

笑顔を咲かせよう♪

ちゅーりっぷ 通信

平成27年
9
月号

いきいき暮らす、
あの人に会いたい

第13回

女優・歌手

ばい しょう ち え こ 倍賞千恵子さん

1941年(昭和16年)東京生まれ。幼少時代に童謡歌手としてデビュー。松竹音楽舞踊学校を首席で卒業し、SKD(松竹歌劇団)入団。在籍中にスカウトされ映画の世界へ。『下町の太陽』『霧の旗』『男はつらいよシリーズ』のほか、民子三部作といわれる『家族』『故郷』『遙かなる山の呼び声』や『幸せの黄色いハンカチ』『駅 STATION』『小さいうち』など数多くの映画やテレビドラマに出演。

北海道・標茶町 へいゼル グラウス マナーにて

北海道のこの地に、年に数か月お過ごしですが、やはり映画がきっかけなのですか。

わたしたちの仕事ってスタジオの中が多いでしょう。だからロケーションに行くと、あたりがぱーっと緑だったり、雪が降ってたりするでしょう。自然がみられると空気もおいしいし、住んでいる人たちもいい人が多いし、なんか惹かれちゃうんじゃないかな。

わたしなんかロケのとき、地べたから地べたへつながる大きな虹を見て感動しちゃって。それがきっかけみたいなものかなあ。あと、わたし、風が吹くと木の葉っぱの裏側が見えるのがとっても好きで。その葉っぱが中標津なかつしづの小学校のそばにあるんですけど、表が緑で裏が白っぽいんですよ。風が吹くと緑と白がまざりあって、とてもきれいで、風が吹くと、それをわざわざ見に行ったりしてた(笑)。撮影の合間には、釣りに行ったりしてね。

映画『家族』のときもそうだったんですけど、私と母子の役を演じる子役の子がいつも一緒に、わたしのことを「かあちゃん」「かあちゃん」となっていたので、その子をつれて釣りに行ったりとかして。たまに、その子をおいて出かけるようにすると、付き添いで来ていたお母さんが申し訳なさそうに「すみません、泣いてしょうがないので一緒に連れてこっつてもらえませんか」と(笑)。

原点は育ち盛りのとき茨城に疎開をしていたこと



かな。そのときの生活が染みついているんです。自然の中で暮らしていて、ご飯のおかずっていう山にキノコを採りに行って、畑を耕しておいもをつくったりかきましたからね。

倍賞さんという「男はつらいよ」のさくら役のイメージですが、シリアスな役柄も印象的です。

「霧の旗」ですかですね。わたしもやっています面白かった。何年か後にもう一度やってみたくて聞かれました。『霧の旗』の桐子さんと答えていました。

社会的に一人の男の人を葬るといふ映画で、復讐の話ですね。ああいう役って、あれ以来あんまりないんですね。相手役が滝沢修さんだね。緊張しましたね。最初わたしは新劇ってわからない世界でしたから。スタニスラフスキー*がどうのこうのって話す人がいっぱいいるでしょう。なんか、最初のうちはその人たちの間に入れなくて。よし、わたしもそれを読んでみよう。読むと、ああ、そういうことかと。前田吟さんなんか、スタニスラフスキーなんです。俳優座だったから。仲間が集まると、そういう演劇論をたたかかせていましたね。で、滝沢修さんはそういう俳優さんたちの親分みたいなものですかね。だから一緒にお芝居していてもすごいなあと思いました。お酒を飲ませて酔わせていゝシーンがあって、滝沢さんの顔がどどんと真っ赤になっていって、こめかみに青筋がたつていくんです。あの映画がカラーだったら、どんなだったかと思つたらいい(笑)。

わたしはその頃腎臓結石をやっているんです。

ていたんでしょうね。子ども頃からいろんな当番があつて、雨戸開ける当番、ご飯炊く当番、子守りする当番、おしめ取り替える当番とかね。ご飯も薪で炊いていましたね。そうそう、その頃麦ご飯だったから、麦ついで上に浮くのでしょ。そうすると上のところの麦をよけて白いご飯を自分のお弁当にいれちゃつて(笑)。わたしの中学の隣りの子がお米屋さんの子だったから、いつもまっ白なご飯なんです。それがうらやましくてね。しかもその子は三段海苔弁当なんです。海苔が三段。それにまあ懂れてね、いつかわたしもあんなぶつに海苔弁を食べたくやあつて(笑)。それで、いまだに海苔はものすごくわたしにとって贅沢だから、海苔を欠かしたことはないですね。ざるそばなんていうの、そばが見えなくなるとさうい海苔をかけて(笑)。いやがられます(笑)。



滝沢さんと二人でお芝居のときに雨の中、滝沢さんが座り込んで桐子に謝るシーンがあつて、もう胃が痛くて痛くて。冷然と見下ろすシーンなんです。緊張しているから芝居で胃が痛いんだなと思つていたんですけど、終わっても痛みが止まらなくて、そのまま救急病院に行ったら腎臓結石でした。石がお腹の中で動いていたんですね。



たくさん映画に出演されていますけど、ご自身で一番好きな映画を教えてください。

わたし、「家族」といふ映画がわりに好きなんです。ひとりの家族が長崎から北海道まで、新しい生活を求めて移住するその途中に乳飲み子を失い、それでも北海道の新天地をめざすという。男はつらいよシリーズを撮っていた合間に撮影された映画で。だから、夏とか秋、汽車の中、真冬の北海道、春になった北海道といつづつに時間をかけて別々に撮っているんですよ。

それと隠し撮りというのをぜひ見たいんです。大阪万博のシーンとか。ちょっとガンマイクができたときで、遠くの方から音が録れるんですね。

民子三部作のひとつ「故郷」といふ映画のときも、ずっと船に乗っている演技で、石船といつづごく難い船の操縦も習って。船を貸してくださった方とかよくなつたんですが、撮影が終わるとき、家を建てておくから戻つて来いよ(笑)。本当に役者辞めてここで暮らすのもいいなあと思つた(笑)。そこに入りこんで暮らしています。その映画は高度成長といふ大きなものに、小さな人々の生活が飲み込まれてつぶされていくという作品でしたが、山田洋次さんの熱いほさを感じましたね。

民子三部作はみんな動いている女の人の映画です。だから「遙かなる山の呼び声」でも、牛小屋の掃除や搾乳の仕事を身につけないとセリフがはいえないんです。まず仕事を身につけて、着ていった衣装も牛に拒まれた感じがしたから、全部そこのお母さんのはんでんとか前掛けに替えていた(笑)。お母さんが牛小屋に入っていくとき、ペーペーペーペー、となんかいふんです。おはようペーペーペー、来たわよ、ペーペー。わたしも、真似して遠くにいる牛を呼びますが、キーが違つたら牛が来ないんです。でもお母さんのキーを覚えて呼ぶと牛が来るようになって。だから、いまこの牛でもわたしが呼ぶと来ます(笑)。

ご自身、乳がんと闘つた辛い体験を乗り越えてこられました。

たまたま執刀医のお医者さんがファンだつておっしゃる方でした。入院して病室で軽い麻酔を受けてから車椅子で手術室に連れて行かれて、仰向けになつていたら、執刀医の方が現れてさうおっしょるので、じゃあ何か歌いましょうかと。それで、「

だから俳優さんたちはみんな自分の衣装は着っぱなし、そしてわたしは赤ちゃん背負つて小道具用の荷物を持ちっぱなし、そしてもう一人の子どもの手を引いて(笑)。

それで人混みのなかでカメラマンがカメラを隠しながら、照明さんもみんな機材を隠して、みんな普通に歩いて、山田さんが台本を手で上げたときが合図で、みんながワーッと集まってくるみたいな撮り方をしていました。

街中でそんな撮り方をしていますから、ときどき気がつく人があるんですけど、そんなときも役柄でしゃべつていた九州弁を使ってアドリブで答えてました。九州弁でどんな言葉でもしゃべれるようにしておいて、なにか聞かれても「わからん」とか「なんていってね(笑)」。

最初の頃はいつもわたしのそばに方言指導の方がいらしたので身についたんです。一番最初に覚えたのが「よかつた」とじゃなかつたとやるかね(笑)という言葉で。目が点になって、という意味なんです(笑)。ま、よかつたんじゃないの、という意味なんだけど、「よかつた」とじゃなかつたとやるかね(笑)といふんです。そんな長くいわなくたって、よかつたんじゃない、でいいんじゃないかと思いましたが(笑)。

倍賞さんという、役柄に入りこんだ実にも自然でリアルな演技をされる印象があります。

布団を上げ下ろしている演技が上手だってほめられたことがありますけど、うちは兄弟5人でしたから、自然とそんな生活の技術が身についた。町の太陽を歌ったんです。でもいつのまにか麻酔で眠っていました。

実は、手術の前は全然平気だったんです。でも手術室に入ってから、看護師さんに「大丈夫ですよ」と手を握られたら、なんだかものすごく悲しくなつてきて、涙がぼろぼろ出てきたのを覚えてます。そんな中で「下町の太陽」を歌ったんです。

でも支えてくれるたかさんの人のおかげで乗り越えられて、今度は、わたしも「大丈夫！」って励ましてあげる側になりたいと思っています。山田邦子さんと乳がんになつている人たちを支えましょうと活動をやることになって。一緒に活動を立ち上げて、病院で「コンサート」をやったりするようになりました。

若い頃から踊ったりして腰を痛めつけてきたから、去年は腰の手術をして、脊柱管狭窄症(せきちゅうくわんさうさう)というんですけれど、いま腰にボルトが入っているんです。季節の変わり目で痛くなつたり重くなつたりするんですけれど、これも、やっぱり大丈夫！って自分を励ましてね。

ながら、それなりに鍛えて過ごしています。だから、ますますやる事が増えることが増えて毎日大変なの(笑)。



*ロシアの演劇人スタニスラフスキーによって提唱された演技理論。日本だけでなく世界中の演劇人たちに多大な影響を与えた。

すこやか生活 ワンポイント レッスン



セカンドオピニオンを活用しよう

病気と診断されたとき、病名や診断が腑に落ちないと感じたことはありませんか。そんなときに役にたつのがセカンドオピニオンを求めるといふ考え方です。

セ

カンドオピニオンとは、「第二の意見」というもので、患者がお医者さんの診断に納得できなかったり、治療方針について違うやり方があるのではないかと感じたりしたときに、別の医師に、再度、専門家としての意見や診察を受けるといふものです。

特に、大きな病気するときなど、本当にこの治療法でいいのだろうか、診断が間違っていないだろうかなどと心配になるもの。そんなときに、主治医にすべてお任せするというような受け身でなく、積極的に複数の専門家の意見を聞いて、よりよい治療法を自ら選択していかうとする考え方がセカンドオピニオンを活用するといふことですね。

とはいえ、セカンドオピニオンは、いたすらに転院したり、治療法を変えたりすることではありません。まずは、最初にかかったお医者さんの診断や治療方針のファーストオピ

今月のクイズ



かたーい頭を柔らかく！
秋を探しに
出かけよう！

マスの中には、リストの秋のことがちりばめられています。3つだけ使わない単語があります。探してみましょう。

ひ	う	さ	ぎ	か	か	し	ゆ	う	か	く
が	し	よ	く	よ	く	け	い	ろ	う	だ
ん	ち	ゆ	う	や	け	う	ん	ど	う	も
じ	ゆ	う	ご	や	よ	な	が	お	み	の
こ	う	よ	う	も	み	な	や	つ	め	む
お	は	か	ま	い	り	く	ま	き	い	し
と	ど	い	あ	お	く	さ	つ	み	げ	の
す	く	ね	き	だ	き	ん	た	こ	つ	こ
す	し	か	さん	の	ま	け	で	か	え	
き	よ	り	め	ご	こ	す	も	す	き	ん
い	ざ	よ	い	こ	は	る	び	よ	り	ぼ

【リスト】

- あきさめ
- うさぎ
- おつきみ
- かき
- とんぼ
- けいろう
- こはるびより
- じゅうごや
- どくしょ
- まつたけ
- ゆうやけ
- いざよい
- うんどう
- かえで
- おはかま
- きのこ
- こうよう
- もみじ
- さんま
- しょくよく
- ななくさ
- むしのこえ
- よなが
- いねかり
- おだんご
- かかし
- くだもの
- こすもす
- しゅうかく
- すすき
- ひがん
- めいげつ

答えは裏表紙をご覧ください。(クイズ監修:四月朔日コイ)

遠い思い出、なつかしい歌



「荒城の月」

荘重な響きと万感胸に迫るような歌詞。誰にともなうもさびしさを感ぜられない名曲です。情景を思い浮かべながら、じっくりと味わいたい歌ですね。

作詞 土井晚翠

作曲 浦廉太郎

春高樓の花の宴
巡る盃 影さして
千代の松が枝 分け出でし
昔の光 今いざこ

秋陣營の霜の色
鳴きゆく雁の 数見せて
植うる剣に照り浴いし
昔の光 今いざこ

今荒城の夜半の月
変わらぬ光 誰がためぞ
垣に残るはただ葛
松に歌うはただ嵐

天上影は 変わらねど
栄枯は 移る 世の姿
映さんとしてか 今もなお
ああ荒城の夜半の月



歌のこぼれ話

あまりにも有名な名曲ですが、歌詞が文語体で難しく、最初に習った子どもの頃の記憶のまま、歌詞を勘違いされている人も多い歌なのだとか。作家の向田邦子さんが歌詞の一番にある「巡る盃」を、「眠る盃」と間違えたまま覚えていたというエピソードなども有名です。でも間違えて覚えている歌詞であっても、不思議とさまになっているような気がしますね。

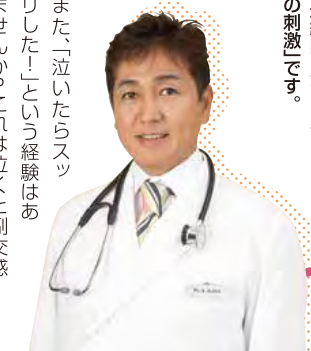
JASRAC 出14251-33-201

ドクター青木晃の アンチエイジング講座



病は気から。アンチエイジングも気から③

これまでアンチエイジングの観点からいろいろお話をしてきましたが、今回が最終回になります。最終回のテーマは「心への刺激」です。



わ たしたちのからだは細胞でできており、細胞同士は互いに信号を送りながら生きています。細胞間のコミュニケーションがなくなると、細胞は死を迎えることが確認されています。反対に言うと、細胞が元気でいるためには常に刺激を与えてあげれば良いのです。たとえば、寒さや暑さを感じることで、運動して心拍数や呼吸数が増えたり、筋肉を使うことは身体への「刺激」です。心への刺激は、一言でいうと、「スバリ『感動』。最近感動していないという方は、本を読んだり、映画を見て、心が揺さぶられるような刺激を受けましょう。感動して涙を流すことは、眼のアンチエイジングドライアイの予防としても効果が期待できます。

また、「泣いたらスッキリした！」という経験はありませんか？これは泣くと副交感神経が刺激され、からだがりラクとした状態になるからです。ストレス解消にもアンチエイジングにも、感動して涙を流すことはとても大切なことなのです。アンチエイジングはエステや化粧品ではなく、ふだんの意識を少し変えること。心のアンチエイジングで、いつまでも若々しく元気に過ごしましょう！



青木 晃 横浜クリニック院長
1961年東京都生まれ。1988年防衛医科大学医学部卒。防衛医大、東大医学部附属病院などで、内分泌・代謝内科、腫瘍内科の臨床研究に従事。「老化が病気を引き起こす」という観点からアンチエイジング(抗加齢)医学のフィールドにおいて早くから活躍。最新作は「『いい眠り』は体を引き締める睡眠ダイエット」(新講社)

今号の表紙インタビューはあの倍賞千恵子さん。大女優である倍賞さんにお目にかかるのは緊張して前日は夜も眠れませんでした。お会いしてみると本当に気さくな方で、大変優しい方でした。掲載した写真をご覧いただいたとおり、倍賞さんは終始にこやかな笑顔でいろいろな楽しいお話をしてくださいました。取材場所は倍賞さんのお住まいからは少し離れたのですが、ご自身でクルマを運転されていらっしやうございました。今年秋の夜長は、倍賞さんの映画を観て過ごそうと思っています！

- まずあの「芸人さん」としての稲川さん、また二龍齋貞水さんとは趣を異にする怪談語り手の稲川さんとしてだけ存じ上げていました。こんな思いを抱えて過ごされてきたとは。涙にくれてしまいました。若い方たちが命を落とすニュースに触れるにつけ、他人ながら痛まじさに身もだえしています。最後の「これでよかつたかな」は、肉親として涙の向こうの到達点を見た者だけが言える言葉のような気がしました。(金沢区S様)
- 稲川淳二さんのお話から、どんなに皆さんのお手を煩わせても、この年になっても与えられた命を粗末にせずに懸命に生きていこうと、あらためて思いました。(保土ヶ谷区K様)
- 夏休みに来る息子家族にこれまでの「ちゅーりっぷ通信」を読ませます。アニマルセラピーのところも読ませて小鳥を買ってもらおう胸算用。(戸塚区Y様)
- まずは「クイズ」が乗ってきてます。ユニーク！(西区K様ご家族様)

クイズの答え

使わない単語

- ・とんぼ
- ・かえで
- ・もみじ

皆さまからのお便りをお待ちしています。

編集部では、ご意見、ご感想、とりあげて欲しいテーマなど皆さまからのお便りをお待ちしています。お便りをくださった方の中から、**抽選で5名様に薄型ルーペをプレゼント**いたします。ふるってご応募ください。

〒221-0055 横浜市神奈川区大野町1-25 横浜ポートサイドプレイス4階
横浜市福祉サービス協会「ちゅーりっぷ通信」編集部



今月の協会ニュース

7月24日(金)・25日(土)福祉に関する総合イベント「ヨコハマ・ヒューマン&テクノランド2015」(愛称:ヨツテク)に出展しました。今年度は「暮らしの質」をランクアップすることをテーマに掲げ、横浜市福祉サービス協会は昨年も大好評いただいた来場者参加型アクティビティー「チューリップ体操」に加え、リハビリ要素の「大漁ちゅーりっぷ丸」(波を乗り越え、船に積んでいる玉を落とさずに港に帰り着くゲーム)と脳トレ「キャップゲーム」(ペットボトルのキャップをあらかじめ固定してあるボードに「着」または「脱」を競うゲーム)を繰り広げ、約800名の参加者の笑顔と歓声にあふれた2日間になりました。



介護者のための相談電話

介護に疲れたとき…**ほっとライン**

介護に疲れて行き詰まったり、不安になったりしたとき、ひとりで悩まないで、ほっとひと息ついてみませんか？

☎045-450-3194

「お客様相談室」をご利用ください

「お客様相談室」では、事業やサービスについてのご意見やご要望をお受けしています。まずはお気軽にお電話ください。

☎0120-701-782 FAX 045-450-3158

※受付は年末年始および祝祭日を除く月曜～金曜の8:45～12:00/13:00～17:15まで。ご相談の秘密は厳守いたします。

協会の理念

- お客様の満足
- 人を大切にし共に育ちあう企業風土
- 公正で透明感のある企業倫理

社会福祉法人 横浜市福祉サービス協会

〒221-0055 神奈川区大野町1-25 横浜ポートサイドプレイス4階

☎045-450-3110 FAX 045-450-3115

ホームページ <http://www.hama-wel.or.jp/>

