

株式会社フージャース ケアデザイン
代表取締役社長

佐藤 多聞

劇団「すずしろ」
代表

秋田 啓子

シニアが輝ける「舞台」があることが元気の源です

入団資格は60歳以上という、ユニークな劇団「すずしろ」。演技に初挑戦し、新たな生きがいを見出した方も多いようです。今回は、劇団の代表・秋田啓子さんに、公演や稽古で利用している大阪府箕面市立メイプルホールにてお話を伺いました。

同世代とつながりたいと
考え、シニア劇団を結成

佐藤 劇団「すずしろ」は、どのような集団なのですか？

秋田 全員60歳以上の演劇集団です。私自身、46歳まで演劇とは無縁でした。子育てが一段落して、箕面市の女性フォーラムに参加していたとき、「第1回市民文化祭」の開催を知り、演劇の出演者に応募。47歳で初舞台に立ちました。

佐藤 緊張しませんでしたか？

秋田 周囲からは「舞台に立つと頭が真っ白になる」と言われましたが、客席の様子が見えるほど、緊張しなかったんです(笑)。そのときに味わった今までにない高揚

感と満足感が忘れられなくて、演劇に目覚めてしまいました。

佐藤 運命的な出逢いでしたね。

秋田 ええ。その後は児童劇団の運営に携わってきたのですが、60歳のときに体調を崩し、「ほかの



シニアはどんなふうに生きているのか。同世代とつながりたい」と考えるようになりました。そこで、シニアの演劇ワークショップの企画書を作り、市に提案したところ採用され、予想以上の人気講座に。その流れで、2004年に劇団「すずしろ」を設立しました。

佐藤 とても行動派なんですね。ところで、劇団員の年齢層は？

秋田 最高齢は84歳です。10年以上続いているのは7名、設立から15年続いているのは、私だけです。思ったよりもメンバーの入れ替わりは激しいのが現状です。

佐藤 それはなぜですか？

秋田 本人の病気や、老々介護の問題など、シニアは5年も経つと取り巻く環境が変わるからです。

佐藤 そうかもしれませんね。劇団員の多くは、経験者ですか？

秋田 いいえ、未経験者が多いです。若い人と一緒では恥ずかしいけれど、同じ世代とならできますし、一人では続かないことも、仲間がいると続くものなんです。

デュオシーン又はシニアが
主役となる「舞台」

佐藤 演劇は、「舞台」という場があつて、自分を表現できるのがいいですね。実は、デュオシーンの「シーン(SCENE)」は、フランス語で「舞台」の意味で、主役はご入居者であり、私たちが提供する住まいは「自分らしく輝ける最高の舞台」。そんな思いを、

このブランド名に込めています。

秋田 まあ、素敵ですね。

佐藤 自己表現の場があるとより輝けるのでは……と考え、年1回文化祭も開催しています。ご入居者がハンドメイド作品を展示したり、歌を披露したりするのですが、文化祭が終わると早くも来年に向けて動き出す方もいて、文化祭を行う意義を感じています。また、ご入居者による自主的なサークル活動も盛んに行われています。

秋田 まあ、楽しそう！ どんなサークル活動があるんですか？

佐藤 カラオケや麻雀、俳句など、共用施設を利用した活動が中心です。将来的には、全デュオシーン対抗で麻雀大会などを開催できたら素敵だな、と夢見ています。

秋田 年1回は、本公演を行うようにしています。市のワークショップから生まれた経緯もあり、ほか

演劇活動をシニアの
第二の人生の場に

佐藤 舞台公演は、どれぐらいの頻度で行っているのですか？

秋田 年1回は、本公演を行うようにしています。市のワークショップから生まれた経緯もあり、ほか

自分が誰かを感動させている、
社会活動に参加している、
と思えることが
シニアの元気の源になります。



劇団「すずしろ」代表

秋田 啓子(あきた・けいこ)

1943年、大阪府大阪市生まれ。京都外国語大学卒業。結婚を機に退職し、箕面市で生活。市が主催する市民フォーラムに参加し、演劇に関心を持つようになる。47歳のときに第1回箕面市民文化祭『夏の夜の夢』(シェイクスピア原作)の主演を務めたのがきっかけで、本格的に演劇を志す。91年から95年まで箕面市文化振興事業団の理事、現在は箕面市新文化ホール整備審議会委員を務める。

元気に劇団を続ける
ための生活習慣

ずっと舞台に立っていたい一心で、約3年間パーソナルトレーナーをつけて、自分に合った運動を習得。自宅で毎日約40分間ストレッチを行っているほか、定期的にスポーツジムに通っています。

劇団「すずしろ」の 公演活動の 一部をご紹介します!



ニューヨーク公演のときに配布したチラシ

2010年6月 海外初公演

『Smoke Gets In Your Eyes(煙が目にしみる)』



ニューヨーク・ブロードウェイ
のジューン・ハボック・シアター
にて、英語で上演

2017年7月 第9回本公演

『すずしろの十二夜』



シェイクスピアの
作品・喜劇『十二
夜』に初挑戦。枡
井智英さん演出

2018年12月 第11回本公演

『光る時間』



渡辺えりさんの
父親が晩年になっ
て語った戦争の話をもとに、
渡辺えりさんが
脚本化

舞台写真撮影／小林志穂

私が
実践して
います!

劇団「すずしろ」流

シニアになっても輝いているための4つの秘訣

① 仲間を持つ

私の場合は「すずしろ」の団員たち。違う人生を歩み、異なる価値観を持ちつつも、「観客に感動を伝える」という同じ目標を持って、演劇に集中している同世代の仲間の存在は大きいです。

③ 挑戦と冒険

持病のない団員はいないでしょうが、いくつになってもチャレンジ精神と冒険心を持つことで、逆境のときも前向きに生きることができます。「倒れる時は前向きに」が「すずしろ」のモットーです。

② 社会とつながる

演劇活動を通して、地域社会とつながることができています。たとえ生産性がなくても、この高齢社会において、「シニアにはシニアの社会的役割がある」と実感しています。

④ 適度な運動

演劇を長く続けるために、健康維持や体力増進を意識するようになりました。「すずしろ」では、稽古に入る前に1時間から1時間半かけて、体幹を鍛える運動や呼吸法のレッスンなどを行っています。

の市からもオファーが来ます。「シニアが頑張っているモデルケースとして紹介したいから」と。

佐藤 素晴らしいですね。弊社の「デュオセーヌ柏の葉キャンパス」がある柏の葉キャンパス駅周辺には千葉大学や東京大学があり、若者が多いニュータウンなんです。千葉大学が「シニアが楽しめるマップづくり」のワークショップを開催したところ、抽選になるほど人気に。手がけた制作物は完成度が高く、参加したシニアにも「とても楽しかった」と好評でした。

秋田 わかります。シニアも「何かを真剣にやりたい」という思いを強く持っています。肝心なのは自分がやりたいことに、うまく出逢えるかどうか。現代の社会には、シニアの生きがいとなる場が求められているように思います。

佐藤 まったく同感です。

秋田 私は、演劇活動がシニアの第二の人生の場になったらと思っています。稽古は週1回。公演前は週2、3回に増えます。全員シニアですから、体力的にはしんどいですが、セリフ覚えもいとは言えません。ですが、もう頑張る

必要のないシニア世代にとって、頑張る場所があることは、とても重要なこと。演劇を続けることで若返ったり、健康を気遣うようになったり、病氣と闘う支えになったりしています。「すずしろ」での活動が生きがいとなり、人生の大きな位置を占めているのです。

**準備に2年半を費やし
ニューヨーク公演を実現**

佐藤 2010年には、ニューヨーク公演を実現させたそうですね。

秋田 ええ。アマチュア集団ですから、想像すらしていませんでしたが、演出・指導をする倉田操さんが「夢は大きく持とう」と。現地のつてを探し始め、「やるなら

英語で」と英語のセリフを練習し、2年半かけて実現させました。

佐藤すごいことですね。

秋田 チケットは完売、ゲネプロ（本番さながらの最終リハーサル）も公開するほど盛況でした。きっと、私たちの必死な姿に感動してくれたのだと思います。あり得ないことが成功してしまいました。

佐藤 海外公演などを含め、数々の経験から得たことは何ですか？

秋田 「シニアにはシニアの社会的役割がある」と気づいたことです。自分たちは、やりたいことをやっていたけど、集まった募金に周囲の応援と期待を感じましたし、私たちが頑張る姿に「勇気もらった」という声もいただきました。自分の存在が誰かを感じ

動させている、社会活動に参加していると思えることは、シニアの元気の源になります。もう一つは、同じ目標を持つかけがえのない仲間を得られたことです。

佐藤 いいお話ですね。最近、『ワーク・シフト』という本を読んだのですが、人生100年時代を迎え、これからは金銭だけでなく、健康や人間関係などの見えない資産を、どのように組み合わせいくかが重要になるとありました。長い人生を楽しむには、能動的に行動し、生きがいや新しい人脈を築いていくことが大切なんですね。デュオセーヌでも、ご入居者が輝く姿を応援していきたいと思っています。本日はエネルギーシユなお話をありがとうございました。

人生100年時代、
これからは能動的に行動し
生きがいや新しい人脈を
築いていくことが大切です。



株式会社フージャース ケアデザイン
代表取締役社長

佐藤 多聞(さとう・たもん)

1980年生まれ。2004年、早稲田大学法学部を卒業後、株式会社フージャース コーポレーションに入社。14年シニア事業部長を経て、15年7月に設立した株式会社フージャース ケアデザインの代表取締役社長に就任。