

Title	身体ワークショップ(その1) : 高齢者デイサービス「祥の郷」での試み
Author(s)	西川, 勝; 西村, ユミ; 本間, 直樹 他
Citation	Communication-Design. 2011, 5, p. 31-48
Version Type	VoR
URL	https://hdl.handle.net/11094/10825
rights	
Note	

Osaka University Knowledge Archive : OUKA

<https://ir.library.osaka-u.ac.jp/>

Osaka University

身体ワークショップ（その1）

—高齢者デイサービス「祥の郷」での試み—

西川 勝（大阪大学コミュニケーションデザイン・センター：CSCD）

西村ユミ（大阪大学 CSCD）

本間直樹（大阪大学 CSCD / 大阪大学大学院文学研究科）

佐久間新（ジャワ舞踊家）

玉地雅浩（藍野大学医療保健学部）

細川鉄平（祥の郷）

塩田州平（祥の郷）

Dance workshop in day-care facility, “Sho no Sato”

Masaru Nishikawa (Center for the Study of Communication-Design: CSCD, Osaka University)

Yumi Nishimura (CSCD, Osaka University)

Naoki Homma (CSCD / Graduate School of Letters, Osaka University)

Shin Sakuma (Javanese Dancer)

Masahiro Tamachi (Faculty of Medical Health, Aino University)

Tepei Hosokawa (Sho no Sato)

Syuhei Shiota. (Sho no Sato)

「新しい高齢社会のコミュニケーションデザイン」を構想する試みとして、身体ワークショップ、ケアの記述研究会、市民公開講座、離島における調査などを実施した。本稿では、デイサービス施設である「祥の郷」での身体ワークショップを取り上げて、参加者がその場でいかなる経験をしていたのかを紹介する。これらをもとに、高齢社会のコミュニケーションを考える上で、身体ワークショップがいかなる機能を持ち得るのかを検討する。

キーワード

高齢社会、身体ワークショップ、経験

aged society, dance workshop, experiences

1. 高齢社会プロジェクト（西川勝）

本稿は、平成22年4月から平成23年3月までのCSCD活動経費として認められた「高齢社会プロジェクト」の研究活動内容の一部を紹介するものである。

まず、「高齢社会プロジェクト」の概要を説明する。

1.1 目的

「新しい高齢社会のコミュニケーションデザイン研究」を目標として掲げ、コミュニケー

ションデザイン・センターの教員・研究員を巻き込んだ、「対話技法」をもちいた調査研究手法を、少子高齢化の日本社会が抱える問題解決にむけて構想した。その詳細は以下のとおりである。(1) 問題解決型から課題達成型の社会実験的スタイルの研究を試行した。具体的には、社会の様々な場面での臨床コミュニケーションデザインの実践を試行し、その評価・改善を「高齢社会デザイン」に結びつけて検討した。(2) 関西を中心とした高齢者施設や、岡山県犬島などでの参与観察型研究をおこなった。(3) 定例的研究会やワークショップを開催して、コミュニケーションデザイン・センターの教員・研究員に対して「対話技法」に関する研究や手法習得の機会を設けた。

1.2 実施内容

1) 身体ワークショップ

堺市にある民間デイサービスセンター「祥の郷」において、高齢者介護の新しいスタイルを模索するための身体ワークショップを4回実施した。また、西舞鶴の特別養護老人ホーム「グレイスヴィルまいづる」で行われている身体ワークショップを調査・研究した。

2) ケアの記述研究会

堺市にある民間デイサービスセンター「祥の郷」において、介護職員を対象に「ケアの記録からケアの記述へ」というテーマで研究会を実施した。西舞鶴の特別養護老人ホーム「グレイスヴィルまいづる」でも、「ケアの記述」に関する学習会を定期的実施した。

3) 市民公開講座

高齢者介護の将来像を、市民と研究者、実践者がともに考えていく場として、2010年9月15日(水)に堺市立東文化会館において、市民公開講座「高齢社会のデザインを考える」を実施した(共催:大阪大学コミュニケーションデザイン・センター、祥の郷デイサービスセンター)。プログラムは、筆者の1人である西川による講演「認知症高齢者とのコミュニケーション」と、西川と別の筆者である細川(祥の郷)との対談「認知症ケアの現場から」で組まれた。

4) 離島における調査

岡山県の離島、犬島において、島の高齢者にインタビュー調査を実施した。

1.3 成果

2010年10月3日、第62回日本民俗学会において、西川勝がグループ発表「介護ブギウギ—介護民俗学への招待」をおこなった(共同発表者:六車由実・小山修三)。2011年2月20日、奈良市で開かれたセミナー「臨床するアートの普及と人材育成」において、西川勝が、当プロジェクトの研究協力者である佐久間新氏、砂連尾理氏、細川鉄平氏と共に「ケアに役立つ!?—ダンサーはなぜ福祉施設に向かうのか」を発表した。以上が、2010年度の「高齢

社会プロジェクト」の研究・活動内容の概要である。

加えて、本プロジェクトの目標である「新しい高齢社会のコミュニケーションデザイン研究」について述べることにする。現在及び近未来の日本社会にとって、人口構成の超高齢化と少子化が問題とされるようになってから久しい。増え続ける後期高齢者と認知症高齢者の介護問題を、どのような社会資源の整備とシステム開発で解決していくのかについて、さまざまな角度から検討されている。しかし、「幸福な長寿社会」を実現するためには、解決すべき問題だけを取り上げて不十分である。より積極的な意味を想像する「高齢社会のデザイン」を描く必要がある。わたしたちは、高齢社会のデザインを、コミュニティを基礎づけるコミュニケーションの角度から豊かなものにしようと考えている。コミュニケーションの源基になる「身体」と、その人間化である「ことば」に着目し、さらにその発展形である「もの・道具・技術」と「文化・社会」を切り口にして、高齢者と関連するコミュニケーションの回路を多様化し、それぞれを重層的な厚みのあるものとして構築する試みを社会実験的に研究するというのが、わたしたちの目論見である。「若い」を衰えと見なす一方的な見方から、「若い」の潜在的可能性を切り開く新しいコミュニケーションデザインを試行することが本プロジェクトの目標である。

以下では、特に「身体」を介在させるコミュニケーションデザインの実験的研究として、高齢者介護の現場において実施されたワークショップについて報告する。

2. 祥の郷での身体ワークショップ（西村ユミ）

「祥の郷」。ここでは、高齢者のデイサービスが行われている。デイサービスと言っても、そこは、近所の個人宅に伺っているような感覚を彷彿とさせる場である。玄関に入ると思わず「こんにちは」「お邪魔します」と言ってしまうのは、住宅地の中にある古い民家が建物に利用されているためだ。そこに毎日お年寄りがやって来て、他の利用者さんや施設のスタッフと一緒に過ごす。祥の郷の管理者をしている細川鉄平さんの言葉を借りると、デイサービスではお年寄りスタッフとが「ただ一緒にいる」（細川 [2011]）そうである。この細川さんをはじめとするスタッフは、皆20～30歳代。「お年寄りと彼らはどのように一緒にいるのだろうか」と想像しながらお邪魔をすると、すでにテーブルと椅子が片付けられた広い居間が待ち構えている。壁に掛かったカレンダーや床の間に飾られた置物に語りかけられながら……。

2部屋分の板の間の隅に体を据えて「今日は何から始めましょうか」とつぶやくのは、ジャワ舞踊家の佐久間新さん。理学療法士の玉地雅浩さんも、ゆっくり腰を下ろして体をその場に馴染ませている。映像記録を担当する本間直樹さんは、ビデオをセットして、いつはじま

るともわからないその場にカメラを向ける。参加者は各々落ち着ける場に身を任せる。と、その時すでに、これから始まる「何か」が動き出していることに気づく。これが、私たちの「身体ワークショップ」だ。平成22年度は、この場で4回実施した。

1回目(8月20日)は、トイレトペーパーを扇風機の風になびかせて、そのトイレトペーパーのたなびきと一緒に遊んだ。扇風機に風をもらいつつ、いたずらをしたら、痲癩を起こされた。2回目(9月10日)は、ゆっくり、ゆっくり、ずっと、ずっと、皆と一緒に歩いた。床の軋む音とも響き合った。そのうちにリズムにのまれてしまった。3回目(12月1日)は、足の裏で、手のひらで、床を叩いた。カポッ、カポッ。とてもいい音が響いた。その響きに共鳴したまま、皆寝入ってしまった。4回目(1月26日)は、身体を絡め合いながらテーブルを越え椅子を越えた。人とくっついているのは、なかなか大変だったが、じかにくっつかずに間に何かを挟むのも、大変だ。けれど、おもしろい。どこかから取り出された割り箸が、皆の脇腹で支えられ、いや、割り箸に支えられて皆が繋がった。誰に、何に、繋ぎ止められているのかが、分からなくなった。

これらは、祥の郷の板の間で生まれた。いつ始まるか、わからない。どんなふうが始まるのかも、決まっていない。毎回、その場に偶然置かれていたモノやその場自体、参加者のちょっとした動き、参加者同士の接触、ちょっとしたアイデアや気がかり等々にちょっかいを出すように、佐久間さんは動き始める。その最初のちょっとした動きが、次の動きを作っていく。ここでの「身体ワークショップ」は、即興ダンスを生み出していると言ってもいい。

ここで疑問が生じる。この、さりげない動きから始まるワークショップと高齢社会プロジェクトの主旨は、どのように関連しているのだろうか。

参加者は、祥の郷のスタッフ5~6名程度。この身体ワークショップに関心を持った者が、数名、外部から参加をした者もいた。が、いわゆる利用者(高齢者)とじかに接する試みではなかった。夕方、利用者が帰宅してからの2時間余りを活用していたためだ。だが、何度か続けていくうちに、あることに気がついた。ワークショップの成り立ち方からも見て取れるように、この場での皆の動き、たとえば佐久間さんの動きだけを見ても、それは彼一人に帰属されるものではない。彼のダンスは、参加者やその場所、そこにあるモノやちょっとした変化に応答して生まれている。その場の日常は利用者である高齢者とともに作られ、その傍らにつねに参加者でもあるスタッフが身を置いている。それらの反映としての動きを佐久間さんの身体が生きている。ワークショップでの体の振る舞いは、デイサービスでの「ただ一緒に居る」ことの現われとなっていたのだ。それを、参加者とそこに加わる私たちとがともに作っていた。

何かに取り憑かれたような時間からふと我に返ったとき、こんなことを思った。参加者の皆はどうだろうか。ワークショップをともに作った者たちの声に耳を傾けてみよう。

3. 参加者の声

3.1 経験を「ことば」にしてみた

「祥の郷」のメンバーと企画者の西川は、ことばになり難いワークショップの経験を記述することも試みてきた。原稿用紙に手書きで著された彼らの経験を、まずは紹介しておこう。

（細川）

自分の職場は、お年寄りが集まる場だ。大体20人前後のお年寄りが普段ここで過ごし、僕はその人たちを気にかけてながら過ごすのを仕事にしている。その職場の研修のために、営業時間後に集まっている。体を動かす研修なので、いつもある机や椅子、ふすま等が取り外された。こうやってみると広々としている感じがする。単純にスペースが広がったということもあるが、いつも気にかけている場所というのが無くなったためか、何か開放感を感じさせられる。研修自体は自由に思ったまま体を動かすというものだが、やっている中で思ったのは、ここまで自分の動きに無頓着にこの場で動いたことはなかったということだ。この場で体を好きなように動かすことに、少し罪悪感を覚えた。

（塩田）

いつもは、机やイスが並び、ふすまで仕切られた部屋だが、全てを取り払い、みんなが寝ころがれるような広い空間ができあがる。その床に座ったり、寝転がったりすると、今まで見たことのない床を見ることになる。昼間は、机やイスの間を歩く、ただの「道」で、床として、その「木」の木目などじっくりと見たことはなかった。床をじっくりと眺めたからといって、その時は印象に残る何かがあったわけではないが、今思い出すと、その木目に手や足を合わせたり、足が木目に合わさった線から出ないようにしていた。交差点の白線に歩幅を合わせるように歩いたりしていた。床に座った時は、天井の高さにも気がついた。がらとした空間に吊るされている電気の傘が、落ちてしまいそうにも感じた。電気を吊るしている紐の細いことよ。天井を支えている「はしら」をゆすると電気も揺れそうに思い、はしらを押ししてみる。がんじょうだ。びくともしない。昼間は立つ時に支えとなり、動くはずのないものとして見ているのに、簡単に動かさそうな気がした。身体ワークショップ中にはしらにもたれかからないようにしていたのは、家が倒れそうな気がしていたからだ。

（細川）

うつぶせになっている。1人ではない。男女8人で、床を叩いている。できるだけよい音

でも、誰もよい音がどんな音なのかわかっていない。右手の平を丸めて、空気を包むようにして床を叩いてみる。手の平を平らにして叩くよりも、音に丸みが出た気がする。床は木でできている。その木と手が合わさった時の音は、丸みがあった方が良さそうな気がした。もう一度親指と小指が主に床にあたるように叩く。さっきより、より丸い音がした気がする。よい音だと思える時は、何か手の平の中の空気が鳴っている気がした。周りの人たちもそれぞれに良い音を探して床を叩いている。5分くらい続けた時に、少しずつ皆の床をたたく音のテンポが一緒になってきた。もしかしたら気づいているのは僕だけかもしれない、と思い、試しに今までよりも強い音を出してみたら、いよいよ音のタイミングが合わさってきた。床を叩く音以外、何の音もない。ただひたすら8人の床を叩く音が続く。僕は何か気恥かしい気分になったので、皆とテンポをずらすことにした。そうすると、他の何人かもそれに合わせて、各々のテンポで叩きはじめた。気づけば最初の「良い音」を出すという目的を忘れ、音の大きさとタイミングに意識が向きはじめた。それと、さっきまでは自分が床を叩く、ということだけを考えていたのだが、今は周りの人がどう叩くか、に集中している。おのずと体の中の意識も手から耳に移っている。誰かが激しく叩き出した。僕は、ついていこうか迷ったが、何人かがそれに合わせたので、そっちの方が気持ちよさそうに思い、より激しく叩いた。部屋全体が鳴っているような気がした時、なんとなくテンポが落ちてきた。一斉に止まるのではなく、バラバラと叩きながら、少しずつゆっくり音が減っていく。その間、胸がぐっとなり、体中汗だらけになった。最後の音が消えるか消えないかを聞く前に、僕は眠ってしまった。

(塩田)

身体ワークショップを通じて一番心に残っていることは、佐久間さんと2人でペアになり、1本の割りばしを落とさないように「動く」ということを体験(?)、体感をしたことだ。心に残るとともに、体にもそのときの感覚が残っているように思う。

まず僕と佐久間さんが横に並び、1本の割り箸を腰のあたりで挟み、落ちないように体を合わせる。落ちないようにしようと、身に食い込むような力かげんで割り箸を挟む。佐久間さんの体を「かべ」と思うように、自分が力の調節をしていたと思う。割り箸が落ちない程度の感覚がわかりはじめたところで、動き出すことになったが、前や後ろ、上下に動いている間に、自分が力加減を調節していたつもりが、知らない間に佐久間さんが合わせてくれているような感覚になった。くい込んでいた割り箸が体にくっついているように。服を挟んではいるが、割り箸が当たっている腰の部分にくっついている、金魚のフンが取れそうで取れなさそうなそんな感じ。急に動くともふり切れそうで、ゆっくり動くと取れなさそうな不思議な感覚。僕が動く方向を変えても、水の中でゆられているように佐久間さんがついてくる。割り箸を通して佐久間さんの動きが伝わってくる。まっすぐ動き出した後に急に横へ動いて



2010/08/20

図1 2010/8/20 撮影・構成：本間直樹

も、うんこみたいについてくる。でも、佐久間さんが動いている方向に自分が引っ張られていような感覚もあり、全身に鳥肌が立った。

3.2 出合いを振り返る

西川勝さんから、「この原稿を書け」という電話を頂いたのが5月14日の夜。締め切りは16日。内容については特に指示なし。「あとは任せた」ということばと共に唐突に切られた携帯電話を眺めながら、「いつもこうだ」という何回目かのため息をつく。そう、いつもこうなのだ。

ぼくは高齢者介護の仕事に就いて14年になる。今は小さな古民家で、「祥の郷」というデイサービスをやっている。デイサービスというのは、朝それぞれの家にお年寄りを迎えに行き、ご飯を食べたりお風呂に入ったり、笑いあったりぼーっとしたり、まあいろいろなことをしながら過ごした後、夕方にそれぞれの家へ送る。簡単に言えばそういうものだ。

ここに集う人たちは大きく2つに分けることが出来る。利用者であるお年寄りと、職員である若者だ。お年寄りたちは非常にゆっくりしている。若者たちはせかせかしがちだ。中にはせかせかしたお年寄りや、ゆっくりした若者もいるが、それは少数派だ。だからお年寄りの方が多い祥の郷での時間は、「ゆっくり」しているといえる。また、庭の前栽が大きく見える部屋で過ごしている為、何かをやるというより、何かを眺めることの方がじっくりくるような場であることも、その「ゆっくり」に一役買っている気がする。

でも、若者は「ゆっくり」があまり好きではない。「ゆっくり」する、ということにあまり慣れておらず、その良さがあまりよくわからないのだ。だから、どうしても「せかせか」しようとする。お年寄りも「せかせか」したい時もあるようだが、お年寄りなのでなかなか「せかせか」出来ない。そうするとあちこちでギスギスした雰囲気生まれる。もういっそのこと、みんな「せかせか」したら楽だろうと、いろいろと考えるのだが、お年寄りの中にはかなりの強者もいて、「せかせか」しようとするほど、さらに「ゆっくり」しようとする。そうなることさらに場がギスギスするのであり、たいていそのことは、若者にとっては「やっかいなこと」となる。でも、仕方が無いので、結局最後は笑って手打ち、というのがぼくたちの日常だ。

西川さんとは、出会って1年半になる。出合い方からしてやっかい極まりないのだが、ここでは割愛する。とにかく、西川さんと付き合っていると、沢山の「やっかいなこと」が身に降りかかってくる。と同時に、それらすべてはぼくたちにとって非常に「わくわく」することなのだ。例えば「身体ワークショップ」というものを祥の郷でやるぞ、と西川さんから話がある。当然ぼくたちは何のことかわからない。説明も特にない。当日が来る。なんと、西川さんはその場にいない。非常にやっかいだ。もちろんぼくたちは戸惑う。でも仕方が無いのでとりあえずやってみる。すると、どことなく面白い。ばかりか、何かぼくたちの日常

と共通するものがある気がしてきて、勝手にそれを話し合うようになる。そうすると、西川さんは初めからそれを見越して、即興性が生まれやすい段取りをしたのか、という気にすらなる。いやちょっと待て、単にずぼらなだけなのだろう、という気にもなり、こっちの方が本当のような気がして実にやっかいだ。

記述に関する研修もやった。見ていることそのままを、いかにことばにするか、というテーマだ。この研修に対するぼくたちのモチベーションは高かった。この研修を通じて「ゆっくり」の良さをことばに出来たら、あのギスギスがなくなるような気がしたからだ。「せかせか」の良さはことばにしやすい、何故なら起きた結果を書けばいいからだ。でも西川さんは、それは「記録」だと言う。むしろ「ゆっくり」を書け、それが「記述」だと言う。でも「ゆっくり」はことばにしにくい。「ゆっくり」しているときは、あまりに多くのことが見えてしまうので、どれをどうやって書いたらいいかわからないからだ。研修が進む。ところどころで何か核心のようなものに触れた気がして、どんどん高揚していく。そして、最後の最後で西川さんがボソッと言った。「まあ見ていることそのままを書くなんて、大体無理やろ」。ぼくはその後3日くらい高熱が出た。

西川さんは簡単に答えを与えてはくれない。むしろ、ぼくたちが「こうだろう」と思っていたものをことごとく壊していく。本当にやっかいだ。でも「やっかいなこと」には2種類ある気がする。「わくわく」するやっかいなことと、「へきえき」するやっかいなことだ。西川さんとのお付き合いは、いつも「わくわく」8、「へきえき」2、くらいの割合で始まる。その割合は、出会う人たちや出会い方、どこで行われるか、等々でその都度変わるが、どちらかが10になることはない。分析したり、準備したり、予測したりすると、「へきえき」成分が大きくなり、続けることがしんどくなるけど、身体を合わせたり、ことばを交わしたり、ひとつのものをみんなで眺めたり、笑ったり怒ったりすることで、「わくわく」が戻ってくる。この繰り返しは西川さんとの1年半だったと思う。

こう書いていて、ふとこの西川さんとのお付き合いがそのまま、祥の郷で出会うお年寄りや若者たちとのお付き合いに似通っていることに気づいた。「やっかいなこと」と付き合い続ける時の振る舞いは、ようするに西川さんの生きざまそのものに触れたときの自分の振る舞いである。そうすると、祥の郷が出会った最大の要介護人間は西川勝となるわけだが、そこに「わくわく」があり続ける限り、このお付き合いも、祥の郷も続けていける気がしてくるから不思議である。そうか、ここまで見越して西川さんは普段からあのようなめちゃくちゃな生き方をしているのだな、と思った瞬間、この原稿の締め切りまであと30分であることに気づき、再び手のひらの携帯電話を眺めつつ、ぼくは溜息をつくのである。

4. ワークショップメンバーの動きがはじまる

祥の郷に乗り込んだ企画メンバーの側も、いろいろな経験をした。ここでは、ダンサーの佐久間さんと理学療法士の玉地さんが、何を思い巡らせて身体ワークショップに臨み、そこで何を経験したのかを紹介する。

4.1 ダンスはやりません（佐久間新）

2010年12月1日 祥の郷。歩き疲れたので、板の間に寝転んだ。からだ、硬い床との接地面から上に向かって押されているように感じられる。手首から先だけが自由になったようだ。おき火のように残ったさっきのステップのリズムが流れ出して来て、みんなの手を動かしている。

雨粒が、直にアスファルトを叩いたり、葉っぱの先から滴り落ちたり、壁を伝って流れ落ちたりするように、みんなの手が思い思いに床をならしている。土砂降りが小やみになって、また本降りになったりするような大きなリズムの流れがある。いい具合に脱力できているので、板自体の振動や指先がフローリングの表面をはじいたりこすったりする感触が伝わってくる。床をならす手は段々としびれてくるが、次第に、雨音のテンポが合ってくる。

長い時間をかけて生まれてきたこの集団的リズムとコミュニケーションがしたくなった。手で床を鳴らすことだけで、大きな流れにどうやって変化をもたらせるのか、もたらせないのかを試したくなったのだ。豪雨の中の雷鳴や、暴風の中で危険を群れに伝える鳥のようにアプローチしたらいいのか。降りしきる雨音に寄り添ってみたり、少しずつしてみたりしながら、反応をうかがってみた。雨（みんなのリズム）なのでなかなか反応がないが、わずかな変化が感じられる。床を繰り返し叩き続ける単調なリズムからくる高揚感や倦怠感と、痛さでしびれ始めた麻痺する感覚の中で、僕のからだには踊りたいというエネルギーが満ち始めていた。そのエネルギーが時折ほとばしり出て、思いっきり痛いほど手を床に打ちつけた。そのほとばしりのリズムや息づかいやからだのしなりが空気を震わせ、みんなの手が作り出す雨音に影響を与えていた。いつしかこの集団的リズムはバリ島のケチャツのように、自在にテンポや音量を変えるようになっていた。何の打ち合わせも説明もないまま、集団による即興ダンス（同時に音楽でもある）の場が生まれた瞬間だった。

2010年8月20日 祥の郷を最初に訪ねた時に、スタッフに話を聞いた。「ここでは、リクレーションはやらないんです。」と。それは、僕自身が抱えているもどかしさと関係しているように思った。ダンスのワークショップを行う時、事前に準備をしすぎたり、イメージを描き



2010/12/01

図2 2010/12/01 撮影・構成：本間直樹

すぎると、ダンスが硬くなったり、ダンスをしようという気持ちが沸いてこなかったりする場合がある。もちろん、ワークショップという時間と場所が限られた機会では、「ダンスをしません。」と言うわけにはいかない。それで僕は、「何でもダンスになります。」とか、「踊らないのもダンスです。」とか言い張って、ダンスのワークショップをしているのだ。

そんな施設だったので、「ダンス」をしないダンスのワークショップをしようと思ったのだ。ワークショップという名前も使わなかったかもしれない。肩肘張らず、その時に僕が気になっていたことからとりあえず始めてみる、というのが毎回のスタイルになった。この第1回目は、部屋にたまたまあった扇風機にぶら下がっていた千羽鶴をなびかせることから始めた。とっさに思いついた遊びだけど、直感的に、矛盾するようだけど、「これはダンスになる。」ってどっかで思っている。自分の身の回りにあるものや環境を、五感を総動員して感じることは、僕が考えるダンスにとってとても重要である。特に、目に見えにくいものを感じることは大切だ。からだ全体でそれを探ろうとすれば、それはもうダンスなのだ。とっかかりは緩やかでも、一旦、興味にスイッチが入って、からだ動き始めたら、後は、全力で探る、アイデアを広げる、展開するといった具合にどんどんつながっていく。この時は、千羽鶴からトイレトペーパーへと素材を探り、扇風機に吹かれた紙はどんどん長くなっていった。最後は、ティッシュを使った扇風機バドミントンへと展開した。おまけに、施設長が扇風機の羽を壊してゲームオーバーになった。全く小学生の遊びと一緒にではないか！しかし、それはそのまま即興ダンスでもある、と僕は思うのだ。

祥の郷での試みは、僕にとっては、ワークショップの限界と可能性を探る試みだった。アートが、教育や福祉や何かの目的の手段にされると、途端にその輝きが失われてしまうことはよくあることだ。指名されて、決められた時間と題材でダンスをしなさい、なんて言われたら、全然ワクワクしない。ダンスが生き生きとしたダンスであり続けるためには、「ダンスしない」というダンスもある、という考えもアリだという中で、それでもダンスしたくなるようなワクワクを探ることが大切なんだと思っている。

4.2 身体の実験（玉地雅浩）

佐久間新さんが導き手となった身体ワークショップで体験したある出来事について、祥の郷でのワークショップをいつもビデオ撮影してくれている本間直樹さんから聞いたことがある。このことから語り始めたい。それは祥の郷の出来事ではない、ある高齢者介護施設での話である。

その身体ワークショップは施設職員と一緒にやるものなので、参加する人たちは普通の業務の中で、他者の身体に触れ相手の状態を捉えることに慣れている人が多いだろう。そう2人は考えていたそうである。だから介護の現場以外で働いている人たちには取っ付きに

くい行為である、寝ている相手を転がす、あるいは寝転がってもらうために相手の身体に触れる、ということにも慣れており、参加者同士が触れ合うことにそれほど抵抗感はないだろうと予想していた。

ところが、いざ開始すると予想外の光景が続いたようだ。まずは参加者同士が相手の身体になかなか触れることができない。中には相手の人に寝返りの動作を誘導するためにその身体に触れることなく、言葉による指示だけで行おうとする人たちもいたそうである。こう述べてくると相手の身体にあまり触れないこと、また言葉による説明や誘導だけでこちらが意図する動きを導こうとすることを否定的に捉えているように聞こえるかもしれない。つまり介護に携わる人たちには、あまり薦められない態度だと語っているように聞こえるかもしれない。しかし、私はそう主張している訳ではない。

介護の現場では相手に触れずに動作を導いた方が良い場合がある。相手に触れ動作を行うタイミングやスピードを伝える、あるいは目指す動きの軌跡に導く。そんな動作のコツと呼ばれるものを伝えようと相手に触れてしまうと、相手が自分で動こうとしなくなりこちら側に頼りきってしまうことがある。

また言葉をつくして動作のコツを説明し、誘導した方が良い場合がある。実際、福祉の現場での相手とのやりとりにおいて、言葉以外のやり取りから相手の意図や要求をつかみ取ろうとする態度に切り替えること、すなわち姿勢や表情の変化、あるいは身振りや手振りだけでやり取りを成り立たせることは相当大変なことである。相手が話せないとわかり、あえて言葉ではなく身振りや手振り、あるいは目の動きや表情で自分の意志や感情や要求を相手に伝えようとする、言葉を話している時とは異なる身体の使い方をしてしまうのである。つまり会話をしながら自然に生まれる目の動き、身振りやうなずき方、さらに呼吸のリズムや姿勢を変え方など、身体の使い方が普段とは異なるあり方をしてしまうのである。

このような非言語的なものを上手く使えないと言語で伝えることに非常に負担がかかる。だから介護の現場では言葉での説明も大事である。ところが私たちは言葉でやり取りすることに慣れ過ぎているので、言葉以外の方法で相手とやり取りを続けることになんまり苦勞する。それゆえ表情や身振り手振りも大事である。福祉の現場ではあらゆる手段を用いて相手の状態を感じながら共に動くことができる、そんな身体の即応性や多面的な働きが必要となるのである。だからこの身体ワークショップでは身体が感じ、身体が考えているその次元で相手と関わり交流することを私自身は目指した。

そのため参加者同士の身体の間合いが生まれる場面を作るだけではなく、西村ユミさんが前述しているように、「祥の郷」が住宅地の中にある古い民家で開設されているデイサービスだという特徴を無視する訳にはいかなかった。最初から介護のために建てられた施設ではない。そのため家屋内の構造、置かれている家具や調度品は、程度の差はあれ、利用者がこれまでの生活の中で馴染んできた物ばかりである。そして、それらの物から利用者はそれぞれ

れの記憶や感情を呼び戻されるだけでなく、知らず知らずのうちに身体の動きを導かれているのではないかと考えた。そして、それはそこで働いている職員においても、程度の差はあれ同じではないかと考えた。そんな場所で行われる身体ワークショップであることを無視するわけにはいかなかったのである。

デイサービスに通う日が増えるに従って、いつのまにか座る場所が決まっていく利用者たちの、その位置関係に影響を与える机が祥の郷には幾つかある。そこで食事をしてお茶を飲み、手芸や書き物をする。少し身体を休めるために利用することもある。そこに物を置く、立ち上がる時には体重を預ける、歩き出す時に少し体を支えてもらう、そんなさまざま役目をする机である。だが、それでも未だ机を味わい尽くしていないのではないかと、もっと違った机との出会い方があるのではないかと祥の郷を訪れた時に感じていた。

腕や太もも、あるいは目で触れることの多い机をそれ以外の部位で、身体のあらゆる所で感じてみるとどうなるか、そして普段はほとんど見ることのない机の箇所を見ながら同時に周囲を見回したらどんな景色になるか、それを感じてみたいと思った。ただ一人で机に出会おうとすると、どうしてもいつも使っている身体の部位ばかりを利用してしまふ。そこで2人で机と戯れてもらうことにした。条件はたった2つ、身体のどこか一カ所でいいのでお互いの身体が必ず触れたまま、そして部屋の中においてある机やソファのどこか一カ所に必ず触れながら移動してもらうことにした。

部屋の中の適当な位置に置かれた机やソファや椅子に触れながら2人で移動するとなると、2人の手足の長さや物との距離はこのルールを守る上では重要である。しかし、ソファや机に手足が届くかどうかだけでは移動する方法や方向は決まらない。身体の大きさも大事であるが、お互いの身体の柔らかさも大事である。また部屋の中のどこを通るかもその都度決まる。自分たちが乗れば机が壊れる、と思えば机の上に乗りにくくても乗ることはできない。2人の息が合わず立って移動するのが危ないと思えば座ったまま、あるいは寝転がりながら移動することになる。すると普段は目にする事の無い机の裏側や脚をすぐそばから眺めることになる。

そしてくずほぐれつつ、ゆっくりと移動していると、次のグループが机の上を転がるように移動している様子を見上げる。机の下から人を見上げる。反対に机の板面にぶら下がっている人や下をくぐる人を上から眺める光景もある。そのような場面は、視線の向きがどの方向に向いているか、そしてその時どんな姿勢やお互いの位置関係で見つめ合っているか、によって脳の働きが全く変わる、と説明できるかもしれない。が、そんな知識によってこの状況を理解することを目指しているのではない。この場では経験していることを通して見えてくる光景（景色）がまずあり、それはどんなものであるかを十分に楽しむ。そして他人の表情や息づかいを楽しみながら行われていることにとことん付き合い、生まれてくる事態を最後まで見届ける。そんな態度が大切な場である。大の大人がこんなバカバカ



2011/01/26

图3 2011/01/26 摄影·构成：本間直樹

しいことをと思いながらも、ある物と戯れ続けることを楽しみ、そこで起こることを最後まで見続け触れ続けないとわからない感覚がある。それは、その状況で生まれてくるものと一体となるような、少し大げさな表現であるが感じているものそのものに、この場では机そのものになるような瞬間が訪れるのを待つことでもある。

このような机そのものになるような状況や状態が生まれる過程における周囲との丁寧なやり取りは、介護の現場でも必要なものである。例えば、相手の人にベッドから立ってもらい、車いすに移るといふ動作を手伝う時、相手の身体を持ち上げるために両手でしっかりと支える場合がある。相手の身体に触れつつ、少し身体を支えながら動作を誘導することもある。時には言葉で車いすに移動してもらうようお願いすることがある。施設利用者とのやり取りにも色々な方法があり、動作を導く方法は一つではない。

この際、動作を行う人と行ってもらおう人というように、動作を指示される人とする人にきっちりと分けてしまわないことが重要である。具体的な例を挙げてみよう。4回目のワークショップで提案したお互いの身体の間割り箸を挟みながら移動するという体験は、私が普段医療や福祉の現場で実践している介助方法を応用したものである。

介護の現場で椅子から何とか立ち上がれる施設利用者がいた場合、その立ち上がることができるということを使って車いすから便器に移るといふ動作を練習することになる。この時あまり手伝い過ぎると利用者は動作のコツをつかむことができない。例えば、どこまで胴体を前に傾けたらいいのか、前かがみになっていく動きの中でいつ椅子からお尻を浮かせたらいいのか、どのタイミングで膝を伸ばし始めたらいいいのか。これらの動きのスピードや力の入れ具合や動く方向を切り替えるタイミングなどは、自分で動くからこそ学べる点である。ところが手伝い過ぎると相手は動作に参加できず、1人で動作を完遂させるためのコツをいつまでもつかむことが出来なくなる。すなわち動作を行うために必要なことが経験できないのである。

このようにある動作を手伝い過ぎると利用者は自分で動くというよりは、介助者に動かされているという状態になってしまう。こうなると動かされる人と動かす人というように2人の役目がきっちりと分かれてしまうのである。しかし、これではいつまでも動かされている側の人は動作のコツをつかむことができない。そこで2人で一緒に動く状況を作る必要がある。一つの手として、椅子から立ち上がりお尻の向きを便器に向け直し、ゆっくりと座るといふ一連の動作の間、折りたたんだ小さなタオルを1つ2人の間にはさむと、上手く動作を行えるだけではなく行った動作のコツを覚えるのも早くなる。

タオルをはさんだまま椅子から便器に移るといふ場合、2人でこのタオルを落とさないようにすることがまず必要となる。この場合、自分勝手に動いたり相手の動きに任せているだけではタオルは落ちてしまう。相手の身体の動きだけに注意していたのでは不十分なのである。椅子から便器に移ることも大切だが2人でタオルを落とさないように、すなわちタオル

を落とさないようにお互いの身体が関わり合っていることが大事なのである。

タオルを落とさないよう、2人はお互いにそれぞれの相手の身体がいつ動き始め、どの方向に動くのかを感じていなければならない。また動く方向をいつ切り替えるのか、そのタイミングを探る必要がある。また動くスピードはどれくらいなのか、力の入れ具合に常に応じていなければタオルを落としてしまうのである。つまりタオルを落とさないように椅子から便器に移るといふ動作は、私の動作と相手の動作という2つの動作からなるものではある。が、それが1つの動作のように、あたかも全体として働く項のような営みをなしているからこそ、私と相手の身体は2つで1つの行為を成し遂げることが出来るのである。つまり、タオルをはさみながら椅子から便器に移る中で必要となる自己（利用者）の身体の成立は、介助者との関係でその都度構成されることになる。

ただ、このことから例に挙げた場面において、相手の身体と私の身体との区別がないことを意味しているのではない。タオルをはさみながら椅子から車いすに乗り移るに場面において、相手の様子に応じて自己の身体のあり方を生み出すにしても、それは相手がタオルを落とさないように努力し工夫していること、そんな身体や状況にまずは参加し協力しているということに着目しなければならない。そして、動作に関わるそれぞれが、行っている動作のそれぞれの方法に関わり巻き込まれその一環をなすことによって、その都度相応しい行動や動作を選ぶ身体が生み出されるのである。このような他者や周囲の状況と一体となったシステムに関わることによって、相手の身体の様子を感じながら自分の身体のあり方が生まれてくる。

それゆえ参加者から出された、相手を誘導しようとしたら相手に誘導されていた、あるいは人すなわち相手ではなく割り箸に誘導された、という感想も、タオルを挟んだまま2人で動くという例を考えてきた私たちにとっては決して不可解な感想ではない。また割り箸に導かれる時その動きに、そのほんの僅かな変化に応じてしまうことに驚いたという感想も、2人で1つの行為や動作を行うからこそである。割り箸を挟んだまま2人で、あるいは複数で移動することは、このような意図から始められたものである。

5. おわりに

高齢社会プロジェクトの社会実験の一環として、身体ワークショップを実施し、それをもとに遂行した参加者たちの経験を紹介した。皆のことばに表れているとおり、私たちはその場と、出会った身体とともに戯れ、感じ、その場を知った。高齢者と若いメンバーが「ゆっくり」居ることを作る場で、その場に誘われるように即興ダンスが生まれた。それゆえそのダンスをとおして、いつもともにある、けれどもはっきり自覚していなかったその場や他者

のを感じ、はっとさせられた。身体ワークショップは、ダンスを作ることを目指したり、これを経験することで、ある技能を身につけたりすることを目指したりしてはいない。そうではなく、いつもお年寄りへ、あるいは他者へ眼差しを向け、理解し、応じようとしている私たちが、お年寄りや他者とともに居る、まさにその時に経験している自らの感覚へ立ち返る契機を作っているのである。その自分の感覚を手がかりに、ともに居るとはいかなることか、いつも知っているこの場といかなる交流をし得るのが捉え直される。この捉え直しは私たちに、高齢社会と呼ばれる現代社会に身を置いていることを、そして、それがいかなる経験であるのかを気づかせてくれるのだ。本稿の身体ワークショップは、このような位置づけのもとで続けられている。

引用文献

細川鉄平（2011）「「ただ一緒にいること」を支えるふるまい」井尻貴子（編）（『ケアする人のケアハンドブック、言語から身振りへ——からだを読み解く』財団法人たんぼぼの家：16-17.