

表紙

福知山AtoZシリーズ

福知山AtoZシリーズ

「イシワタマリを介護するときに読んでほしいAtoZ」

発行日 2019年3月1日
文 イシワタマリ
絵・写真 イシワタマリ、丸山桂、ヒントン実結枝、北見智美、水田ウタコ、ちとせ
協力 塩見直紀（福知山公立大学特任教授）
浅井ゆうみ（福知山公立大学2回生 デザイン担当）
山山アートセンター
発行 福知山AtoZ研究所（福知山公立大学 塩見直紀研究室内）
090-6249-6539（塩見直紀）
〒620-0886 京都府福知山市字掘3370

この冊子は京都府地域力再生プロジェクト支援事業交付金を活用して制作しました。



LOVE
アート
ひょうたん
文（ふみじ）、福知山
結婚、家族、苦肉の策
バスケットベルリン
なんてない
「絶対」
学校
横浜、やすくん
山岳信仰と宗教社会学
クリスマス
自由と情熱
と時間配分と
手垢まみれ
ニバーの祈り
笑う
Que serà, serà
Viva La Vida
いろいろ
Red
魚座のムスコ
パレードクス
Drunken Dance
魔王の万喜はあさん
絵本
男と女
ちとせ

はじめに

誰もがみないずれ死にゆく。そのことを忘れずにいたい。

私の夢は、死ぬまで生きること。

最後のほうはきっと自分で自分が誰だかわからなくなって、見ず知らずの人に心身を預けなければ食事も入浴も排泄もままならないであろう。それでも生きたい、最後まで。

・・・そんなわけで、私を最後にこの世から送り出してくれる家族、介護職員、医師、看護師、ついでに葬儀会社の人にも読んでほしい自己紹介、AからZの26項目でお送りします。それは私がたまたま自己主張強めだからではなくて、どのおじいさんおばあさんもみんながこんなA to Z本を持参したらいいだろうと思うからです。

人間をとりまく介護が、医療が、葬儀が、もっと人間臭くて色鮮やかなものになることを夢見て。

プロフィール

イシワタマリ

美術家。1983年横浜市生まれ、京都府福知山市在住。慶應義塾大学で「スピリチュアリティにまつわる社会学」を学び、ニューヨークで「アート」の存在を知る。アーティスト・イン・レジデンスでスペイン北部バスクやベルリンなどに滞在した経験を活かし、2015年より京都府北部を拠点に「山山アートセンター」構想を展開。自らの生活上の悩みを糧にしながら「とにかく生きようとする人のネットワーク」を作る。2018年より、高齢・障がい・児童の複合型福祉施設 Ma・RooTs（みねやま福祉会／宮津市）で広報兼アートコーディネーターを担当。

CONTENTS

- A** Art
アート
- B** Basque - Berlin
バスクとベルリン
- C** Chitose
ちとせ
- D** Drunken Dance
Drunk Dance
- E** Ehon
絵本
- F** Fumito, Fukuchiyama
文人(ふみと)、福知山
- G** Gakkou
学校
- H** Hyoutan
ひょうたん
- I** Iroiro
いろいろ
- J** Jiyu, Jonetsu & Jikanhaibun
自由と情熱と時間配分と
- K** Kekkon, Kazoku & Kuniku-no-saku
結婚、家族、苦肉の策
- L** Love
Love
- M** Majo no maki bahsan
魔女の万喜ばあさん
- N** Niebuhr no inori
ニーバーの祈り
- O** Otoko & Onna
男と女
- P** Paradox
パラドックス
- Q** Que será, será
Que será, será
- R** Red
Red
- S** Sangaku Shinko & Shukyo Shakaigaku
山岳信仰と宗教社会学
- T** Teaka mamire
手垢まみれ
- U** Uoza no hito
魚座のひと
- V** Viva la Vida
Viva la Vida
- W** Warau
笑う
- X** X'mas
クリスマス
- Y** Yokohama, yasukun
横浜、やすくん
- Z** Zettai nantenai
「絶対」なんてない



Basque - Berlin

アートとは?私にとってそれは、生きる知恵。子どもの頃から世の中があんまり好きになれなくて、絵を描くことを逃げ場にしてきたけれど、それをつきつめていくうちにいつの間にか世の中とつながり直すことができた、そんな人生。アートがあろうがなかろうがとにかく生きてきた、ということなんだけど。

アート

23歳から24歳にかけて、スペインのバスク地方とドイツのベルリンで暮らした。初めて親元を離れた土地でもあり、初めてアーティストとして暮らした土地でもあり、初めて「日本人」としての自分と向き合った土地でもあり。

バスクとベルリン



Chitose

30歳のとき初めて産んだ子どもの名前。故郷の横浜に里帰り出産。「ちーちゃん」という呼びかたに慣れて、ちひろ?ちさと?ちづる?...と夫といろいろ案を出しあった結果、ちとせを採用。

ちとせ



D

Drunken Dance

お酒が大好き。ほろ酔いで踊るとさらに最高。ズバ抜けた運動オンチの私は、子どもの頃はなるべく人前で身体を動かさないように硬直してました。考えを改めたのは夜のクラブで絵を描くようになってからか、ベリーダンスを習ってからか、釜ヶ崎の盆踊りあたりからか。同じ阿呆なら踊らにゃ損々とはよく言ったものですわ。

Drunken Dance



Ehon

E

3度の飯より絵を描くのが好きだった私は、小学校では絵本をつくる部活に入っていた。それがライブペインティング(絵画の公開制作)になりもっとなっては絵本の形に収まらない。だけど、人生は動く絵本。どんな絵本にもそれぞれの世界があって、言葉と何かの組み合わせで物語が進む。

絵本

Fumito,
Fukuchiyaime

F

33歳のお産で生まれた子どもの名前がふみと。住んでいた福知山の市民病院で。ものすごい豪雪の日、ドキドキしたけれど安産だった。福知山は住めば住むほど味のあるまちだと思う。子どもを産み育てるといっそう愛着が育っていく。

文人(ふみと)、福知山



Gakkou

G

6歳の時に小中高一貫キリスト教の女子校に入り、中学から何もかもつまらなくなった。しかたなく別の高校(こちらも女子校)に行ったけどそこにもさほど馴染めなくて、この世に自分の居場所はないと落胆したのが思春期の思い出です。子どもにとっては学校=世界。それが全てじゃないと気づける場所を持つといいんだろう。

学校



Hyoutan

H

ひょうたんの実(できれば加工前)を触ってみてほしい。なんか、愛せるから。でも、一番おもしろいのはひょうたんを愛しちゃった人とそうでもない人の温度差。そうでもない人はだいぶ引いてる。子どもの頃聞いた「西遊記」のお話にも出てきたけれど、ひょうたんの中には異世界が広がっているそうです。

ひょうたん



iroiro

I

彩り、異次元、生き延びる、苟立ち、異文化、一期一会、違和感、identity、生きづらさ、いろいろやってみる、色、色眼鏡、色恋沙汰、インド、イシワタ・・・。
いろいろあるねえ、「I」で始まる言葉は。

いろいろ



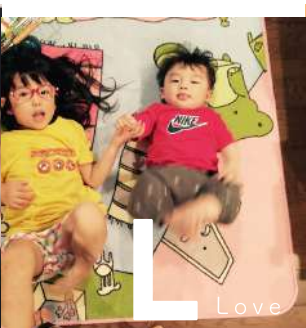
J

Jyu Jonetsu & Jik-shaibun



Kekkon, Kazoku & Kuniku-no-saku

K



L

Love

時間配分とか段取りとか。そういったことが大の苦手で、だいたいにおいてツッコミどころ満載な雰囲気です。大事な日を迎えます。ただ、私は言いたい。すべての人間には失敗する自由があるということ。情熱を持って突き進め! 失敗を恐れることなかれ!

自由と情熱と時間配分と

結婚とは、家族とは、ほんとうに不思議な枠組み。ルールがあるのにルールがない、当たり前だけど全然当たり前じゃなくて、どんな夫婦もどんな家族も完璧とは程遠い「苦肉の策」。日々のハプニングやいざこざや苦境をアイデアで乗り越えつつ常に変化していく、人々の集まり。

結婚・家族・苦肉の策

世の中はちっとも思いどおりにいきやしない。苦手な相手やイライラするできごとたくさんある。それでも大事なのは中心に「愛」を持つことだと思う。残念ながらこの国では子どもや若者の「恋愛」を冷やかす傾向があるけれど、思いどおりにいかないなかで他者を思いやるための、よいエクササイズだと思うのです。

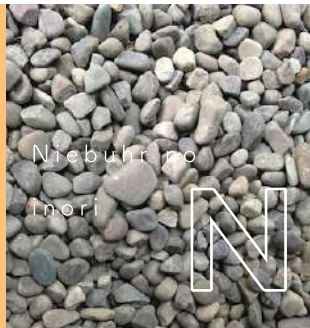
LOVE

M

Majo no maki bahsan

魔女に憧れがあったのだけれど、もっと幼い記憶を辿れば、祖母の万喜さんが魔女みたいな顔でちょっとこわかった。かわいがってくれた両親の母の中ではなんとなく複雑な存在だった万喜さん。私は昔から万喜さんにそっくりと言われていました。皺くちの認知症になるにつれてかわいくなっていった、愛しい万喜ばあさん。

魔女の万喜ばあさん



Niebuhr no Inori

N



O

Otoko & Onna

「神様、私に与えてください。変えることのできないものを受け入れる力。変えるべきものを変える勇気。そして、それらを区別する賢さ。」これ私の座右の銘ね。

※アルコール依存症や薬物依存症などの克服プログラムで活用されて広まったといわれる祈りの言葉。アメリカの神学者ラインホルド・ニーバー作とされる。

ニーバーの祈り

6歳から18歳まで、満員電車で痴漢にあってながら女子校に通ったため、男女観がゆがんでます。世の中の親御さんにはお嬢さんをぜひ男女共学校で育ててほしい。「男/女」の壁にとらわれているのだけれど、息子ができたことで事態が少しマシになっていった気もする。年老いたらいつか解放される時がやってくるだろうか。

男と女



Paradox



Que será, será



Red

Sangaku Shinko &
Shukyo Shakaigaku

Teaka mamire



Uoza no hito

チベットの高僧が「この世の全ては矛盾を内包している。それさえ受け入れれば人間は鬱から解放される。」ってなことをおっしゃっていました。なるほどね！パラドックス。いろいろ説明つきさう。

パラドックス

「なるようになるさ」ってな意味のスペイン語とされていますが、英語圏で作られた歌のタイトルで、文法的には誤用です。誤用ってどこも含めてわざとなのでしょう？適当で雑な感じ。適当で雑でいい、なるようになるさ、という陽気さを、確かに私はスペインで身につけました。

Que será, será

服や車など気づくと赤を選ぶことが多いのですが、34歳のときついに髪を真っ赤に染めてみました。これが精神衛生上なかなか大成功でした。4歳の娘と1歳の息子を持つ母親として、いろんなことの諦めがついて気持ちが楽になったのがこの頃。

Red

娘を妊娠中にたまたま縁あって三岳山の中腹で暮らすことになって、あ、山を信じる気持ちってこんな感じ?と思ったのです。それから世界中の山に興味を持つようになった。大学時代はたまたま宗教社会学のゼミにいて、「何かを信じる気持ち」が人々の暮らしを支えていることを学んだ。人生にはいつも伏線が張られている。

山岳信仰と宗教社会学

手垢や染みのついたもの、残りもの、ほかの人が使い古して手離そうとしているようなものがホッとする。新築や新品は緊張してしまってあまり好きじゃないの。

手垢まみれ

仲良くなるひとが魚座の確率が高い、気がする。

魚座のひと

【あとがき】死ぬまで生きるために／イシワタマリ

「自分AtoZ」のお話をいただいたのは光栄だが、そもそも「自分」とはなんだろう？ 場面や相手によっていかようにも変わりうる「自分」。それをAからZにまとめる意味をつかむのに時間がかかり、すでに年度末が近づいている。「自分」をガッチリ決め込んで全世界に発表する意味なんてないけれど、人としての尊厳を保てるかどうかのギリギリの場面、たとえば病や老いが自分をこの世から連れ去ろうとする季節にこそ役立つ本になるのではなからうか？

るものになることを確信した。パウル・クレーは芸術についてこう語った「見えないものを見えるようにする」。表現が可能な時代にあって、豊饒な世界がそこにあるのにまったく可視化されていない。イシワタさんは新しい扉を開いてくれたような気がする。

塩見直紀（しおみなおき）
1965年、京都府綾部市生まれ。フェリスモを経て、2000年、半農半X研究所設立。世紀の生き方、暮らし方として、「半農半X（21）ックスII 天職」コンセプトを提唱。個人の「Xの発見」をサポートする中で古典的編集手法「AtoZ」に注目、ワークショップなどをおこなってきた。福知山公立大学地域経営学部特任教員として、授業やゼミでも応用。人や集落、中学校区などさまざまなテーマで「Xの見える化」をすすめる。京都市立芸術大学大学院美術学研究科博士後期課程（メディア・アート領域）に在籍し、「人と地域のXの見える化」を研究テーマとする。総務省地域力創造アドバイザー。

【寄稿】

見えないものを見えるようにする
塩見直紀

半農半Xというコンセプトが生まれて約25年。いま、自分のなかの1つの大きなテーマは「人のX（天職）、地域のXの見える化」だと感じている。どうすれば、それが見えるようになるのか。10年前からAtoZという古典的な編集手法が持つ可能性に関心を持つようになった。26のキーワードでその世界観を表現。8〜9割を表現可能だと感じている。素人でも編集が簡単などころもい。26のキーワードをツイッターからこの分量で表現。CDジャケットサイズの26ページのミニブック化。レイアウトは固定で幕の内弁当方式でできる簡易スタイル。このシンプルな掛け算でどこまで表現できるか。現代美術家ならこの「制約」のなかで、どんな作品を創ってくれるのだろう。福知山の作業療法士・古川絵美さんがAtoZは「回想法にいい」ことを教えてくれた。回想法に関する本を読む中で、AtoZで自分のキーワードを記しておくことは、認知症になったとき、周囲にヒントを提供できるものになることを確信した。パウル・クレーは芸術についてこう語った「見えないものを見えるようにする」。表現が可能な時代にあって、豊饒な世界がそこにあるのにまったく可視化されていない。イシワタさんは新しい扉を開いてくれたような気がする。