

2025 年 4 月 15 日 演出ノート vol.1

ナラティブパートナーとの全体 MTG で、萩原さんから、「痛み」と「創造性」がどのようにリンクするのかわからないという言葉をもって、考えてみました。

問いを頼りに、自分の心の中を考えてみたところ、「結果としての作品」に対しては、創造性というキーワードが当てはまり、「プロセスとしての作品創作」に対して、「痛み」というキーワードが当てはまるように感じます。そして、わたし自身が、創作にあたる時に、「結果としての作品」と「プロセスとしての作品創作」に関する（自己）評価を分けるように意識していたんだっただけ、と思い出しました。

1. 結果としての作品に対して

わたしの母は、わたしが生まれたせいで、教授になりかけてたけど、なれなかったそうです。少しだけ、大人になってから、この話を聞いた時に、家の中からで起きる全ての「ケア」を悪者だと感じて、小さい時は、自分が夜うまく眠れないということだけで、「ケア」と必要としてしまうことが本当に憎かったし、ケア恐怖症でした。

父の危篤の時に、たまたま、父が1週間死ななかつたので、訪問介護士が行う家でのケアに立ち会うことになって、ずっと見ないようにしてきた家の中での「ケア」を、初めて超かった！！と思いました。

だから、ケアという行為のかっこよさとクリエイティビティーを社会にもっとわかってほしいという大きな野望がこの作品にはあります。わたしが思うケアの行為のかっこよさは、正解がないということです。それぞれの家には、独自の「ローカルルール」が存在します。道徳的に、これがいいこと／よくないこと、という価値観の外にある感じで、それは「倫理的」な感覚に近いと思います。

伊藤亜沙さんは、『手の倫理』で、道徳と倫理の違いに関して言及しています。伊藤さんは、道徳が持つ「すべき」という文脈は「できる」を含意しているのに対して、倫理は「すべき」とは別に「できるかどうか」というその人の能力を判断に含んでいると述べています。「すべきだができない」という状況に陥ったときに、迷い悩み、「自分には何ができるか」を考えることが倫理の創造性を生んでいる。この状況に向き合っていることこそが、わたしには、「超かっこよく」映るのだと思います！

1 回目のセッションで、何人かのホームケアリストが、「ケアの物語から、かなりそれてしまっただけ申し訳ありません」と言われていたのですが、この言葉を聞いた時に、わたしは、ケアの物語を探しているわけではなく、家の中でケアに従事する「人たち」の話を東京に出現させたいのだと気づきました。

あくまでも、ケアラーたちの「倫理的創造性」の話を聞きたいのです。

2. プロセスとしての作品創作に関して

「スマート smart」の語源が「痛み」や「苦痛」だということを、『スマートな悪』（戸谷洋志・著）という本で読んだ時、私たちが現代社会で抱える「痛み」の原因は、スマート社会にあると感じました。「鋭い」という意味も加わって、それから今日の私たちが思うような「賢い」という意味が出てきたそうです、今でも英語では「smart」という言葉で「痛み」を表す用法もあるようです。戸谷さんは、この本の中で、ダンスに足をぶつけた時の例えをだしています。ダンスの角に足をぶつくと、足が痛いという感覚以外はなくなります。頭がかゆいと思っていたとしても、感じなくなってしまう。つまり、痛みは感覚ですが、同時に人を無感覚にもさせるわけです。このように、余計なことを考えさせなくするところから、「鋭い」という意味合いが現れてきて、今日の私たちの思う「賢い」という意味合いが出てきたそうです。

つまりスマート社会は、「痛み」を内包するのではなく、「痛み」の余計なことを感じずに、目の前のことに集中できる性質、つまり「最適化」することを得意とした社会なのです。

また、「痛み」には、人を孤立化させる性質もあります。政治哲学者のハンナ・アーレントも、苦痛に陥っている人間は自分自身と向き合ってしまうと、それ以外の外界のリアリティから孤立してしまうと言っています。「簡単にわかられてたまるか」と、「わたしの痛みなんかに誰が興味を持つのよ」と相反する気持ちがあるかもしれません。

私が感じている苦痛は私だけのものであって、それを他人に伝えたり、共有したりすることはできない。

つまり、ひとりでテキストを書く場合には、自分から「痛み」を排除してしまいかねないと思ったのです。そこで、今回の創作のキーパーソンとなるのが、「ナラティブパートナー」です。そもそも、社会で歓迎されていない「痛み」という感覚を、この人になら、話してみてもいいかなと思える存在。この人だったら、きっと、自らの視点で相手の状況を判断してしまうことなく、相手の立場にたって、その相手が見えている世界に寄り添おうとしてくれるだろう。

ナラティブパートナーが、「痛み」を受け止めてくれたことで、この「痛み」について語ることは、単なる自己表現にとどまらず、社会的な行為として発展していくのかもしれない。

「痛み」にまつわるお話を書いてほしいわけではなく、スマート社会において、最も他者と共有することが難しい「痛み」でさえも語ることができるホーム・ケアリストとナラティブパートナー関係性の中で生まれる文章に出会ってみたいと思います。

2025 年 5 月 1 日 演出ノート vol.2

今、わたし自身、ホーム・ケアリスト的な立場で、来年の新作『子宮内膜チョコレート』という作品を書いています。わたしの子宮内膜症当事者としての感覚を言葉にしていきたいなと思っているのですが、文章にしていく時に、オートエスノグラフィーという手法を参考にしていこうと考えています。オートエスノグラフィーは、簡単にいうと、自らの経験や物語を通して、文化的・社会的・政治的に調査していく方法です。オートエスノグラファーが用いているテキスト執筆の手法として、以下のガイドで紹介されていた「テキスト・スピニング」という方法がとても興味深かったので、ぜひみなさんと共有できればと思います。『オートエスノグラフィー』の本を参考に、わたしが、「テキスト・スピニング」に関して書いてみた文章です。もう少し、噛み砕いた形で、ホーム・ケアリスト全体ミーティングでも紹介しようかなと思っています。

あとは、番外編として、子宮内膜症のリサーチとして実施した「多面体インタビュー」を紹介します。こちらは、普段、演技を教える時に、球体ではなく「多面体」として役を構築することを目指しているのですが、今回の作品にとっても、「多面体」は大きなキーワードになってくると思います。東京で「見えないもの／見えないことになっているもの」を現出させるというコンセプトは、言い換えると、東京で見えないことになっている、私たちの「一面」とも言い換えられるかもしれません。そして、その「一面」に、本人も気づいていない可能性があるなと思っていて、サテライト・コール・シアターでも、そういう「一面」とたくさん出会いたいなと思っています。



<https://www.shin-yo-sha.co.jp/book/b614738.html>

【テキスト・スピニング (Text Spinning) とは？】

テキスト・スピニングとは、自分の経験や語りを「ひとつの固定された語り方だけでなく」、いろいろな角度・視点・文体で“書き換えて”みるという試み。

ひとつの経験や語りを、さまざまな視点や文体で書き換えてみるという、オートエスノグラフィー（自己民族誌）における創造的な実践手法のひとつ。

この言葉は、オートエスノグラフィーの提唱者の一人である Stacy Holman Jones によって使われており、理論として厳密に定義された枠組みというよりも、創作的な書く行為＝動詞的なメタファー（比喻）として紹介されています。

私たちは普段、「この出来事はこうだった」とひとつの言い方で語りがちだけど、同じ出来事でも、そのときの自分の立場や感情、周囲の人との関係によって、語り方は変わるし、見え方や意味も変わってくる。

たとえば、「誰かの言葉で救われた」という体験があったとしても、

- それを今の自分が語るときと、
 - 10 年前の自分が語るとき、
 - 第三者の立場から語るときでは、
- 全く違う風景や重みを持つことがある。

テキスト・スピニングは、そうした「語りのゆらぎ」や「経験の多層性」を大切にしながら、ひとつの出来事を何通りにも表現してみることを意味する。

【テキスト・スピニングの具体例】

1. 視点を変えてみる

「私は毎朝、痛みを感じながら起き上がる。」
→「彼女は目覚ましの音に気づかないふりをしていた。腰の奥に重い釘が打たれていることを感じていた。」

一人称（自分の視点）から、三人称（誰かを見ているような視点）に変えることで、距離感や空気感が変わる？

2. 文体を変えてみる

「今日はとてもきつい痛みだった」
→「きしむ。きしむ。呼吸とともに。わたしの体が告発してくる。」

事実を記録する文体から、詩のような文体へ変えると、感覚や感情の濃度が変化する？

3. 感情・感覚を掘り下げてみる

「その日、私は泣いた」
→「なぜ泣いたのかを、言葉にできないことが悔しかった」
→「涙のおかげで、そのとき初めて“私”になったのかもしれない」

出来事→感情→意味と、だんだん深く書き換えてみることで、語りの奥にあるものを探してみる。

4. 誰として語るかを変えてみる

「私は母の介護をしている」
→「あの人は、いつも背中をまっすぐにしていたけど、実は痛みに耐えていたのだろうか」
→「もし私の母が、私の日常を見ていたとしたら、なんて言うだろう」

当事者としての語りを、医療者、傍観者、過去の自分、あるいは“ケアされる側”の視点から語ってみる。

【テキスト・スピニングの効果】

◎ 自分の語りに新しい「形」を与える

同じことを繰り返し語ることで、自分でその出来事を「固定」してしまうことを避ける。書き換えることで、「他の見え方・感じ方もある」と気づくことができるかも。

◎ 読んでくれる人との関係性を柔らかくする

一人称だけでは伝わらないことも、別の文体や視点を通すことで、読者や聞き手の想像力を引き出すことができるかも。

◎ 痛みや体験に、社会的な背景を与える

「なぜ私はこう感じたのか？」を掘り下げることで、それが個人の問題ではなく、社会の構造や価値観の問題とつながっていることに気づけるかも。

番外編「多面体インタビュー」

● 目的

対人関係によって変化する「自分」の多面性を通じて、子宮内膜症の経験を立体的に捉えてみる。

● 流れと進行

1. 多面体のイメージの導入：

「あなた自身を、“球体”ではなく“多面体”と捉えてみてください。それぞれの面が、対人関係ごとに変化する“自分”です。」

2. シーンの洗い出し：

「日常生活の中に存在する“シーン”を、できるだけ多く挙げてみてください。たとえば、『職場で』『家で』『病院で』『電車の中で』など。」

3. そのシーンごとの“役”を言語化：

「それぞれのシーンにおける他者との関係性の中で、あなたが演じている“役”は何ですか？」

4. 以下の質問に、“役”を選んで答えてもらう：

- (1) 初めて子宮内膜症と診断されたとき、どう感じましたか？
- (2) 症状のなかで一番困っていることは何ですか？
- (3) 子宮内膜症にまつわる出来事の中で、最も心に残っていることは？
- (4) 今、子宮内膜症についてどのように感じていますか？

- (5) どの“役”のときに、痛みをもっとも強く感じますか？
- (6) 痛みを他者に伝えられる“役”はいますか？
- (7) 痛みを他者に隠している“役”はいますか？

● 課題

- ・ 安全な空間を保つこと（沈黙・戸惑い・言い直しを歓迎する）
- ・ 「うまく話させる」ことではなく、「話したい形で出てくるのを待つ」
- ・ 言葉にならない表現を信頼する/ 信頼してもらう

2025 年 5 月 25 日 演出ノート vol.3

今回、人生で初めて企業と仕事をしていますが、KPI 目標を設定するように言われ、とても戸惑いました。そもそも、KPI という言葉すら初めて聞いて、ネットで調べたら、「プロジェクトの目標達成度を測るための指標/業績や成果を数値化して進捗状況を把握するためのもの」と出てきました。

企画のゴールとして、「家庭内ケアの可視化と社会的認知の向上」というありきたりな言葉を書いたのですが、「どのように可視化しどうしたら社会的認知が向上したといえるか」という指摘を BUG から受けました。

「家庭内ケアの可視化と社会的認知の向上」を数値化するとはどういうことなのだろう、と考えながら数ヶ月過ごしてきて、前田健太郎『女性のいない民主主義』（岩波新書、2021 年）という本を読んでいる時に、ヒントになりそうな「三次元的権力」という言葉に出会ったので、ナラティブパートナーのみなさんと共有したいと思いました。（面白くなってきたところで、フランス高速鉄道 TGV の中に忘れてきてしまい、とても悲しいです。）

「権力の三つの次元」

権力には、「三つの次元」がある。多数決の行方を左右するなど、明示的な行動の変化をもたらす権力は、表面的な「一次元的権力」と呼ばれる。政治の争点になること自体を妨げ、現状の変化を阻止する権力は「二次元的権力」と呼ばれる。さらに、争点が完全に隠蔽されると、当事者すら問題の所在に気がつかなくなる。このような、現状に対する不満を抑制し、紛争自体を消滅させる権力を「三次元的権力」と呼ぶ。

（前田健太郎『女性のいない民主主義』）

「家」と三次元的権力——家庭内ケアをめぐる不可視性の構造について

『サテライト・コール・シアター』では、「家」でのケア労働——介護、育児、看病など——を担う人々の経験に焦点を当て、その語りに耳を傾ける場をつくっている。こうした「私的空間」での営みをどのように「公共的な問い」として可視化しうるか。これは単なる表現の問題ではなく、「社会的構造」そのものに対する批評でもあると考えています。

この視点を深めるうえで、スティーヴン・ルークス（Steven Lukes）が著書『Power: A Radical View』（1974 年初版／2005 年改訂版）で提唱した「権力の三つの次元」という理論は示唆に富んでいます。

ルークスの「権力の三つの次元」とは

- 一次元的権力：目に見える争点上での意思決定。
（例）AがBに反して何かをさせる。
- 二次元的権力：争点になること自体を妨げ、議題にすらならない。
（例）アジェンダ設定や発言機会の抑圧。
- 三次元的権力：人々の「欲望」や「信念」の形成を通じて、支配的な秩序が「自然なもの」として内面化される状態。
（例）不満を不満としてすら認識できない状態。

争点が完全に隠蔽されると、当事者すら問題の所在に気がつかなくなる。このような、現状に対する不満を抑制し、紛争自体を消滅させる権力を『三次元的権力』と呼ぶ。

（前田健太郎『女性のいない民主主義』）

「家」でのケアと三次元的権力

この理論は、「家」の中で行われるケアの現実と驚くほど重なりを感じました。

多くのケア従事者は、

- 「これは家事の延長であり、仕事ではない」
- 「私がやるのが当然」
- 「助けを求めるのはわがまま」
- 「これは愛情だから報酬を求めるべきではない」

といった価値観を内面化しており、自らの負担や不公平さを「問題」として認識することすら難しい状況にあるように感じる。これはまさにルークスのいう「三次元的権力」が作用している例だと考えます。

→「家」でのケアは、社会的争点になることすらなく、「私的なもの」として沈黙を強いられてきた？

家庭内ケアの可視化について再度考えてみたところ、企画当初キーワードにしていた、「The Personal is Political.」という言葉思い出しました。



『サテライト・コール・シアター』の試み

私たちのプロジェクトでは、「家」でのケアに従事するものたちが半年をかけて自身の体験をモノログとして言語化していくプロセスを重視しているわけですが、ホーム・ケアリストとナラティブパートナーのセッションに立ち会うにつれて、これは単なる作品として演劇的創作ではなく、次のような意味も持つのかな、と思えてきました。

- 「これはただの私の生活」ではなく、
- 「この経験には社会的意味がある」と再発見する。

この「再発見」プロセスは、決して一人では無理だと思います。そもそも「三次元的権力」は、不満を不満とも思えないわけですから、ホーム・ケアリストは、ナラティブパートナーと共有するために、自らの経験や想いを外在化（物質化）し、ナラティブパートナーと一緒にそれらを「触り直す」ことによって、はじめて「それは構造の問題なのかもしれない」と気づくことが可能になるのかも？

声にならなかった声が言葉となって発せられ、社会との回路に開かれる瞬間が、三次元的権力に対する“微細な抵抗”であり、“再政治化”の行為になったらいいと思います。

『サテライト・コール・シアター』会期中を、
ホーム・ケアリストのとして「セルフケア」の旅にしたい！

「祭り」的な？！

5 回目のセッションでは、かなり多くのグループで、日常生活で落ち込んだり、怒ってしまったりした時に、ナラティブパートナーの方の顔が浮かんだ、とか、連絡しようと思った、という声が HC から聞こえてきていて、とても素敵だなと思いました。

友達でも、家族でも、仕事仲間でもない、「創作のパートナー」が生まれているところに立ち会っていて、ドキドキします。セッションを続けて、HC のことを知れば知るほど、彼らが抱えている経験や想いすべてを、観客と共有する必要はないと確信しています。わかってもらう必要もないし、楽しんでもらったり、共感してもらうためにサービスする必要もないし、すべて本当のことをいう必要もありません。

それでは、どんなテキストを目指せばいいのか。

あるセッションでナラティブパートナーから出てきた言葉がとても素敵だなと思いました。

会期中、物語をくりかえし語ることが、ホーム・ケアリストにとって「セルフケア」の旅にするためにはどうしたらいいのかな。

そのチームでは、HC の方が、よく「ナラティブパートナーと話している時間は、とても癒されてしまうけど、セッションをセラピーにはしたくない」とおっしゃっていて、私はその感覚がとても素敵だなと思っていたのですが、もしかして、本番期間は、HC にとって、「卒業前」みたいな感じになるのでしょうか。

おそらく、ナラティブパートナーの存在に、とてもケアされたと感じている HC は多いと思います。

でも、この作品のあと、HC たちをケアするのは、HC 自身になる。

だから、他の人のケアだけでなく、自分のケアも考えてみる「祭り」みたいな時間を目指したいなと思いました。

以下、私が、Chat gpt で祭りについて調べてみた事項です。今、12 個の物語が並行して進んでいますが、それぞれの物語と、少しずつバラバラに共通項があって面白いなと思ったのでシェアします。

① 非日常の時間と空間

普段の生活の時間の流れとは異なる「特別な時間」。仕事や義務からいったん離れて、いつもとは違う装いをし、違うルールで過ごす「非日常」の時間。

② 共同体の再確認

地域や信仰、価値観などを共有する人々が集まり、身体を動かし、声をあげ、食を分け合う。「私たちはこの共同体に属している」という感覚を伴う。

③ ケの時間からハレの時間へ

日本の民俗学では、「ケ（日常）」と「ハレ（非日常）」という概念がある。祭りは、ケの積み重ねによって疲れた身体と心を解放し、ハレを祝うことで再びケに戻っていくための「切り替えの儀式」。

④ 演じる／舞う

神話や歴史を再演する演目や、踊りや音楽を通じて、人々は言葉にならなかった感情や記憶を共有し、「語り」の原初的な力が立ちあがる。

⑤ 死者と生者のあいだをつなぐ

故人の人生を振り返り、語り合い、笑い、泣くこと。神や先祖とつながる「神事・仏事」としての役割も強く、個人の死を超えて、共同体のつながりを更新する機能があります。

「家」でのケアの物語のメッセンジャーみたいな役割になるとアルバイトみたいで、14日間もやるのは、絶対きついと思うのですが、自分にとって語りたいことを優先させることで、最終的に「世の中に現れるはずがなかった小さな個人の大切な物語」が、最終的に、社会構造を可視化するようなことが起きたらすごいな、と思うし、起きそうだな、と思っています。

以下は、最終回を迎える前の諸連絡事項です。私も、すべてのセッションに立ち合いますので、その場で、コメントさせていただきますので、特にご心配入りません。もし、下記に関して質問などあれば、メールでもメッセージでも連絡ください。

－ 会期中に配布するハンドアウト、メインキャプション、会場内文字情報を以下にまとめてみました。「電話がかかってきてから、切るまでのオペレーション」に関しては、現在、通信に関するテクニカルサポートメンバーに相談中で、19日のナラティブパートナーMTGで再度ブラッシュアップした内容をお伝えできればと思います。

「はい、サテライト・コール・シアターです。」と観客が発話する（会場に複数にいる場合は、スタッフの音がHCには届きます）。最後の観客の「ありがとうございました」という対応はなくなったので、10分が終わったらHCが自発的に電話を切れるきっかけを作っていただければと思います。また、コールセンターに電話をかけて、クレームをいう設定から始めるというのは、無視してもらっても大丈夫です。

- － ひとつあたりの物語の尺はなるべく10分以内をキープできるような工夫をお願いします。
- － HCの名前（ペンネーム）を言うか言わないかも自由です。
- － 6/25, 26（日本時間19:30-21:30）でグループをふたつにわけて、オンラインミニ発表会をしてみようと思います。（参加希望の方はぜひ！）
- － 最終回は、竹中も最初から顔出しで参加予定ですが、まだテキスト執筆にあたって、二人だけで作業をしたいというチームはぜひ教えてください！いつも通り、最後10分参加コースで行きます。

【6回目セッションでぜひやってほしいこと】

- － NPが声に出して読んで、聞いてもらう（HCが自身のテキストを客観的に聞いてみて、これはやはり言いたくない、という箇所があればカット）
- － HCが声に出して読んでみて、尺も計ってみる（声以外の音を使用する場合、音がキャッチできているかのチェック）
- － どのような体勢、ポジション、場所で語るかについての検討（もちろん、毎日変えてもOK）

【6回目セッション終了後に提出してほしいもの】

- － （構成）台本（ある場合は複数）
- － テキストにおける特記事項（テキストの設定などがあれば）
- － 現在の尺（ひとりで声に出すと早くなってしまう可能性があるので、セッション中に声に出して読んだ尺）
- － HCがテキストを繰り返し読むことで不安に思うこと