

まいづる元気人

Vol.58

世界で活躍するまいづる人

単身でドイツに渡りプロダンサーとして活動する奥西さん。ダンサーの中では決して身体は大きいほうではありませんが、小さな身体で表現されるダンスと笑顔がとても魅力的で来シーズンの主役が決まっています。今回は、そんな「世界で活躍するまいづる人」をご紹介します。



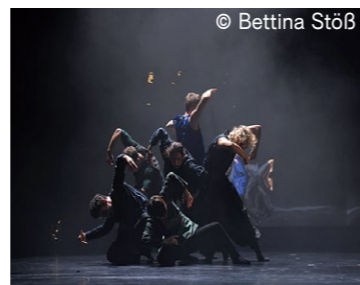
プロダンサー
奥西 れい さん



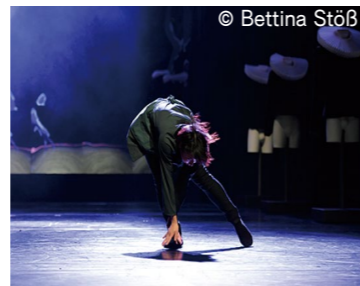
▲劇場前にある噴水にて

昨年の9月からドイツ南東部のバイエルン州レーゲンスブルクでプロダンサーとして活動している奥西さん。
3歳からクラシックバレエをはじめ、小学校から高校までは地元舞鶴の学校に通いながらバレエを習っていた。バレエスタジオの恩師に勧められた大学に進学し、転機が訪れたのは3年生の時だという。現在所属する「Theater Regensburg Tanz (シアター・レーゲンスブルク・タンツ)」の日本人芸術監督が神戸でワークショップを開き、それに参加。大入学前は、「コンテンポラリー・ダンス」という現代的な舞踊には全く踏み込んだことがなかったのだが、監督の魅力・世界観に魅かれ、ドイツで開催されるオーディションを受けた。600人以上の応募者から書類審査を通過し当

日のオーディションに進めたのは男女各20人。女性の合格予定者は1人という難関を、何とか合格をつかみ取り、舞台上立つという子どものころからの夢が叶ったという。
「ここまで来れたのは、家族をはじめ、いろいろな人に助けてもらい、後押しがあったからこそだと思います。」
毎日ドイツではレッスンや語学の勉強と大忙しなので、日本を離れた寂しさを感じる時間もありませんが、やはりふるさと舞鶴に帰省したときは心がホッとします。特に五老スカイタワーからのぞむ山や海など自然に囲まれた素敵な舞鶴の景色を眺めると、心の中が「無」になるほど引き込まれる美しさを感じます。子どもの頃は外でよく遊び、自然との距離をすこく近くに感じながら過ごしていたからだと思います。



▲作品名「Shakespeare Dreams」



▲ソロで踊る様子

私は小さいころから踊ることが大好きで、約20年間踊り続けてきました。楽しいことだけではなく、苦しいことや悲しいこと、つらいこともたくさん経験しましたが、その一つひとつの経験が私を強く、また大きくしてくれました。そして、何よりも「継続」することで気付くことがたくさんあることを学びました。舞鶴の若い世代の皆さんには、たとえ困難なことであっても果敢に挑戦し自分の限界まで続けて行けば、必ず道は開けると信じて、さまざまなことに挑戦してほしいと思います。」と充実した表情を浮かべる。
「現在は、言葉の壁はあるものの毎日が刺激的です。徐々に今の暮らしにも慣れて来たので、まずは10月末から始まる主役の舞台に向けて最高のパフォーマンスができるよう頑張りたい」と次の挑戦への意気込みを語ってくれた。

たまには愚痴も
言いながら

認知症介護は一人じゃない。

認知症介護家族のつらい

市では、毎月第3金曜日に「認知症介護家族のつらい」を実施しています。認知症の人を介護をしている家族が悩みを話したり、アドバイスをもらったり、励まし合いながら介護と向き合っています。介護初心者の人から介護を卒業した家族までさまざまな人が参加し、介護のコツや気の持ち方などを「認知症を抱える家族を援助する会」に教わったり認知症に関する勉強会も実施しています。
※毎月26日以降の「お知らせ」で日時を紹介【問い合わせ先】高齢者支援課 ☎66・1018

介護をしている同世代の人と出会い、気持ちが楽になった。

他の介護している家族の話聞いて、対応方法が勉強になった。

以前は介護中に怒ってしまうこともあったがつらいに参加するようになって自分が我慢できるようになった。

若手介護者の会 えくぼ

若手介護者の会「えくぼ」は、同じように悩み、同じように頑張っている若年介護者がやすらぎ苑丸山の家認知症カフェ職員の協力を得て発足しました。
子育てと介護の両立に悩んでいる人がひとりで悩まずすっきりできる皆でおしゃべりする「えくぼの会」を毎月第4水曜日の10時～12時にやすらぎ苑丸山の家で開催しています。
【問い合わせ先】高齢者支援課 ☎66・1018

介護マークを配布中

市では、介護者への配慮を呼びかける「介護マーク」普及に取り組んでいます。介護中に多目的トイレに付き添ったり、男性介護者が女性用の下着を購入するなど、介護の際に誤解や偏見を持たれる恐れのあるケースがあります。
介護者にとって介護しやすくなるための「介護マーク」を静岡県が作成。厚生労働省が全国への普及を呼びかけています。市でも、首から下げられる介護マークを高齢者支援課で配布中。必要な場合は同課にお問い合わせください。
【問い合わせ先】高齢者支援課 ☎66・1018



▲介護マーク

INTERVIEW

介護者は1日中悩みを抱え、誰にも相談できず過ごしています。つらいに参加するには勇気があることですが、そんな人にぜひ来てほしいと思います。話を聞くことで、気持ちの整理ができたり、認知症の人との関わり方が変わること、少しでも楽になってほしい。肩の荷を下ろしてほしいと思っています。認知症介護家族のつらいでは、自身の経験が参考になればと、すでに介護を終わられた人も参加し、介護中の参加者にアドバイスをしてもらおうこともあります。介護者同士がともに支えあう姿を見ると私たちもほっとします。
▶詳しくは、認知症を抱える家族を援助する会 ☎63・2086へ。



▲代表の隅垣道子さんとメンバーの皆さん

まいづる
花図鑑
vol145



ミカエリソウ (シソ科)

福井県以西の山地の木陰に群生する半低木。高さ50～100㎝、上部の枝や葉裏には毛が密生する。葉は楕円形で、長さ10～20㎝、幅6～12㎝と大きく、縁には鋸歯がある。秋、茎の先に細長い花穂を出し、淡紅色の唇形花をたくさん付ける。花は、上唇が浅く2裂、下唇は3裂する。
名前の由来は「見返り草」で人が振り返って見るほど美しい花を付けるというのだが…？
秋、青葉山を今寺(高浜町)から登ると杉林の下面に咲いている。
【協力】瓜生勝朗/市文化財保護委員(植物分野)