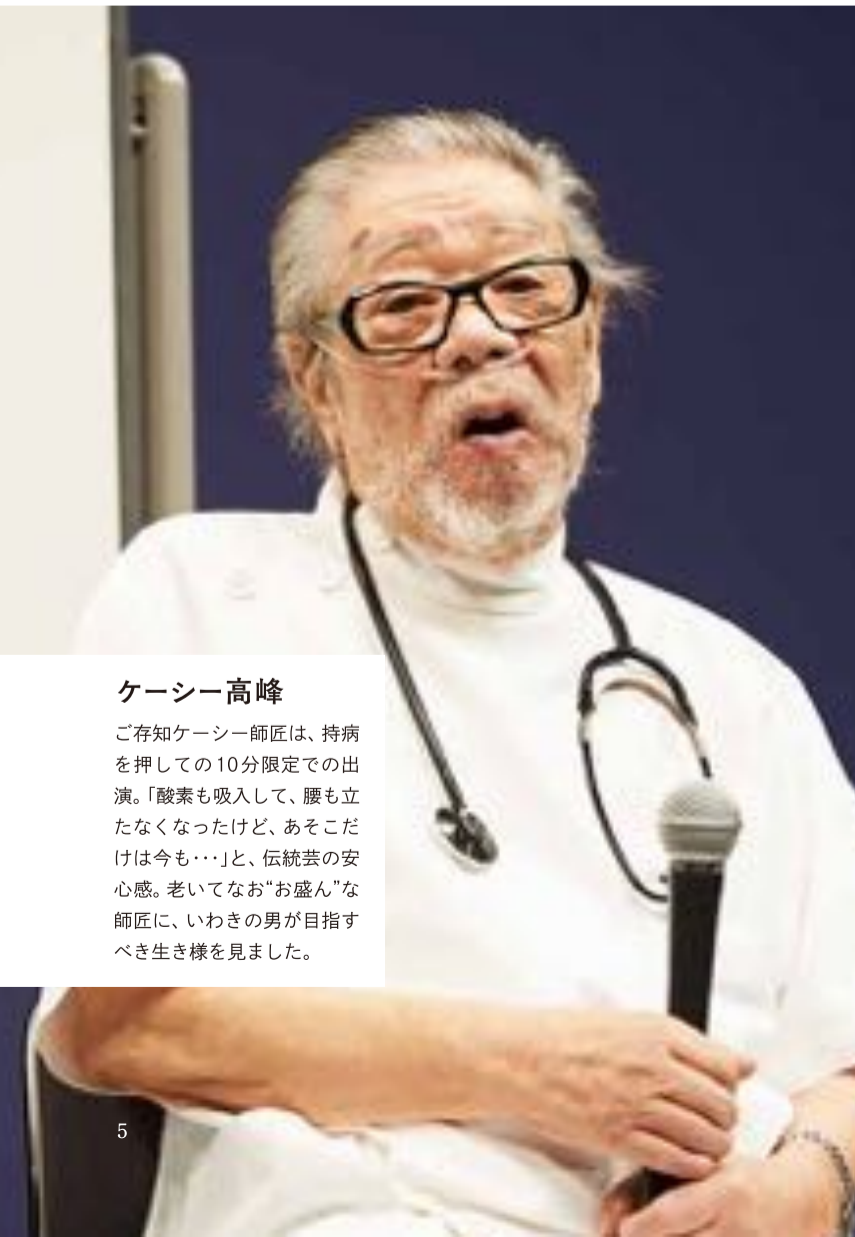
■自分らしく生き切るために

私たちは、いつか師匠とお別れの時が来るということを感じたはず。しかし、それはネガティブ一色なものではありません。師匠は「いかにその人らしく最期の瞬間まで生きるか」という根源的な問いを、私たちに突きつけてくれた気がします。その問いは、私たちの人生を、より豊かにしてくれるはず。

公演に先立って行われた「いごく表彰式」でも、二人の男性が、その生き様を見せてくれました。87歳の現役医師、中山元二先生。そして、いわき市シルバーリハビリ体操指導士会会長の三田須生雄さん。老いてなお元気に、そして自分の人生をポジティブに楽しみながら「動(いご)いて」いく。その生き様はかっこよくて、そしてとても楽しそうでした。人生は、そもそもが辛いものです。だからこそ一旦その現実を離れ、虚構の作り出す世界や、自分では体験できない他者の人生にちょっとだけ触れさせてもらう。すると、自分が見ていた世界が、いかに小さなものだったかに気づける。老いも病も死すらも、ありそうもない角度から光を当ててみると、見え方が変わってしまうのです。まさに「アングルシフト」。見え方が変わる気づきが、フェスのあちこちに転がっていました。

ケーシー高峰

ご存知ケーシー師匠は、持病を押しての10分限定での出演。「酸素も吸入して、腰も立たなくなっただけ、あそこだけは今も…」と、伝統芸の安心感、老いてなお「お盛ん」な師匠に、いわきの男が目指すべき生き様を見ました。



極楽浄土への旅は、まだ続きます。いごくフェス2日目は、いわきアリオスでの本公演。漫談あり落語あり、VTRに撮影会、さらには入棺体験あり。死後の世界から今を振り返ることで得られる「アングルシフト」。参加する前と後で、見える景色が変わります。
文 小松理度 / 写真 鈴木機蔵 中村幸雄 鈴木宇宙

VR

認知症体験会

interview

株式会社シルバークエスト代表取締役
下河原 忠道さん

仮想現実・バーチャルリアリティの技術を用い、認知症の人に見えている世界や、認知症の人に聞こえている声や音を実際に体験することで、認知症の理解に役立てようという「VR認知症体験」開発・企画している株式会社シルバークエストの代表 下河原忠道さんにお話を伺いました。

「誰かにはない環境を体験できますし、誰かに成り代わられる技術」とも言える。VRを通して「認知症のある人の不便」を体験すると、今まで見えていた景色とは違うものが見えて来るんじゃないかと。認知症サポートという、認知症の人を真ん中に置いて、認知症ではない人たちが認知症の人をどうサポートするかという話になりがち。つまり「自分は健康な第三者で、認知症を患っている人を助けてあげる」という感覚です。でも、それではうまくいかないと感じてきました。例えば、風邪をひいている人を見ると、「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。



第1話 僕たちメタボ族を叱って!!

紙のいごく、前の号の「STOP重症化特集」で、メタボ男子に対するお叱りコメントを頂いた、管理栄養士のすみ子さんという方がいます。健康診断を受けても無視して脂っこいもの食べて、お酒もお菓子もやめられない。そんなことから重症化しちゃうのよと、限りのない愛と厳しさで不健康を叱ってくれました。

思い出すんです。ああいう風に叱ってくる人がいたら、ぼくたちはダイエットに成功できるかもしれない。ああ、すみさんに説教されたい。おでんでも食べながら、この野菜はこういう栄養があるのよ、あなた、なによそのお腹の肉、ぼたぼたじゃないなんて腹肉をつまみながら厳しく指導してもらいたい、と……。

「すみちゃんの説教部屋」管理栄養士のすみ子さんから健康に関するご説教を頂くというコーナーです。つてなわけで先日、小名浜のとある居酒屋にすみ子さんをご招待し、色々取材させて頂こう、なんならガシガシ説教してもらおうとお店に伺ったのですが……。

酒が入ると、すみ子さん聞いてくださいよ、うちの妻ったらああでこうで、ひどいもんですよ、なんて、出て来るのはグチばかり。それでもすみさんは、笑いながらグチを聞いてくれて、こんなことをおっしゃいました。

あなたね、あなたと奥さんは違うのが当

必要ですが、体験してみんなで気づいて、同じ人として社会の中で一緒に暮らす。それだけでも変わると思うんですよ。画一的な価値観を溶かしていくことで、仮に自分の考えが常識から外れていたら、でも、社会につぶされることはなくなるはずですよ。違うものに寛容な環境のほうがイノベーションを生みやすくなります。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

「辛そうだな」と同情したり、「大丈夫？」と自然に声をかけられますよね。それは、私たちが誰もが風邪をひいたことがあって、症状を想像できるからなんです。

限界芸術発見のコーナー



01 好間北二区のカカシ

カラスを追い払う目的のカカシを賑わいの演出として用い、スペキュラティブデザインの要素を発している。



02 プス子 (シリーズ)

KAWAIIの基準を曖昧にしたムーブメントに一切影響を受けずに生まれた孤高の作品だ。

フクシ本



文 佐藤有佳里

「一千一秒の日々」

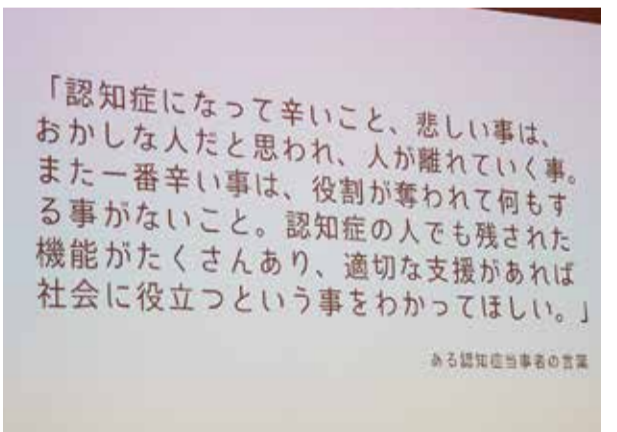
島本理生 / 角川文庫

「個」と向き合える距離感。障害者とはいったい誰のことなのだろう。障害とはなんなのだろう。法律では「障害とは何々である」と定義はされているけれど、自分の生活の中では、法律をもとに誰かを障害者だと判断することなんてない。好きだな、嫌いだとか、その位じゃない気がする。好きだと思えば一緒に居たいし、嫌いだと思ったら距離を置く。そこに障害の有無はないはず。

本書は、今年『ファーストラヴ』で直木賞を受賞した島本理生による恋愛小説の短編集。大学生たちの淡い恋模様や透明感のある文章で綴られている。登場する女の子たちは個性的だ。マイノリティの子やびっくりするような行動を取ってしまう子たちもいる。今の世の中、彼女たちも「なんか障害」と言われるのかもしれない。けれど登場人物たちは、その子を障害者とは思わない。そこには「〇〇さん」という個人がいるだけ。



「一千一秒の日々」
島本理生著 / 角川文庫



テクノロジーによって誰かの生きづらさが体験できる。その体験を参加者と共有することで、共感が生まれていきます。テクノロジーと社会包摂の好循環がありました。

昨日の前夜祭も見させてもらったんですよ。めっちゃゆるくて超いい感じでしたよね。あんな地域包括、ぼくは見たことがありませんよ(笑)。でもね、あれがやっぱりいいんだと思います。参加した人の見え方が変わる。死ぬとか生きるとか。そういうもののアングルが変わるわけですよ。そこが出発点になるし、そういうことがすごく楽しい。ぜひこの調子で突っ走ってください。



しもがわら ちだみろ
下河原忠道
株式会社シルバークエスト代表取締役。一般財団法人サービス付き高齢者向け住宅協会理事 高齢者住まい事業者団体連合会(高住連)幹事。1988年 Orange Coast College 留学期後、2000年株式会社シルバークエスト設立。2011年直轄運営によるサービス付き高齢者向け住宅を開設。2016年VR認知症プロジェクト開始。

編集後記

いごくフェスのダイジェスト映像編集の大詰め作業をしています。収録素材はどれも良いものばかりで使いどころに悩みます(笑)。ネガティブなテーマを知って知らずか、出演者もお客さんもそれぞれに楽しんでいるので自然と良い画が残ります。遺影を撮影したり、棺桶に入ったあとに笑顔になってしまう自分を想像したことがありますか？ そんな二日間の様子をギュッとまとめましたので是非Youtubeでも「いごく」を検索してご覧になってみてください。(たむ)

IGOKU CREW -igoku編集部-

CHIEF 編集長 猪狩 僚	PRODUCE プロデューサー 渡邊 陽一	EDIT エディター 小松 理虔	DESIGN デザイナー 高木 市之助	VIDEO ビデオグラフィケーター 田村 博之
-----------------------------	------------------------------------	-------------------------------	----------------------------------	--------------------------------------

紙のいごく2018年秋号 2018年11月1日発行
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



猪狩 イエ子さん 昭和19年生まれ



三田 須生雄さん 昭和14年生まれ



山田 昌史さん 昭和16年生まれ

老いの魅力
The charm of old age

平間至



シニアポートレート

■はいチーズ、おにばあば!

今回参加された方は、年齢も66歳から83歳、大きな団体の会長として精力的に活動している方や、仲の良いご夫婦、会社経営者、日々お孫さんと格闘されている方などさまざま。動機もいろいろで、終活として遺影写真を意識している方もいれば、一流カメラマンに写真を撮ってほしい方もいました。しかし、コミュニケーションに慣れている方も、中リハール室の重い扉を開けた先に広がる「平間写真館」にも言うべき雰囲気、さすがに緊張気味。

それでも、できあがりの写真を見ると堅さは微塵も感じることなく、当たり前のようになんが自然で、素敵な表情の写真になっていきます。撮影時間は10分程度。その短い時間に、平間さんはいったいどんなマジックをかけたのでしょうか。リラックスしたスタイリングの合間、平間さんご本人が、すべての方に「今回撮影を担当する平間です」と挨拶をされました。丁寧に、ひとりひとりに語りかける平間さん。今思えば、この挨拶

から、すでに「撮影」は始まっていたんですね。

いざ撮影が始まると、皆さん緊張のギアがひとつあがる感じ。しかし、平間さんが言葉で緊張をほぐしていくんです。好きな食べ物を聞いたり、趣味を聞いたり。撮影されている方も、撮影ということをお忘れ、ただ会話をしているような感覚になるのでしょうか。

中でも印象的だったのが掛け声。ぼくは「はいチーズ!」しか知りませんが、この撮影会ではいろいろな掛け声が飛び交います。好きな食べ物を聞いた後の「せーの、まぐろ!」だったり、お孫さんから普段呼ばれている「ばあば!」だったり。しかもこの「ばあば」が、お孫さんからの「とっても優しいばあばだけどこわいときもある」の一言で「鬼ばあば」にまで進化! そんなひとつひとつの言葉が、表情を引き出していくんです。撮影の肝とも言える言葉や声の力。それをストレートに使えない方もいらっしやいました。午後1回目の撮影にいらっしやったのは聴覚障害のある方。耳が不自由なので、直接の声は届きません。

でも、平間さんのスタッフには通称「笑顔隊」とも呼ばれる百点満点の笑顔を提供するスタッフがいます。

その笑顔隊が、持ち前の笑顔や、手話通訳からその場で教えてもらった手話を駆使して会話をしてくれんです。スタッフ全員が手話で「笑顔」を作ったり、手の形を食べ物のチーズの形にして「はいチーズ」と伝えたり。みんなで楽しもうという想いで、時間と空間が満たされていきます。

ご夫婦での撮影でも、おそらく普段は絶対しないであろう、腕を組んだり、肩に手をおいたりしての撮影。恥ずかしさもあつてか最初はぎこちなさもありましたが、会場に流れる優しく楽しい雰囲気

気や平間さんの言葉で、どんどん積極的になっていくんです。みなさん、ほんとうに楽しくてたまらないといった感じ。

■被写体に敬意を払うからこそ、楽しく、美しく

おひとりで撮影する方、ご夫婦でも撮影する方、さらに家族みんなで撮影する方。それぞれに良さがあつて、そこには、その方の人生だけでなく、ご夫婦の関係や、家族だからこその表情がにじみ出てきます。そう、出来上がった写真は、どちらが良いとかではなく単純に嫌いじゃない。そこに順位なんて存在しない。あの日あの場所で平間さんが無数に切った

シャッター、そのすべてが美しい写真なんです。

すべての撮影が終了した後、平間さんは、こんなことを話していました。「撮影会に参加された方々は、皆さん日々ポジティブに生きることを心がけている印象がありました。ぼくはシャッターを切りながら各々の人生をしっかりと後世に残すことを考えました。それは写真のイメージがその人のイメージとして残り、大切な記憶のきっかけになるからです。そうか。撮影中頻りに声を掛けたり、会話をしたり、もちろんそれも大事なことでけれど、そういう平間さんの真摯な思いが相手に伝わって、あの写真ができあがるんだと気づかされました。撮影時間は数十分。けれど、その人が重ねてきた時間は何十年とある。だからまず、誰に対しても丁寧な挨拶から。

そしてそのうえで、被写体の人生を、真摯に丁寧にユーモラスに記録し、大切な人と過ごす素敵な日常を切り取り、そんな時間をお互いに共有する。だから、みんな自然で素敵な表情の写真になる。それが、平間さんのマジックの正体なのかもしれません。

今はスマートフォンで、いつでもどこでも、写真だけでなく動画も撮ることが出来ます。ただ今回、特別だけれど、日常の延長にあるあの場所で撮影された写真には、いろいろな人のいろいろな想いが詰まった一枚になっています。動くこともなければ、音が出ることもない。けれど、素敵な時間を共有した思い出そのものとして、写真は、ずっと残り続けるのです。

文 瀬谷伸也(いわき市地域包括ケア推進課 / 写真 鈴木宇宙)



撮影に参加した方のスタイリングは、前回と同じ作山友紀さん(SLUNDRE)。その人がいちばん輝けるように、表情を引き出すように、丁寧に仕上げていきます。この時から会場の雰囲気づくりは始まっていた。

my igoku fes
私のいごくフェス

ラブレターを持って棺に入ってみたひと
杉山伸子さん



入 棺体験に申し込んだのは終活のため。3年前に手術をしましてね。あれから5年を目安に行動してるの。庭の植物を整理したり、今回、平間さんにも写真を撮ってもらいました。菊の花を育てる市民講座にも通っています。できれば棺の中には自分で育てた菊の花を入れたくて。

— 今回の入棺体験に手紙を持ってきたのは、死ぬときくらいは夫を喜ばせてあげようと思って。20代の、まだ結婚していなかった頃、夫はセールスマンをしていたから、出張先からあだこうだと毎日のように手紙を送ってきました。わたしは1年に1回くらいしか返事しなかったんですけどね。ちよっとお付き合いしてみようかしらって思ったんだけど、結婚したら本当に大変でした。子どものこともあるし、別れるなんて簡単にできないでしょう？ 夫は「結婚するのに切手代だけで済んだ」なんて言ってるけれど。あの人、今頃くしゃみしてるかしら。

でも、捨てられないんですね。だから日付をちゃんと並べて取ってあるんですけど、今では、一番邪魔なものね(笑)。手紙を取ってあるのを夫は知らないと思いますよ。こんな写真撮っちゃって「バカ！」って言われるかしら。でもね、最期だし、死ぬときくらいは夫を喜ばせてあげようかな、感謝して死にたいなって思ってるの。



猪狩元さん、イエ子さん 一家

普段は別々に暮らす家族が全員集合。家族だからこそその温もりを平間さんが切り取った、全員が主役の素敵な一枚。