



talk! talk! talk! NPO法人クローバーリーフ理事・酒井貴子さん



NPO法人クローバーリーフ理事 酒井貴子さん

「写真を使って人を癒したり元気にしたり、人間の生きる力を育むことができないだろうか」。NPO法人クローバーリーフ理事の酒井貴子さんは、写真を撮って楽しむことで元気になる癒されたという経験をもとに、現在、難病の子どもたちに写真を撮る喜びを伝えるワークショップを行うなど、「写真を使って人を元気にする活動」をしている。今回は酒井さんの活動をうかがいながら、元気や癒しを与えるツールとしての写真について、これまでとは違った新たな写真の力を発見してみたいと思う。

プロフィール

さかい・よしこ。1958年、横浜市生まれ。長女の妊娠・出産をきっかけに英検1級を取得、アメリカ留学経験をも活かして2人の子供を育てながら英語講師や翻訳の仕事に従事する。外資系企業勤務を経て、2000年より米系投資銀行の人事部管理職として勤務するかたわら、カウンセラー養成講座に通って心理学やカウンセリングの技法を学ぶ。その後、精神的、肉体的に辛い時期を過ごしたことで、写真の「癒しの力」を実感するきっかけを得る。そして写真を本格的に勉強するため、風景写真のプロに写真技術の指導を受ける。2004年9月、特定非営利活動法人クローバーリーフを立ち上げ、写真事業を担当する。「写真には人を癒したり元気にしたりする力がある」として、写真の新たな可能性の追求と写真文化の創造を目指して現在活動中。主な活動実績は、長野県立子ども病院院内学級、城南看護学校訪問学級、フリースクール東京シューレなどにおける「デジカメを使ったワークショップ」、NTT東日本関東病院緩和ケア病棟における出張写真サービス、静岡赤十字病院での癒しの写真展、国立成育医療センター集中治療室への写真集の寄贈、「家族で楽しむフォトハイク」やスクラップブック教室の実施など。

写真がどん底の時期を支えてくれた この活動は写真への恩返し

クローバーリーフではどのような活動を行っているのでしょうか？

2004年の9月に設立認可を受けたNPO法人なのですが、子どもたちが元気に健康で輝けるようお手伝いをしたいということで活動を始めました。そのための事業として、私たちは食育事業、自然体験事業、写真事業という3本を軸にしています。食べることの大切さ、自然の中で体を動かすことの大切さ、そして創造的な活動を通して元気になってもらいたいという思いで、仲間とNPO法人クローバーリーフを立ち上げました。

酒井さんはそのうち、写真事業を担当されていますよね。

はい。写真というと通常、趣味として楽しむものだったり、または記録メディアとして使われているものだったりしますが、私の活動では少し違った形で写真を使っています。

私には人を元気にしたり癒したり、人間を成長させる力があると思っています。その力を医療や福祉、教育などの現場で活かしたいと思い活動を始めました。今は子どもを中心に高齢者やチャレンジド（病気や障害を持っている人）の方々にも写真を楽しんでもらうという活動を行っています。写真を撮るだけでなく、撮った写真を切ったり貼ったりしてスクラップブックを作るなどしてさらに写真を楽しんでもらっているんです。

元気を出すため、人を癒すためのツールとして写真を利用されているのですよね。まず、写真を使ってこのような事業を始めようと思ったきっかけを教えてくださいませんか？

きっかけというと、まず私と写真の出会いからお話したいと思います。写真を好きになったのは、子どもが生まれてから、子どもの写真をたくさん撮り始めた頃です。当時主人が海外赴任をしていたこともあって、撮った写真をアルバムにして送ったり、家族で海外に会いに行ったときにたくさん家族写真を撮ったりして、写って本当に楽しいものだと思っていました。

その後、子どもが大きくなるにつれてだんだんと写真を撮らせてくれなくなっていったんですが（笑）、2000年に受けた健康診断で異常が発見されまして、それが肺がんの前がん症状に似ているということで、しばらくの間、自分の命と向き合う辛い時期を過ごしました。あれこれ思い悩んで気持ちが暗くなると、さらに悪い事がどんどん重なっていくんですね。仕事はうまくいかない、家族にも問題が出てきてしまう、さらに体調も悪くなっていく。その頃は本当にどん底でした。そんなときにある友人から「何か楽しいことを始めなさい、楽しいことは体にいいから」と言われたんです。特に創造的なこと、自分がアーティストになるようなことをすればいいと助言をくれました。

それで再び写真を撮り始めたのですか？

ええ、最初は昔少し習っていた絵をまた始めようと思って画材を用意したのですが、描き上げるのに果てしなく時間がかかりそうだったし、技術的なものを追って行ってそこに縛られてしまいそうな気がしてあきらめました。そして再会したのが写真でした。あるときたった一人で紅葉を見に軽井沢に出かけたのですが、何気なく家のたんすの引き出しで眠っていた主人の一眼レフカメラを持ち出して旅行先で写真を撮りました。その写真には自分が感動した紅葉の美しさがしっかり写っていて、とても嬉しかったことを今でも覚えています。写真を見ているとまたその場にいるような臨場感というか、その時の感動を再体験できましたから。それ以来写真の面白さに夢中になり、カメラを持っては外に出て人や風景を撮り、本格的に風景写真の勉強も始めたんです。そうこうしているうちに、自分の中で徐々に変化が現れてきて、あんなに暗かった自分の気持ちがいつの間にか写真によって癒され元気になるっていったんです。体のほうは今でも経過観察になっていますが、今こうして元気に毎日を送っているのは本当に写真のおかげだと思っています。

酒井さん自身、写真から元気をもらい、癒しを受けたんですね。

元気になるまでには長い時間がかかりましたが、写真が人生で1番どん底だった時期の杖になっていた、光になっていたんだと思います。私がこれだけ写真に助けられて元気になったんだから、恩返しというとおかしいんですけど、写真で何か社会のためになることをしたい、そして自分の好きな写真を仕事にしたいと思ったのがこの事業を始めたきっかけなんです。

難病を抱えた子どもたちに とにかく写真を楽しんでもらいたい！

その後、クローバーリーフを立ち上げられたのですか？

はい。そう決めてから思い切って当時勤めていた会社を辞めて実現のために働きかけていたところ、ご縁があって、長野県立子ども病院の集中治療担当の先生とお会いする機会に恵まれました。写真にはこんな力があって私はこういうことがしたい、私に何かお手伝いできることはないでしょうか、という思いを告げたところ「うちの院内学級を紹介しましょう」と言ってくださったんです。

院内学級というのはどういったところなのですか？

病院に長期入院している子どもたちが勉強するために院内に設置された小、中学校のことです。毎日辛い治療を受けている子どもたちにとって、とても楽しみにしている場所なんです。以前「電池が切れるまで」という長野県立こども病院内学級で書かれた詩や画をまとめた本が出版され、ドラマ化もされたのでご存じの方も多いと思います。

院内学級で酒井さんは、具体的にどのような活動をされたんですか？

「デジタルカメラを使ったワークショップ（注1）」というものを行いました。2004年9月から2005年2月までは毎月1回、それ以降は年に数回、今でも定期的に行っているんですよ。まず子供たちにデジタルカメラを1台ずつ渡して病院内を自由に撮ってもらいます。テーマはあまり与えず、感じるままに好きに撮ってもらって、それをすぐにプリントアウトして切ったり貼ったりして、メッセージカードを作ったりスクラップブック（注2）をしたりします。

私も写真を撮ったあと、それをさらに絵葉書にしたりカレンダーにしたり、いろいろ加工したことがすごく楽しかった思い出があって、特に子どもですから、撮るだけでなくて工作することが楽しいんじゃないかというようなプログラムを考えました。そして私のワークショップで一番大切にしていることはいかに写真を楽しんでもらうか、ということ。それが元氣や癒しにつながるからです。

病気、とくに難病を抱えた子どもたちを前にそういったワークショップを行うことに不安はありませんでしたか？

私もこれまでに怪我や病気で何度か入院した経験がありましたから、どれだけ入院生活が大変かは知っていました。でも遊び盛りの小さな子どものことだからね、その大変さがどれほどのものなのか、院内学級に通う子どもたちが実際にどういう状態なのかをこの目で見て知るまではやはり不安はありました。でもあるとき、打ち合わせで院内学級に行ったんですが、車椅子に乗った子や点滴台を引いている子が「先生、ピンポンやるよ！」って教室の中で卓球台を広げて先生と卓球を始めたんです。子どもたちが楽しそうに笑ったり大きな声を上げて騒いでいるのを見たときに、胸の中にあつた何かがストンと落ちた気がしました。ここでは難しい病気を抱えた子が多いけれど、私は子どもたちを病人として見るのではなく1人の人間として接するようにしよう、もちろん治療に差し障らないように体の面で注意しなくてはならないことはあるだろうけれど、なるべく普段通りの感覚で、かえって外の風を入れるような気持ちでいよう、と思ったんです。



長野県立こども病院院内学級ワークショップの様子



院内学級のワークショップで子どもたちが撮影した写真のうちの1枚。先生の瞳と、その瞳に写る自分の姿を写している



枝にとまったトンボをしっかりとらえ、背景の病院が遠近間を出している

院内学級の子どもたちは本当に楽しそうに遊んでいたんですね。

そうですね。むしろ、健康な子どもよりももっと明るんじゃないかと思っただけです。それを見ていたら、こちらで構えることなく普通にいいんだなって。ほんとうに朗らかで明るい子どもたちなんです。



- ※（注1）ワークショップ＝専門家の助言を得ながら、参加者が自主的に意見交換をしたり、作業したりしながら進めていく体験型の学習、創造の場。
- ※（注2）スクラップブック＝1980年代にアメリカで誕生したアルバムづくりのこと。台紙に写真を貼り、周りにはイラストやタイトルを添え様々な装飾をする。自分史や家族の歩みを記す新しい方法として、日本でも徐々に定着しつつある。

子ども目線でストレートに表現された写真「毎回その感性に驚かされています」

あんなに小さいのに、子どもたちは命と向き合って生きていますね。だから洞察力や観察力がすぐれているし、哲学的な考えも深いものを持っているように思えます。大人が気づかないようなことをふっと言ってみたり、写真にそれを表現してみたり、毎回行くたびに彼らの深さに驚かされてしまいます。

また、深いと同時にとても優しいと感じました。友だちや自分たちをケアしてくれる人たち、ご家族を思いやる気持ちを持って。私は子どもたちから教わることがあるし、毎回新しい発見もあって、ワークショップ行くたびにうれしい、楽しい時間を過ごさせてもらっています。「元氣をあげたい、癒してあげたい」なんて思っていたけれど、反対に実は私も子どもたちから元氣をもらっているみたいなんです。

子どもたちはどんな写真を撮るんですか？



印象に残っているのは退院前の女の子が青空に浮かぶ雲ばかりを十数枚撮っていたこと。すごく開放的な気持ちが表示されている写真だと思います。あとは冬に行ったワークショップで、中学生の男の子が葉がいっぱい茂った木と少し葉が落ちた木、全て葉が落ちてしまった木を撮ってきたんです。その写真でスクラップブックをしたとき、彼はその3枚の写真を並べてコメントは何もつけず、ただ「TIME」というタイトルをつけたんです。まだ中学になったばかりの子が、時の流れと命の変遷というものをこんな風にとらえているのかとすごく驚かされました。とにかく毎回、その感性に驚かされるような素晴らしい写真を撮ってくるんですよ。

たしかに、このアメの袋に描かれたキャラクターの写真など、大人ではまず撮ろうと思わない、大人では撮ることができない感性の写真ですね。



キャラクターを画面いっぱいに大きく入れ、
構図を工夫している様子がわかる

ワークショップを通して、子どもたちの反応はいかがですか？

毎回とっても楽しみにしてくれています。以前、ある子は脳の障害のために体が思うように動かさず、気持ちも沈んで、院内学級にも来られなくなってしまったんです。でもこのワークショップに誘ったら参加してくれて、よほど写真を撮るのが楽しかったり、褒められたりしてうれしかったんでしょうね、このワークショップには毎回参加してくれました。そのうちに、最初は震えて思うように動かさなかった指もうまく使って写真を撮れるようになり、毎回撮った写真を長い時間かけて一生懸命切り貼りして作品を仕上げていました。これほどまで一つのことに取り組んでいる姿を見てご両親もとても喜んでくれて、その子は早速デジタルカメラを買ってもらい、私たちがいないときにも自分で写真を撮る楽しさを知ったようなんです。

またある子は、一時は治療もままならないほど不安定であった精神状態が、私たちのワークショップで写真を撮るにつれてだんだんと落ち着いてきて明るくなり、その変化には治療を担当していたお医者様もとても驚かされていました。その子が友達と撮り合った写真にはすごく楽しそうにしている彼女が写っていて、院内学級の先生も「こんなにいい顔をしているのは見たことがないですよ」と言われたくらいです。

写真の力を感じるエピソードですね。

私も日々写真の力を実感します。写真を撮ることは前頭葉を刺激して脳の活性化につながったり、自分の好きな写真を見ることでリラックスしてストレスが低減する、というのが医学的にも認められているそうです。構図を頭で考えて撮って、見て感動して、写真を撮ることで心のリハビリになるし同時に脳のリハビリにもなる。そしてコミュニケーションのツールにもなるんですね。

撮ってもらうことで得られる癒し 思い出の写真を見て得られる癒し

その他にも、フォトハイクという活動を行っているそうですね？

はい。小さなお子さんのいるご家族みんな、自然の中で写真を撮る楽しさを感じようという活動です。小さな子がいるとなかなか外に出る機会も少なくなってしまうんですが、こうして親子で楽しめる機会を与えることで、写真を通して家族みんなでの楽しい思い出を使ってもらいたいというのをひとつの目的としています。そして、小さな子どもでも、自分で被写体を探して撮って、ちゃんと写真を撮るんだということをご両親に知ってもらいたいと思っています。子どもだからまだ無理、ではなく、子どもは子どもなりの感性や表現方法があって、きちんと表現する機会を与えてあげることが大切だということに気づいてもらえたらと思うんです。事実、最年少では2歳弱の子が4歳のお兄ちゃんと一緒に写真を撮って楽しんでいるんですよ！

シャッターを押すだけという単純な作業だからこそ可能なことなのでしょう。カメラは子どもの感性を育てるのにも適したツールなのですね。

昨年の7月からは、NTT東日本関東病院の緩和ケア病棟で患者さんの写真を撮って差し上げるという活動もしています。これは患者さんが撮られる側になることで癒されることを目的としています。緩和ケア病棟は現代医学では治療が困難な方の体と心の様々な苦痛を和らげ、ご家族とともに豊かな時間をお過ごしいただけるよう支援をするための専門病棟なんですが、そこに入院されている方のポートレートや家族写真を撮って、ペーパーフレームなどに入れて差し上げています。たとえば女性の方だと、どんな時でも綺麗でいたい気持ちってありますよね。現在メイクセラピストの方と一緒に活動しているのですが、プロの方に綺麗にメイクをしてもらって時にはドレスアップして、美しい自分を写真に残しておくということでご本人、ご家族にとっても喜ばれています。いい表情をした写真を見てると、「いい自分」のイメージが自分の中に入ってきて癒しにもなるようです。

撮ってもらって癒されるという力もあるんですね。

また、ある患者さんは登山が好きで昔はいろいろなところに行っていたそうなんです。ある日、病院の中庭に元気な頃に登った山の登山口あたりで咲いていた花や木があることに気づいて、自分の命の続く限りそれらの姿を撮ってゆきたいと私に言うんです。それでは一緒に撮りに行く約束をして、訪問させていただいたときに中庭の植物の写真を一緒に撮りました。最後はカメラを構えるのも辛いということで、私が患者さんの目になって手になって、こう撮って、ああ撮ってという指示をもらってシャッターを押しました。プリントしてもらってと毎回とても喜んでくださって.....写真を見ながら、登山の思い出を楽しそうに話してくださいました。

昔の写真を見て懐かしむこともありますが、その患者さんの場合は思い出を呼び起こすものの写真を撮って昔の記憶をたどっている。

患者さんたちは自分の写真を飾って先生方にいろいろなお話をされているそうです。ライフレビュー（昔を振り返り、起こったことやそのときの心情を話すことで元気になったり癒されたりすること）になっているんですね。撮られた1枚の写真の中にはそれぞれの方の人生、生き方、いろいろなもの凝縮されているんです。

つくづく、写真というのは不思議なものだと思います。写っているのはその瞬間見たものなんですけど、撮ったときの自分、今見ている自分、そこにはいろいろなお気持ちが詰まっているんですね。これが写真の持つ力だと思います。

元気を与えるつもりが与えられ.....「今でも写真に支えられているんです」

撮った人にとっても、撮られた人にとっても、その写真がその方の自信や自慢になっているような気がします。それが元気につながっているのではないのでしょうか。

そう、まさにそうだと思います。写真はすごく敷居の低い、子どもにもチャレンジにもできる創作活動なんです。気楽にできるけれど奥が深い、そういう部分がある気や自信になるんだと思います。

デジタルカメラが出来てからは、操作がどんどん簡単になりボディも軽くなって、本当に誰でも楽しめるものになりましたよね。後ろにモニター画面がついているからファインダーを覗かなくてもいい。そうすると、たとえば寝たきりの方でも指だけ動かさず撮れるんですよ。院内学級でのワークショップも、デジタルカメラだからこそできたんだと思います。



すぐにプリントアウトもできますし。

そうなんですよ。その場で撮ったものがすぐ写真になることが子どもたちの興味をより惹きつけていると思います。それに1か月後の次回ワークショップになってやっと写真が出来上がってくる、なんていうのでは感動も薄れてしまいますから。

今後の目標や展望などありましたら教えてください。

本格的に活動を始めて1年ちょっとなので、今はまだ試行錯誤、写真で何ができるのかを模索しているところです。でも、写真が脳を活性化させるいいツールになるということを実感できたことで、将来的にはたとえば痴呆の予防や改善、神経難病や高次脳機能障害の方のリハビリなどにも活用することができないかと思っています。

それから私は小学校で英語も教えているんですが、普通に学校に通っている子どもたちも色々な問題を抱えているように見えます。学級崩壊までいかなくても、クラスがまとまりを持たず先生が大変苦労されている様子を見ると、子どもたちが思うように、うまく自己表現できていないのかなと思うんです。

その心の叫びのようなものを写真で表現させてあげることのできるワークショップをやりたいですね。そしてこれからも、1人でも多くの病气や障害をもっている方々に写真を楽しんでもらえるような活動を続けていきたいと思っています。

では最後に、これまでの活動を通して、酒井さんが1番強く感じたことを教えてください。

うーん、そうですね.....感じた事はたくさんあるんですが、そのなかでも1番感じたことは「写真の力で本当にすごいな」ということです。写真は誰もがこんなにも気軽に楽しめるものでありながら、人を元気にしたり、癒しを与えるためのツールという新しい使い方ができるものなんだと実感しています。また、院内学級のワークショップを通して、初めはこちらが元気をあげようと思っていたのに、反対に私が元気をもらったりたくさんのことを教えられたりしているんです。さらに活動を通していろいろな人に助けていただいたり、いい縁が繋がっていったりして。ほんと、私は写真に今でも支えられているし、写真にいろいろな贈り物ももらっているんだなと思います。



院内学級のワークショップで、入院している友だちを撮影した1枚

[> コンテンツトップへ戻る](#)

※掲載している情報は、コンテンツ公開当時のものです。

株式会社 **ニコン** 映像事業部

株式会社 **ニコン** イメージング ジャパン

© 2019 Nikon Corporation / Nikon Imaging Japan Inc.