



宮崎県演劇協会 会長

黒木 朋子(くろぎ ともこ)さん

社会人劇団で役者として15年間活動したのち、平成4年からは多くの舞台演出も担当。平成21年には宮崎県演劇協会会長に就任し、演劇界の発展に尽力している。人と人のコミュニケーションの場を作るワークショップデザイナーとしても活動中。

「見る」「聞く」「伝える」という演劇の基本的な技術は人と人の関係づくりにも役立ちます。

宮崎市で輝いている人を紹介する「キラリ!宮崎人」。今回は、演劇で培った経験や技術を生かして、コミュニケーションの場づくりを行っている黒木朋子さんです。



▲これからの活躍が楽しみな劇団「キッズインザルーム」。

演劇で培った経験を子どもたちに

今年5月、宮崎市民プラザで演劇講座を受講した5人の小学生が、劇団「キッズインザルーム」を旗揚げしました。劇団では子どもたちが集まると、誰かの動きをまねしたり、銅像になってみたりなど、まるで遊んでいるような稽古が行われています。「稽古では、演劇の基本である『見る』『聞く』『伝える』といった能力を、遊びを通して培っています。私たちが自ら感じ、学び取る。そんな体験学習としてのスタンスを大切にしているんですよ」と、指導者の黒木さんは話します。

黒木さんが子どもたちとの関わりを大事にしている背景には、カメラマンとして仕事をしてきた時の経験があるそうです。「小学校の卒業アルバムを担当していたのですが、友達同士で仲良くしているように見えて実はすごく気を使っていたり、コミュニケーションが上手にとれていない様子を子どもたちから感じたいんです。これでは人と人の関係づくりが大変。演劇で培った経験を生かさないかと思うようになったんですよ」

演劇に重なるワークショップデザイン

黒木さんは演出家として仕事をしながら、ワークショップデザイナーと

いう資格を取得しました。これは人と人のコミュニケーションの場をつくる専門資格のことで、黒木さんはその要素が、演劇で培った経験と重なることに気付いたそうです。「実は私自身がコミュニケーションをとるのが苦手で、どうにか上手になりたいと悩んでいました。そんな時に出会ったこの資格は、演劇の考え方や練習方法と通じるところがたくさんあったんです。これを活用すれば、演劇の経験をワークショップという形式で伝えていくのでは、と思っただけです」

誰もが役者で演出家

多くの劇団を指導しながら、演出家として活躍し続けている黒木さん。実は私たちの誰もが、毎日の生活で芝居をしていることを教えてくれます。「遅くに帰宅して奥様に顔を合わせる時のご主人、家で一人くつろぐ高校生：誰もがいろんなシーンで芝居をしていて、その全てで自分を形作っています。演劇はそれを技術的にやっているだけ。演劇という遠い存在に感じる人もいるかもしれませんが、皆さん一人一人が人生という物語の役者であり、演出家だといえますね」。ワークショップを通じてコミュニケーションの機会を、今後は大人にもつくっていききたいという黒木さん。新しい舞台が幕を開けようとしています。

旬食レシピのお弁当

旬の食材を使ったお弁当のレシピを紹介します。お弁当に限らず、普段の食卓にもぜひ活用ください。

ニラのチキンボール

きゅうりとパパイアのサラダ



宮崎市では年間約150トンの鰯の水揚げがあり、冬から春にかけて多く漁獲されます。

vol.07

あじ 鰯のごま焼きポケットサンド

ふっくら香ばしく焼いた鰯をパンに挟んだ簡単サンドイッチ。

[材料] (6個分)



鰯(三枚におろしたもの) …… 1尾分(100g程度)	白炒りごま …… 大さじ4	バター …… 適量
塩 …… 適量	サラダ油 …… 大さじ1/2	マスタード …… 適量
☆薄力粉 …… 大さじ1	★しょうゆ …… 大さじ1	レタス …… 60g
☆溶き卵 …… 大さじ2	★みりん …… 大さじ1	トマト …… 1/2個
	食パン(6枚切り) …… 3枚	マヨネーズ …… 適量

[作り方]



1 鰯は中骨を取り除き三等分に切る。軽く塩をふり10分ほどおき、出てきた水分をキッチンペーパーで拭き取る。



2 ボウルに☆印の材料を入れよく混ぜ合わせ、1の表面につける。両面に白炒りごまをまぶす。



3 フライパンを熱しサラダ油をひく。弱火で2の両面をじっくり焼き、火が通ったら取り出す。同じフライパンに★印の材料を入れ中火にかける。沸騰したら1分ほど煮て火を止める。鰯を戻し入れ、たれを絡める。



4 食パンを半分に切り、断面に切り込みを入れる。トースターで軽く焼き、切り込みの内側にバター、マスタードを塗る。3、レタス、マヨネーズ、薄切りにしたトマトを詰める。

焼く際にふたをすると火の通りが早いです。

パンをトーストすることで、香ばしくなります。



●レシピ監修/レシビユニット「みやちゃぶ」

「みやちゃぶ」は「食」に興味旺盛な3人で運営しています。特産物や旬の食材を使ったお手軽レシピをお届けします。メンバー/飯田みどり、佐藤薫、青木直美