

【部会の活動—表現活動部会】

「いやー、とってもいい時間でした」 …ワークショップ「体をほぐし 声を楽しむ」

表現活動部会は2ヶ月に1回のペースで「朗読を楽しむ会」として昨年10月にスタート。谷川俊太郎の長編詩“耳を澄ます”を群読に仕上げていくなどの活動を行なってきました。5回目となる8月は、安中で行なった“茨木のり子の詩を読む会”(09年2月)で講師として指導いただいた俳優・歌手として活躍されている冷泉公裕さんをお呼びしてぜひ指導を仰ぎたいということでワークショップを企画、前橋市の東公民館での実施となりました。

冷泉さんからあまり多すぎてもということ、ちょうど程良い22名の老若男女が集結。輪になって手をつなぐ、ウェイブ、大きく小さく早く…。2人1組でリードしてもらいながらのブラインドウォークなど。うっすら汗ばむ程度にストレッチ、ウォーミングアップで体をほぐしていく。

「ふだん決してしない体形、どこか痛くなると思ったらゼロ。むしろ楽になってきました・・・」(Fさん)「多分生まれて初めて使った筋肉もあったかと思います。『腹式呼吸』とか『気』とかいろいろ聞いてきました。しかし身体全体の体調の結果が『声』になるというのは、わかり易く、ストーンと胸に落ちた気がします。」(Kさん)

初対面の人が多かったけれど自然に皆とのギャップも縮まってなんとなく一体感、仲間意識が生まれてきた。

休憩後渡されたプリントは、井上ひさしさんの“なのだソング”。4つのグループに分かれて、それぞれの朗読部分の分担と声色、表情、パフォーマンス等を繰り返し練習、表現を高めていく。

「今日は何の予備知識もなく、たんにボイスレッスンをやるからとの誘いで参加しました。正直『なのだソング』が始まった時にはびっくりしました。」(Tさん)

そして最後に全体発表。それぞれの班の創意工夫と練習の成果を順次発表しながら『なのだソング』を完成。

「今日は体をほぐすだけでもこんなに心と声が明るくなるとは思いませんでした。今まで出したこともない声と自分自身が出せました。すごく楽しかったです。」(Sさん)

「・・・身体・声・心がよーくつながっていると感じられました。こういうワークショップ、定期的に参加できたらいいなあ」(Oさん)

「初参加させていただきましたが、3時間がとても短く感じ、楽しいひとときでした・・・人前で話すことが大の苦手で参加しましたが、皆さんのびのび自分らしく表現する自然体の心を感じ、心地よかったです。」(Uさん)

「表現という事を学ばせてもらいました。私のような80歳の素人ばあちゃんにいい勉強ありがとうございます。1回終わって次の課題を更に深くしていく、さぐりを入れていく、先生の確かな眼力おそれいます。」(Sさん)

最後に、冷泉さんからのメッセージ。

「皆さんのそれぞれの性格、人生経験がかいま見られて楽しかったです。皆さん、とても率直で素晴らしかったです。変なてらいや屈折が少なく、いつかこのメンバーで小さな小さなお芝居を作りたいなと思いました。…」

(文責：下田紀史)



