～アーティストが劇場を飛び出してお届けする～

せんがわ劇場

演劇ワークショップのご案内

シアターゲームで《生きる力》を養おう！

子どもが主役の体験学習

せんがわ劇場 SENGAWA THEATER

公益財団法人 調布市文化・コミュニティ振興財団 Foundation for the promotion of Chofu city's culture and community

せんがわ劇場演劇ワークショップについて　―少しでも生きやすくするお手伝いを―

最近の社会は息苦しい ― そう思いませんか？その影響は青少年の《SNSによるいじめ》《不登校》《引きこもり》などにも現れているかもしれません。

自分を表現し、他者を理解し受容するコミュニケーション力（交流力）が、生きる力として重要なのだと思います。せんがわ劇場は、演劇的な遊び（シアターゲーム）を活用したワークショップで生きる力を育むお手伝いをします。

演劇は集団芸術であり、総合芸術です。演劇というと「大きな声で台詞を言う」イメージを持たれる方が多いのですが、それはほんの一面にすぎません。演劇の本質は「多様な人と、どのようにやり取り（交流）するか」にあります。私達は他者の個性や価値観を認めあう演劇人の交流スキルと演劇の特性を活かし開放的な場をつくることで、青少年の育成を手助けしたいと考えています。

せんがわ劇場は10年以上にわたり、調布市内の学校や施設を中心に演劇ワークショップを行ってきました。2024年度に中学１年生を対象に実施したワークショップでは、実施前後で約90％の生徒に《コミュニケーション》や《人前で表現すること》への意識変化が見られました（図１、図２）。

せんがわ劇場には、50人以上のアーティスト等が参加するDEL（デル）というグループがあります。メンバーは俳優や演出家、ダンサーや美術家など多様なアーティストたちです。DELのメンバーは様々なワークショップ手法を研究し、皆様の相談に乗り、要望に応じたワークショップを学校や施設で実施します。

一人ひとりが生きやすい社会のために。
ぜひ、せんがわ劇場に気軽にご相談ください。

実施後アンケートより

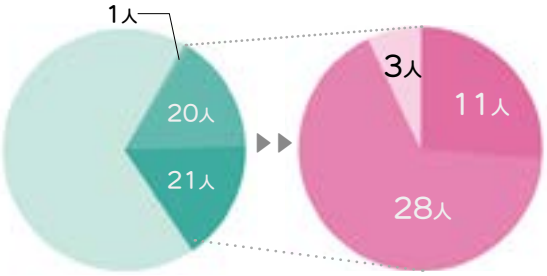
Q（授業前）コミュニケーションをとることは好きですか？

Q 授業前と比べて、コミュニケーションをとることが好きになりましたか？

［図1］

- 好き…88人
- どちらでもない…21人
- あまり好きではない…20人
- 嫌い…1人

合わせて42人



- 好きになった…11人
- 少し好きになった…28人
- 好きにならなかった…3人

合わせて39人

42人中、39人が授業前と比べてコミュニケーションが好きになったと回答

他者とのコミュニケーションについて「（好きか嫌いかについて）どちらともいえない」「あまり好きではない」「嫌い」と回答した生徒も、ワークショップ前と比べてほとんどが「少し好きになった」以上の回答をしている（92.8%）。

→ワークショップが参加者のコミュニケーションについての意識にポジティブに作用している

ワークショップの種類

● 学校 >>> 事例(p.05)

対象 ▸▸ 小中学校の通常学級

2014年度から市内小中学校で実施しています。個性豊かなDELメンバーが様々な演劇的手法を用いたワークショップを行い、普段の授業とは違った交流を生み出すことで、クラス運営が円滑になると好評を得ています。

● 特別支援学級向け表現ワークショップ

>>> 事例(p.07)

対象 ▸▸ 特別支援学級や放課後デイサービスなど

それぞれ子どもの特性に適した表現ワークショップを行います。主に身体的、感覚的な手法を使い、大人にも、子どもたちの可能性に気づいてもらう機会になっています。

● 参加型演劇鑑賞

>>> 事例(p.07)

ワークショップと演劇鑑賞が一体化したプログラムです。俳優とのやり取りや、作品ごとの様々な方法で子どもたちに演劇に参加してもらうことで、楽しく深く物語を理解することができます。通常の観劇では味わえない特別な体験をお届けします。

● 学びの多様化学校(中学生)／教育支援センター(小学生)

対象 ▸▸ 長期間、学校を休んでいる生徒

2014年度から実施しています。2023年度は計36時間のワークショップを行いました。年間を通して実施することにより、児童生徒一人ひとりの個性に見合った対応を可能にしています。自らの可能性を閉ざしていた児童生徒の自尊感情の向上が図られ、登校習慣の回復やその後の進学等への好影響が期待できます。

● ベイビーシアター >>> 事例(p.05)

対象 ▸▸ 乳幼児とその保護者

言葉や物語よりも、視覚や聴覚、触覚などの五感を刺激する体験型プログラムです。乳幼児と保護者が一緒に楽しく想像し、交流する場をつくることで、答えのない想像豊かな時間をお届けします。

<参加型演劇鑑賞レパートリー>

※すべてDELオリジナル作品

- ▶ オレたちユカイな風来ブー!(『三匹の子ぶた』より翻案)
- ▶ ＧＯＮ～ある小さなキツネとある人間のお話(『ごんぎつね』より翻案)
- ▶ シンドバッドの冒険～調布一夜ものがたり(『シンドバッドの冒険』より翻案)

Q (授業前)人前で表現することは好きですか?

Q 授業前と比べて、人前で表現することが好きになりましたか?

[図2]

人前で表現することについて「(好きか嫌いかについて)どちらともいえない」「あまり好きではない」「嫌い」と回答した生徒も、ワークショップ前と比べて多くが「少し好きになった」以上の回答をしている(85.0%)。

→ワークショップが参加者の人前で表現することについての意識にポジティブに作用している

調布立第七中学校コミュニケーション講座(令和6年7月12日実施)
対象:調布市立第七中学校1年生　　回答者数:130人

せんがわ劇場アウトリーチ活動×
白百合女子大学人間総合学部連携に寄せて

まえしろかずみ
眞榮城和美　（白百合女子大学　人間総合学部発達心理学科　准教授）

白百合女子大学には、将来、教職や子どもの発達支援に携わる職に就くことを目指す学生が多数所属している。そのため、せんがわ劇場アウトリーチ活動との連携に参加意欲を示す学生も多い。特に、2017年度から2019年度に実施された、放課後等デイサービスでの演劇アウトリーチ活動は、せんがわ劇場アウトリーチ活動メンバーと本学との連携発展につながる活動となったため、効果について別途まとめている（眞榮城・目良、2021）。ここではその一部を紹介したい。

演劇アウトリーチ活動の実践効果について検討する際、アウトリーチ活動の受け手となる参加児童・生徒だけでなく、演劇アウトリーチ提供者側・学生ボランティア・参加児童生徒の保護者・放課後等デイサービススタッフといった多岐に及ぶ関係者へ効果についても検討した。その結果、主に次の2つの成果が得られた。①子どもたちが見通しを持って参加できる実践体制（月に1度の定期開催・年間活動の集大成となる発表会の開催等）は、子どもたちの情緒面の安定性や表現力の向上といった変化を把握できるだけでなく、参加スタッフへの児童・生徒理解力の向上にも寄与していた。②本活動に参加した学生の意識変化として、自己志向的動機（自分の持っている知識・技術を使う練習になる、自己を再発見し、成長させることができる等）、他者志向的動機（人に喜んでもらえる、人や社会の役に立てる等）、活動志向的動機（活動を通じて積極的に社会参加できる等）が参加前よりも参加後に上昇していた。参加学生からは「せんがわ劇場演劇アウトリーチグループのみなさんが作成された歌は、子どもたちだけではなくスタッフのみなさんにとっても喜んでもらえるものになっていた印象がある。」との感想も寄せられた。

今後もさまざまな形で「せんがわ劇場アウトリーチ活動」と連携し、実践側・参加側双方への相乗的な波及効果の把握を目指してきたいと考えている。

引用
眞榮城和美・目良秋子（2021）放課後等デイサービスにおける演劇アウトリーチ活動の実践とその効果，白百合女子大学研究紀要，57，185-200.

地域交流センターでのワークショップ

参加型演劇鑑賞

特別支援学級でのワークショップ

学びの多様化学校（中学生）

事例1　市内大学（ベイビーワークショップ）

※本実践例はせんがわ劇場が共催した市内大学の地域貢献活動の取組内容です

DATA

対象：0～3歳の乳幼児とその保護者

参加合計数：12組

時間：60分×1コマ

先生からの要望：ごっこ遊びなどを通して親子間のコミュニケーションを活性化し、お子さんの新たな側面を発見できるようなイベントをしてほしい。

実施したプログラムの内容

ワークショップのはじめは、絵本などの普段から馴染みが深いアイテムを用いて身体の真似っこ遊びや楽器を用いたリズム遊びを行い、参加者の身体と心をほぐし、場所や人にゆっくりと慣れていけるように進行しました。遊びを通して保護者の「ちゃんとしなきゃ」というバイアスを取り除き、リラックスした雰囲気をつくります。

その後は“海”をテーマにした物語を軸に、大きな緩衝材（プチプチ）の海を歩いたり光る魚を触ったりと、五感で物語を楽しむベイビーシアター体験を行いました。途中、一緒に海の泡（ボール）を運ぶなど共同作業を通して参加者同士の交流も行いました。ワークショップの最後は、＜お魚の衣装＞を工作し、主役の“お魚”に変身し海を泳ぐなど、日常では味わえない劇遊びを体験しました。工作した＜お魚の衣装＞は持ち帰り、ご家庭でも遊びの継続を促すプログラム構成になっています。

先生の感想（抜粋）

- 「演劇」ときいて難しい感じがしていましたが、ゲームも沢山あって自分達でも工夫してやってみたくなりました。

参加した親子の感想（抜粋）

- すぐ退屈して帰る!と言う子なのですが、たくさん楽しい工夫があり、最後まで楽しく参加できました。また来たいです!

事例2　調布市立中学校（学校）

DATA

対象：中学校1年生

参加合計数：4クラス　合計132人

時間：2時限×1回

先生からの要望：新中学1年生のため（新年度5月にワークショップを実施）、まだ生徒間の関係性が不安定であるうえ、マイペースな子がかなりいるため、他者への配慮、協調性を重視したい。その過程で、クラスの交流が円滑になり、互いの個性や表現が認め合えるようになってほしい。

実施したプログラムの内容

最初に、シンプルなシアターゲームを通じて、相互交流のマナーを共有しました。講師たちはアーティストとしての個性やスキルを生かし、座学では得られない開放的な場を作り出します。その後、グループワークに移行し、お互いの意見やアイデアを交換しました。参加者は互いの個性や新たな一面を発見していきます。最終発表では、各グループの成果を共有することで、楽しみながら表現の多様性や正解のない豊かさを体験的に理解してもらえたのではないかと思います。

先生の感想（抜粋）

- 生徒たちの意外な一面を知ることができてよかった。
- みんなで協力する達成感があり、授業後、クラスの協調性が高まったことを実感しました。

生徒からの感想（ワークショップ後に実施したアンケートより）

- みんなと笑えて、みんなのことをよく知れて、とても良い経験になりました。
- 普段話したことがない人とも、テーマに沿った表現ができて良かった。
- 今私は限られた友達としか話せてないのですが、今回、色々な人と話せて楽しかった。これからはいろんな人とジャンジャン話そうと思った。
- 人前で発表するのが苦手でしたが、今回の2時間はすごく楽しく、発表することがあまり怖くなくなりました。

シニア層へのワークショップ活動の有用性や必要性について

すがわらなおき
菅原直樹
（劇作家・演出家・俳優・介護福祉士、「老いと演劇」OIBOKKESHI主宰）

最近、認知症の方と一緒に演劇ワークショップを行う機会が増えてきました。どのような内容なのかご紹介をしたいと思います。

拍手回しというゲームをよくします。これは、参加者が円になって、隣の人に拍手を回して、それをリレーのようにつなげていくものです。しかし、認知症のEさんの番になったとき、拍手でなく両手をかざし「ハッ！」と気を送るようなポーズをされました。隣に座られていたご主人が「拍手だよ」と訂正され、流れが止まってしまったので、「そしたら拍手ではなく、みんなで気を送りましょうか」と提案しました。するとそのゲームは滞りなく行われました。

ルールに合わせようとするのではなく、その人に合わせてルールを変えてしまえば、問題は問題でなくなってしまう。ワークショップ後、ご主人から「普段の介護にも活かせそうです」と言っていただきました。

拍手の次は、物を回していきます。ただのガムテープなのですが、「これは貴重なものです」とか「これは汚いものです」など価値づけをして回すと、同じガムテープでも違って見えてきます。また、参加者が個性的なリアクションを披露してくれます。このようにゲームをしながら、徐々に演じる要素を増やしていきます。

次に回すものは、携帯電話。「知り合いの田中さんが銀行強盗をしているらしく、今、警察から『どうにか電話で説得してくれ』と頼まれました。みなさん、田中さんへの説得をお願いします」

こうなると、ただリアクションをするだけではなく、役を演じて台詞を発しなければなりません。最初は認知症の方には難易度が高すぎるかなと感じました。

しかしやってみるとみなさん、自分の言葉で生き生きと演じます。「今まで辛い思いをしていたんだね。気づけなくてごめんね」と強盗犯の気持ちに寄り添う声かけが多いなか、先ほどのEさんは「あんた、世間様を騒がして何やってんの！」と大声で叱り始めました。普段言葉が少なくて穏やかな方だったので、この大迫力の演技には全員が驚いてしまいました。

このようなワークショップを行なっていると、それぞれの表現を尊重し合うことで、信頼関係が出来上がっていきます。はじめはビクビクされていたEさんでしたが、ワークショップの終わりに僕が「何か感想や意見などありますか？」と問うと、Eさんが真っ先に手を挙げられました。指名をすると、言葉が出てこなくなってしまったのですが、失敗を恐れるよりも表現したい気持ちに素直なその姿勢に、僕はとても嬉しくなりました。

普段の「認知症の人」「介護者」という役を脱ぎ捨て、フィクションに身を投じることで、やっと自分自身を表現することができるのです。介護者であるご主人とも、「介護者」「夫」ではなく、新たな役で関係を編み出していきます。ご主人は「意外な一面が見れました」「こんなことができるとは思いもしませんでした」と喜んでくださいました。

認知症は「関係の障害」とも言われています。認知機能障害によって、人間関係に障害が生じていく。しかし、こういった演劇ワークショップを通じて、その関係を修復していくことが可能なのではないか。介護の分野で演劇の可能性がどんどん広がっていきます。

事例3　調布市立中学校特別支援学級（特別支援学級向け表現ワークショップ）

DATA

対象：中学校1～3年生

参加合計数：20人前後

時間：2時限×2回

先生からの要望：身体表現が得意な生徒が多いため、身体で表現するワークを多く取り入れてほしい。また、終了後の振返りが、後の学校での指導の際に役立っているため、教諭が授業を観察し講師との振返りの時間を設けたい。

実施したプログラムの内容

要望に基づき、生徒に負担がなく、失敗も成功も気にせず楽しく参加してもらえるプログラムを目指しました。様々なリズムの手拍子や表情を真似るなど、言葉ではなく視覚的にわかるワークから始めました。続いて、一文と大きな体の動きを使った2人組のワークで他者との関係を作り、視線を合わせ反応し合うワーク等を行いました。最後は1人が皆に体を預ける、ダイレクトに触覚に届き、かつ生徒同士の信頼が生まれるようなワークを行いました。

他実施先からの感想

※上記とは別の市内中学校特別支援級。短い脚本やダンスを使ったワークを行いました

生徒の感想

- ダンスの動きが普通に覚えられた。
- 人と関わることの楽しさや相手の考えを理解し、深めることが身に付きました。
- 自分のできるところはできたので良かったです。

先生の感想

- 普段、人前に立つことが苦手な生徒も明るく取り組んでいた。
- あまり表現や表出が得意ではない生徒が、進んで表現や表出をしようとする姿が見られた。

事例4　市内児童館での参加型演劇鑑賞（参加型演劇鑑賞）

DATA

対象：学童クラブ利用児童・児童館利用児童及びその保護者

参加合計数：58人

時間：60分

上演作品　「シンドバッドの冒険 ～調布一夜ものがたり」

アラビアの物語集『千夜一夜物語』から着想を得た、せんがわ劇場オリジナルの「シンドバッドの冒険」を上演しました。

わずか3人の出演者と少しのセットでお届けする、スケールの大きな世界観の作品です。道具が動くことで様々な空間を表現し、人間が演じたり人形が演じたり、沢山の見せ場で小さなお子さんも集中が途切れることがありません。劇中の登場人物から観客への問いかけがあることでダイレクトに物語に引き込まれ、観るだけでなく発言したり反応したりする時間を設けています。「演劇」という安全な空間で、主人公たちと共に冒険を体験することで、子どもたちには安心していろいろな感情を味わってもらうことができます。

参加者の感想

- 私もシンドバットと冒険したいな。おしばいが好きになったな。
- 3人で映画みたいにやれるのがすごい。
- 感動、ワクワク、元気になった、うれしい、全部つまっていた。
- 私は学校で今日、いやなことがあったけど、この劇を観て元気になりました。
- すごかったです。「また会いたいな」と思いました。
- 1人何役もやっていることがすごかった。

地域の中で息づく劇場

せんがわ劇場は調布市東端の仙川町にある、小規模・ホール単体施設という特徴を活かして舞台芸術に特化した収容定員121席の小さな劇場ですが、ホールの中だけで満足することなく、調布市で生活するすべての人を視野に入れ、地域全体に貢献し、地域の中で息づく劇場を目指しています。

劇場の運営は、京王線調布駅前のグリーンホール、調布市役所隣の文化会館たづくりと同じく、公益財団法人調布市文化・コミュニティ振興財団が行っています。

せんがわ劇場は、令和6年4月に就任した小笠原響芸術監督による創作を起点に、舞台芸術の活性化を図りながら、地域全体を劇場のステージと捉え、誰もが舞台芸術に触れること・参加することができる取組みを行っています。その取組みのひとつが「演劇アウトリーチ」です。学校や福祉施設をはじめ、ニーズに応じて地域全体に出向き、舞台芸術を使って表現やコミュニケーションの楽しさを伝えるワークショップや、短編演劇作品の鑑賞会を行っています。

実施までの流れ

1 まずは、せんがわ劇場にご連絡ください
電 話　03-3300-0611
メール　sgekijou@chofu-culture-community.org

2 実施に向けた打合せ・下見
担当者さまと劇場職員・DELメンバーが内容や日時、会場、要望、予算等に関して打合せを行います。

3 実施内容（プログラム）と派遣講師の決定
実施先に応じてプログラム内容や派遣アーティストを決定します。

4 演劇ワークショップの実施

5 振返り・アンケート
演劇ワークショップ実施後の振り返りや参加者アンケート等にご協力いただく場合があります。

過去実績（2014～2023年度）

1　小学校・中学校	4　乳幼児向けワークショップ
調布市立第七中学校　52回	白百合女子大学 子育て支援ルームりすぶらん・あんふぁん　8回
調布市立柏野小学校・滝坂小学校・緑ヶ丘小学校　18回	白百合女子大学 人間総合学部国際交流プログラム　1回
2　学びの多様化教室・教育支援センター	**5　参加型演劇鑑賞**
調布市立第七中学校はしうち教室　150回	調布市内児童館等　10回
調布市適応指導教室 太陽の子　36回	
3　特別支援学校	**6　その他ワークショップ**
調布市立神代中学校11組　12回	地域交流センター まんまる　2回
調布市立調布中学校8組　3回	社会福祉法人 六踏園　2回
東京都立調布特別支援学校　2回	調布市立小学校　教育研究会児童文化部　1回
調布市内放課後等デイサービス　6回	調布市内学童クラブ　8回
	調布ゆうあい福祉公社　4回

等300件以上

■ 問い合わせ　調布市せんがわ劇場
TEL 03-3300-0611（9:00～18:00　休館日毎月第3月曜日）
〒182-0002　東京都調布市仙川町1-21-5
メール　sgekijou@chofu-culture-community.org

（劇場ホームページ）