

# フォーラムシアターで ライフデザインを考えよう

5年後、10年後の自分のために、今何をしておくべきか。  
自分が主役の人生を描くための方法、  
「フォーラムシアター」を紹介します。

## フォーラムシアターとは



そうそう、こんなこと私もある…、こういうことよく聞く…と、その場にいる人たちで問題を確認した上で、もう一度最初から劇を演じ、今度は「そこは、そう言わないほうが…」とか「なんか、ちょっと、変…」「私は、こうすべきじゃないかと思う」などアイデアを思いついた人は、劇に参加しそのアイデアを試してみます。演じる必要はありません。登場人物に代わって提案をやってみるだけでいいのです。また、感想を言ったり、提案するだけでもいいです。

こうして、悩んでいる本人だけでは気づかなかった見方・考え方が示され、一人の悩みがその場の人々に共有されて、同じような場面に出くわしたときに、どう対処したらいいか考えるきっかけにもなります。解決策が現われる場合もありますが、それよりも全員でカラダを使って考えてみる楽しいミーティングの方法です。



私たちの日々の暮らしの中で出現する、困ったこと、悩んでいること…例えば、子育ての不安、私はどうなってしまうの…、親の介護、仕事が続けられるか…、パートナーとの関係など、それを劇として再現してみます。

例。子育ての主婦が親の介護と仕事の間で悩みます。



## 参加者からの意見

平成14年2月、静岡市で開催されたイベント「フォーラムシアターでライフデザインを考えよう」より

- 私の実母の入院で付き添った姉のつらさが頭でなく心でわかり申し訳なかったと思った。
- 参加者自身がシナリオを考える。その中からそれぞれの人が答えを、自身の将来を見つけていく作業となっていることに感心した。
- 遠くから見て思うだけでなく、参加している体感が良いと思った。

参加された方々は自分自身の事をしっかり考えてみる良い機会になったようです。

フォーラムシアターの手法は、南米・北米・ヨーロッパなどで用いられてますが、日本ではまだまだあまり紹介されていません。県内では路上パフォーマンスやライフデザインを考える講座等に取り上げられ始めています。

もっと知りたいあなたへ…

# 本の紹介



## 「黄落」

佐江 衆一 1995年 新潮社

著者自身の体験を元に書かれた私小説。還暦間近の夫婦が年老いた両親の介護をすることになる。逃げ場のない暮らしと苦悩、老親介護の実態が描かれている作品。



## 「母のいる場所— シルバーヴィラ向山物語」

久田 恵 2001年 文芸春秋社

ノンフィクション作家である著者が父親と共に、母親を介護した時の心理的葛藤が綴られている。10年の在宅介護の後に入居した有料老人ホームでの2年半の介護記録。入居者やヘルパーさんとの交流も描かれている。

## 「おんたちのスウェーデン—機会均等社会の横顔」

岡沢 憲美 1994年 NHKブックス

男女共同参画社会という視点で、高齢化社会スウェーデンを分析している。国会議員の3人に1人は女性というスウェーデンで、なぜ女性の社会参加が増えたのか、女性の声を紹介し、日本の政策に有効なヒントを探る。

## 「介護とジェンダー— 男が看とる女が看とる」

春日 キスヨ 1997年 家族社

高齢化社会での介護問題を女性の視点から考え、男女が均等に介護を担っていくことはどのようにすれば可能か、さらに「介護は女の役割」という意識のもととなる文化・社会の成り立ちを探っていく。



## シリーズ「女・老い・福祉 1~9」

樋口恵子 編 1996年~2001年 ミネルヴァ書房

「高齢社会をよくする女性の会」全国大会の内容の他、沖藤典子著「介護休業でいい仕事いい介護」、吉武輝子著「定年、気がつけば二人旅」等が含まれている。

## シリーズ「みんなの介護 1~8」

樋口恵子、堀田力 監修 1998年~2001年 法研

介護する人、される人に役立つ情報と介護のノウハウを提供している。「介護予防」「心の自立」「家族の介護プロの介護」「男の介護」「老親と暮らす」など。

●上記の本はあざれあ図書館で借りることができます。

郵便はがき

422-8063

50円切手をお貼りください

静岡市馬淵1丁目17-1  
静岡県女性総合センター  
『ねっとわあく』編集係 行

※差し支えなければご記入ください。

(ふりがな)

お名前

ご住所 〒

都道府県

市区町村

番丁

TEL

FAX

読者アンケートにご協力ください。  
点線で切り取り、お手数ですが切手を貼って送ってください。  
ご意見・ご感想も、お待ちしております。  
ご意見をお寄せくださった方の中から、抽選で県内の美術館の入場券・入場割引券をプレゼント。





県では、この意見書を受けて、県内各地域において意見交換会を開催して、県民の皆さんの御意見を集約しながら事務レベルで策定作業を進め、今年度末には計画書を公表する予定です。

### 条例の基本理念

- 1 男女の人権の尊重
- 2 社会における制度又は慣行についての配慮
- 3 政策等の立案及び決定への共同参画
- 4 家庭生活における活動と他の活動の両立
- 5 国際的協調

### 基本的施策

- 1 男女共同参画の視点に立った社会における制度・慣行の見直し、意識の改革
- 2 男女の人権の尊重、男女平等の推進に関する教育・学習の充実
- 3 政策・方針決定過程への女性の参画の拡大
- 4 子育て・介護など男女が共に家族の一員としての役割を果たすための環境づくり
- 5 男女が共に能力を発揮できる就業環境づくり
- 6 国際社会や地域社会の一員としての活動への参画支援
- 7 男女間の暴力やセクシュアル・ハラスメント等の根絶
- 8 生涯を通じた女性の健康支援

### 計画の推進

- ◎総合的な推進体制の整備
  - ・市内推進体制の充実
  - ・静岡県男女共同参画会議の意見反映
  - ・女性総合センターの機能の充実
  - ・苦情・相談処理体制の定着
  - ・調査研究、統計情報収集と提供
  - ・広報活動の充実・強化
- ◎積極的格差改善措置の実施
- ◎県民・民間の団体との連携・協働
- ◎市町村との連携・協働
- ◎施策推進の検証・評価

### 基本的視点

- ◎男女の人権を尊重する視点
- ◎あらゆる分野で社会的・文化的に形成された性別(ジェンダー)を見直す視点
- ◎政策・方針の立案及び決定に男女が共に参画し、責任を担う視点
- ◎男女のよりよいパートナーシップを築く視点

### 計画の期間

平成15年度～平成22年度

## 誰もがいきいきと活躍できる男女共同参画社会の実現

●定年退職後のパート勤務の現在、やっとありのままの自分を表現すればとの気持ちになりました。卑下する事なく飾る事なく自分をさらけ出して生きる充実した日々を続けたい。

静岡市 渡辺 寅夫さん

●40号特集を読んでみて、仕事に追われていると見失いがちな「人生とは何か」「自分の生きがいとは何か」という問題意識が、改めて問い直そうという機会を与えてくれました。このような特集を今後とも、企画してください。

静岡市 杉山 貞夫さん

●18年半働いた会社から退職して欲しいと言われショックでした。でも何かを見つけて生きようと思いこの本に会い少し勇気づけられました。早く何かを見つけ前向きに生きていたいと思います。

駿東郡清水町 大宮恭子さん

●長須先生のおっしゃっている「自分を生きる」本当にそうだと思う。これは男でも女でも。組織のあり方とか、もう私の考えていることみんな書かれているって感じです。

匿名希望

## 読者の声

40号特集「男らしさ」のバリア  
自分らしく生きていきますか  
にお寄せいただいた声をご紹介します。

ご意見・ご感想をおはがき、FAX、E-mailで、ぜひお寄せください。

E-mail : azarea@shizuokanet.ne.jp FAX : 054-255-9266

## 編集後記



●脱稿できれば(終わり良ければ)全てよし、で次に向かおう。思えば煮詰まった時、ランニングシューズを履き外へ。おかげで7月は走りに走って300キロ。私をいやすランニング&市民ランナー達に感謝。今年はウルトラマラソンのデビュー戦!!

袋井市 金原 恵

●遙さんへのインタビューは過激かつ快感!介護する側も、介護される側も人生を生きる大切さ…。「あなたの介護は、もう始まっている」を合い言葉に、悔いのない人生を生きさせて頂けたら…!そう願って、読者のみなさまに…遙なるメッセージを贈ります!

三島市 重間 良子

●静岡までの電車での1時間、家での朝の喧噪とは流れる時間の速度が違います。「今日は富士山が見えるかな?」車窓からの景色を楽しみながらも、まもなく始まる会議が気になります。清潔でゆったりとした「あざれあ」でステキな仲間達に会えるのも楽しみです!

長泉町 鈴木 雅子

●佐藤教授の「一生懸命に、丁寧に生きよう」の言葉は、急いで暮らす私の心に響きました。「介護とは、自分のたどってきた人生そのものが映し出される」とも。取材の晩はミョーに優しい妻&母を演じ、家族から気味悪がられました。何事も積み重ねが大切ですね。

静岡市 鈴木美津子

●35度の猛暑の中、原稿と格闘した。伝えたい思いや人生を、文章にできない自分に苛立ち、焦った。自分の無力さと素晴らしい人生にめぐり合えた喜びを同時に体験し、夏が終わった。そして読書の秋、頭と心に栄養を与えて次号に備えよう!!

静岡市 宮城島真理

『ねっとわあく』は年2回発行(3月、10月)県行政センター、県内女性センター、市役所、公立図書館、公民館、文化会館、総合病院などで配布しています。

●「ねっとわあく」は県民から公募したレポーターが企画編集しています。

●編集アドバイザー/大国 田鶴子さん

●発行/平成14年10月

●編集/静岡県生活・文化部男女共同参画室  
静岡県女性総合センター

●住所/〒422-8063 静岡市馬淵1丁目17-1

●TEL/054-250-8107 FAX/054-255-9266

R100

古紙割合率100%再生紙を使用しています。