

【研究資料】日本の伝統芸能を活用して健康寿命の延伸を推進する可能性を探る（その3）：  
伝統芸能が継承する知恵に基づくオリジナル体操制作の試み

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2022-06-01 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 三浦, 裕子, 森田, ゆい, 大室, 弘美 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://mu.repo.nii.ac.jp/records/1845">https://mu.repo.nii.ac.jp/records/1845</a>

## 【研究資料】

# 日本の伝統芸能を活用して健康寿命の延伸を推進する可能性を探る（その3）

——伝統芸能が継承する知恵に基づくオリジナル体操制作の試み——

三浦 裕子

Musashino University Creating Happiness Incubation 研究員 武蔵野大学 文学部 教授  
武蔵野大学 能楽資料センター長

森田 ゆい

Musashino University Creating Happiness Incubation 客員研究員  
東京立正短期大学専任講師  
特定非営利活動法人日本伝統芸能教育普及協会〈むすびの会〉事務局長・理事

大室 弘美

Musashino University Creating Happiness Incubation 客員研究員 武蔵野大学客員教授

## 要約

本研究は、「幸せをカタチにする」ための基礎となる心身の健康維持と増進に、日本の伝統芸能を活用する可能性を追求することを目的としている。2017年度に開始し、2018年度と2019年度は伝統芸能の実演家など計9名にインタビュー調査を行った（2018年度が4名、2019年度が5名）。このインタビュー調査で得た知見に基づき、伝統芸能が一般の方の心身の健康維持と増進に役立つ要素として「呼吸」と「足裏への刺激」の2つが挙げられる可能性を提示した。

今年度（2021年度）は、上記の2つの要素について、若手・中堅の伝統芸能などの実演家8名にインタビュー調査を行った。

つまり、2018年度・2019年度・2021年度の3年間で合計17名にインタビュー調査を実施したことになる。かなりの情報を収集することができたので、今年度はそれに基づいたオリジナル体操の制作も試みた。

なお、今年度は調査対象に民俗芸能の佐蛇神能を加えた。一般の方の健康維持と増進に寄与する貴重なお話がうかがえたのはもちろん、伝承者の育成という民俗芸能ならではの取り組みについて貴重な証言を得た。そこで、本稿のAppendixに、報告「佐蛇神能の技法および伝承に関するインタビュー調査」を載せることにした。

## 1. はじめに

本研究は「幸せをカタチにする」ための基礎となる心身の健康維持と増進に、日本の伝統芸能を活用する可能性を追求することを目的としている。2017年度に開始し、2018年度、2019年度には実演家などにインタビュー調査を行った。それを踏まえて今年度も実演家へのインタビュー調査を行った。以下に対象者の概要を記しておく。

## □2018年度…4名

能楽師2名（80歳代）、日本舞踊家1名（90歳代）、琉球舞踊家1名（80歳代）。全員が重要無形文化財総合認定保持者、3名が重要無形文化財各個認定保持者（いわゆる人間国宝）という斯界の第一人者であり、高齢者であった（残り1名も2021年度に人間国宝に認定された）。

## □2019年度…5名

能楽師3名（全員が70歳代の重要無形文化財総合認定保持者。そのうち1名が人間国宝）、ハワイの伝統芸能Hulaのダンサー1名（70歳代）、教義の根幹に坐禅を据える曹洞宗の僧侶1名（20歳代）。僧侶以外は70歳代という、2018年度より少し若い世代を調査の対象とした。

2年間におよぶインタビュー取材を通して、心身の健康維持と増進のために有効な伝統芸能の技法は、「呼吸」と「足裏への刺激」という2つの要素が挙げられる可能性を提示することができた。

以上を踏まえ、今年度は呼吸と足裏への刺激を取り入れたオリジナル体操の制作を試みた。その際、具体的な動作や体操を構成する要素などについてのヒントを得ることを目的として、新たに伝統芸能（能楽・組踊・琉球舞踊・日本舞踊）の実演家4名にインタビュー調査を行った。また、取材する対象の領域を拡大して、演出家兼俳優1名、武道家1名、民俗芸能の実演家2名にもインタビュー調査を行った。

なお、2020年頃から全世界がコロナ禍という未曾有の危機に襲われ、その困難は現在も続いている。実演家がコロナ禍にどう対峙したか、その情報も日本の伝統芸能が「幸せをカタチにする」ために寄与するものになると判断し、2020

年度は2名の能楽師にインタビュー調査を行った。結果、能楽においては長期にわたる伝承システムが確立しており、それが能楽師の身体性と舞台へのモチベーションの維持に繋がっていることがよくわかった。これについては、「コロナ禍における能楽師の身体性とモチベーションの維持に関する調査—伝統芸能が継承する知恵が健康増進に寄与する可能性を探る」（『しあわせ研究所紀要』第4号、2021年3月）として発表した。

## 2. 方法

呼吸と足裏の刺激の要素を取り入れた体操の試作を目指して、次の8名の実演家にインタビュー調査を行った。以後、対象者の氏名は敬称略とする。

### 1) 大村定：能楽師

喜多流十五世宗家喜多実（日本芸術院会員。優れた実演家として知られたほか、多くの優秀な後継者を育てた教育者として定評があった）の内弟子となり修業したシテ方喜多流の職分（宗家より直接指導を受けるなどした玄人）

### 2) 岡本章

演出家兼俳優：能楽の身体性に着目した数々の舞台作品を創作する実演家

### 3) 白坂保行：武道家（古武道）

大鼓方高安流能楽師、かつ古武道三段の有段者。今回は武道家として取材した

### 4) 藤間清継：日本舞踊家

健康増進を目的として日本舞踊の指導を行なっている藤間流の師範

### 5) 新垣悟：組踊・琉球舞踊家

若手を代表する実演家の師範

### 6) 兼島翔子：琉球舞踊家兼研究家

若手実演家であり研究家

### 7) 幡垣裕行・板橋貴男：佐蛇神能保存会に所属する実演家

佐陀神能はユネスコ無形文化遺産に登録されている民俗芸能である。能楽との共通性が認められ、出雲神楽に大きな影響を与えたとされる。佐蛇神能保存会が組織されている。

この対象者8名の情報を整理して表にまとめた。

### 2021年度に行ったインタビュー取材者の情報（敬称略）

氏名（敬称略）	大村 定	岡本 章	白坂保行	藤間清嗣
職業・所属	能楽師・シテ方喜多流	演出家/俳優	武道家/能楽師・囃子方	日本舞踊家・藤間流
受賞歴など	職分	練肉工房主宰・ 芸術監督/俳優	三段	芸術祭優秀賞 2回受賞など
生誕年・年齢	1949年 72	1949年 72	1968年 53	1976年 46
インタビュー日	2022年3月9日	2022年3月4日	2022年3月7日	2022年3月1日
氏名（敬称略）	新垣 悟	兼島翔子	幡垣裕行	板橋貴男
職業・所属	組踊/琉球舞踊家	琉球舞踊家/ 研究者	佐陀神能保存会	佐陀神能保存会
受賞歴など	琉球舞踊師範	琉球舞踊教師/沖縄県立 芸術大学大学院博士課 程単位取得退学	実演歴51年	実演歴25年
生誕年・年齢	1975年 46	1987年 34	1948年 73	1978年 43
インタビュー日	2022年2月25日	2022年2月25日	2022年2月21日	2022年2月21日

### 3. インタビュー調査の結果

各対象者より得られた主な内容は、以下の通りであった。

#### 1) 大村定：能楽師

- ・呼吸を行う際には、胸を起こした姿勢で顎を引き、まっすぐに前を見て大きく息を吸う。発声法は腹式呼吸を用いて大きな声で謡う。このことが健康増進に役立つのではないかと。
- ・能では地謡といって集団で謡う場合が多くある。謡の稽古は個人で行うこともあるが、地謡と同様、大勢で謡うこともある。そのときに自分よりも上手な先輩と一緒に謡うと、より優れた技術の習得に繋がると思われる。
- ・喜多流の場合、舞グセでは最初に左足・右足と足拍子を踏む。これによりクセの始まりを意識し、「舞う」というスイッチが入る。足拍子を踏むことが、気持ちを切り替える、区切りをつける、ということに繋がっていくと思われる。
- ・身体のセルフケアとして、朝晩にストレッチを行なっている。

## 2) 岡本章：演出家兼俳優

- ・ヨガを中心とした様々な身体ケアなどを学ぶことで、各自の身体に本来備わっている自己治癒力を意識し、高めていくことができる。
- また、身体にとって心地の良い動き、方向性というものを誰もが備えているが、普段これに関して意識する機会がないので、身体ケアを学ぶことにより、これを自覚することができる。
- このような身体とのつきあい方が健康の維持や増進に有益なのではないか。
- ・身体をほぐすなどの際に、体と対話し、無理をしないで気持ち良さを追求することが大切。
- ・身体を緩める際には吐く息を用いることが有効。腹式呼吸で深く長く息を吐いてゆくと、自然と丹田に力が入ってゆく。
- ・呼吸法では止める息、保息が大事。これによって集中力を高めることができ、パワーが出てくる。
- ・足の親指と丹田とは連動していると考えられる。
- ・身体に無理を強いないで、体の声を聞き、出会い直すという考え方がある。

## 3) 白坂保行：武道家（古武道）

- ・相手と組む際に、相手と自分との力を合わせて常に10になるように身体を操作する仕方がある。
- ・重心は常に頭の位置から垂直に下げた点に保ち、歩行はすり足歩行を行う。歩行の際には、踵を床から離さない。

## 4) 藤間清継：日本舞踊家

- ・足裏を意識させる際には掌で物を掴むような形を作り、手首を外側から内側に回す（回外から回内させる）動作が有効と思われる。掌と足裏とは連動していると考えられる。
- ・呼吸は、横隔膜をそのままの形で上に引き上げるイメージで行うのが良いのではないか。

※筆者らは、藤間氏より腸腰筋を用いた身体づかいと所作の指導を受け、具体

的な体操作りへの多くのヒントを頂いた。

#### 5) 新垣悟・兼島翔子：組踊／琉球舞踊家／琉球舞踊研究家

- ・呼吸については、現在70歳以上の先生方よりも60歳代から下の世代の先生方で言及されることが多い印象がある。現状としては、呼吸法というよりも動作に連動させて呼吸について触れる先生もいらっしゃるという印象である。
- ・歩み（組踊や古典舞踊での歩行）は、「足裏全体で床を拭くように、なでるように、白波に常に動きがあるように流れの中で行う。」と教えられている。
- ・雑踊※の裸足歩行では、砂を踏むように歩行すると教えられている。
- ・琉球舞踊のお稽古に通う方からは、音楽に癒し効果があると聞く。
- ・こねり手（琉球舞踊の代表的な手の所作の1つ）を行うと、年配者は子どもの頃にやっていた懐かしさを覚えることが多いようである。
- ・リズムの速いウキウキするような楽しい音楽からは、気分の高揚が感じられる。このような音楽は雑踊に使われることが多く、その点に琉球舞踊（とくに雑踊）の魅力が認められる。

※雑踊（ぞうおどり）は明治維新以降に踊られるようになった沖縄の庶民的な舞踊。伴奏音楽がリズムカルで朗らかな雰囲気を与えるものが多い。

#### 6) 幡垣裕行・板橋貴男：佐蛇神能の実演家

- ・通常の神楽では八岐大蛇を題材とした作品の大蛇役を20歳代の役者が演じているが、佐蛇神能では70歳代の役者が演じることもある。
- ・重心を低く保ちながらゆっくり動く所作や、台詞を語る演技形態が能楽に共通する要素であると言える。

### 4. 体操の試作

3年間にわたるインタビュー取材で得た情報をもとに、一般人の健康維持と増進に有益と思われる伝統芸能などの技法のうち、とくに「呼吸」と「足裏への刺激」を意識したオリジナル体操2種類を試作した。1種類は、Version1の

ゆったりとしたテンポのもの、もう1種類はVersion2のリズミカルなテンポのものである。以下に〈Version1〉〈Version2〉として振りの概要を提示する。

### 〈Version1〉 ゆったりとしたテンポのもの

音楽：「ていんさぐぬの花」

※「ていんさぐぬの花」は沖縄を代表する民謡。「ていんさぐぬ」はハウセンカのこと、その汁には悪霊除けの効果があると信じられてきた。このような信仰を伝える本曲を音楽に用いることにも心身の健康維持と増進の効果が期待される。

体操の振り：

#### 1) 身体の軸を意識する（座って腸腰筋と足裏までの意識を繋ぐ）

手のひらをすぼめて肩から指先までを真っ直ぐに下ろし、回外から回内させる。

足裏を意識しながら、軽く足拍子を踏む。

丹田（へそ下）から脚の内側を通り、足裏まで意識を繋ぐイメージを持つ。

#### 2) 足裏を意識しながらすり足を行う

すり足は、3歩から5歩程度、音楽に合わせて行うものとする。

##### ① ツルツルの床を撫でるような意識ですり足をする。

ツルツルの床を押すような意識ですり足をする。

##### ② 砂の上を撫でるような意識ですり足をする。

砂を上から押すような意識ですり足をする。

##### ③ 小石の上を撫でるような意識ですり足をする。

小石を押すような意識ですり足をする。

#### 3) 足踏み、ステップを踏む

① 2) ①～③の条件下（ツルツルの床、砂の上および小石の上）で、音楽に合わせて足踏みをする。



- ② 上記①と同様に、音楽に合わせて横に一步出し、足を揃えるステップを繰り返して踏む。

#### 4) 上半身の引き上げと腹式呼吸

息を吸いながら、両手を丹田（へそ下）前から頭上を通りできるだけ高く引き上げる。その際、息を背骨の前を通過させるイメージで行う。

息を長く吐きながら、両手を左右に開いて下ろす。

#### 5) 身体をさする

自身の身体全体を素手でさすり、心地良さを感じる部位を丁寧にさする。

#### 〈Version 2〉 リズミカルなテンポのもの

音楽：雑踊の音楽を使用すると、明るい気分で踊ることが可能になると思われる。そこで雑踊のうちどの音楽を用いるのが適当なのかを検討中。

体操の振り：〈Version 1〉のうち、3)を行う

#### 4. まとめ

オリジナル体操の試作にあたっては、インタビュー調査の対象となった先生方から得られた情報を活用した。それを以下に整理しておく。

- ① 身体を操作する際に具体的な身体部位を意識しながら行うこと（日本舞踊家）
- ② 具体的なイメージを持って身体の操作を行うこと。歩行環境の設定の必要性（琉球舞踊家）
- ③ 身体にとって心地の良い身体の操作と呼吸との自然な連動（演出家兼俳優）
- ④ 音楽によって癒し効果や楽しい気分になる効果（琉球舞踊家）
- ⑤ 姿勢や顎の保ち方を意識すること（能楽師）
- ⑥ 熟練者と共に行うことでスキルが上達する可能性（能楽師）
- ⑦ 踵を上げないすり足（武道家）

これについては今回の体操には用いなかった。いずれオリジナル体操応用編

を制作したいと思っているので、その際に用いることができると思われる。

今回のオリジナル体操については、以下の計画による実施を考えている。各方面の方々から色々な形でのご教示・ご協力を賜りたいと考えている。

- ① 本試作を実演可能な形に改訂・改善する
- ② ①のオリジナル体操の動画を制作する
- ③ ②を一般の方に実施して頂く機会を設ける
- ④ ③の効果を検証し、①をさらに改訂・改善する
- ⑤ オリジナル体操応用編を制作する
- ⑥ 試作したオリジナル体操およびその動画に関する著作権などの権利関係についての処理を行う

## 付 記

本稿は2021年度しあわせ研究所の助成を受けた研究「幸せをカタチにするための基礎となる心身の健康の維持・増進に関する研究—伝統芸能の活用および健康教育の普及—」で得られた成果を発表するものである。

インタビュー調査にご協力くださった大村定、岡本章、白坂保行、藤間清継、新垣悟、兼島翔子、幡垣裕行、板橋貴男の諸先生方、ならびにしあわせ研究所に感謝いたします。

本研究を行なった森田ゆい、大室弘美および三浦裕子には、申告すべき利益相反はありません。

## 参考文献

- ・森田ゆい、大室弘美、三浦裕子「日本の伝統芸能を活用して健康寿命の延伸を推進する可能性を探る—実演家へのインタビュー調査を通じて—」（『武蔵野大学しあわせ研究所紀要』第2号、1-12、2019年3月）
- ・森田ゆい、大室弘美、三浦裕子「日本の伝統芸能を活用して健康寿命の延伸を推進する可能性を探る（2）—伝統芸能の実演家と曹洞宗僧侶へのインタビュー調査を通じて—」（『武蔵野大学しあわせ研究所紀要』第3号、1-21、2020年3月）

## 報告「佐陀神能の技法および伝承に関するインタビュー調査」

## 1 インタビュー調査の概要

日時：2022年2月21日 14時00分～15時15分

場所：佐太神社 舞殿（島根県松江市鹿島町佐陀宮内73）

対象者：幡垣裕行、板橋貴男（敬称略）（佐陀神能保存会）

同席者：高尾明子（敬称略）（シェルハブ・メソッド松江主宰）

聞き手：森田ゆい

## 2 佐陀神能の概要

毎年執り行われる佐太神社の御座替祭で奉納される神事芸能。採物舞としての「七座神事」、祭礼後の神法楽としての「式三番」、日本書紀の神話や神々の功績を題材とした「神能」、という三部構成。

神能は神官が慶長年間（1596～1615）に京で習得した能を取り入れて整理したと伝えられる。

昭和51年（1976）に国の重要無形民俗文化財に指定

平成23年（2011）にユネスコ無形文化遺産に登録（代表一覧表に記載）

## 3 聞き取り内容（聞き手：森田ゆい 回答者：幡垣裕行、板橋貴男）

——佐陀神能とはどのような神事なのでしょうか。

「七座神事」というお祭で神楽として佐太神社の例祭で確実に舞われていたものなので、その原型を含めると千年以上続いてきているものではないかと思われる神楽です。おそらく安土桃山時代ぐらいから出雲神話を中心とした神楽が出来てきて、その後に能楽の要素を付け加えられたものが「佐陀神能」です。神楽に能の所作を取り入れて創られたものと言えます。創られた当時（江戸時代）は「能」と言われ、明治・大正時代にも「能」「能舞」と言っていました。

大正時代に東京の日本青年館で公演を行うことになりました。そのときに特定の名称が必要になったため、「佐陀神能」という名前が付けました。地元の人には「能舞」という言い方をします。神楽とイメージするものが違うということだ

と思います。

「式三番」は完全に能と同じで、所作は我流にはなっているかと思いますが、謡に関しては全く一緒です。祝い言葉を積み重ねたような謡です。

シテ、ワキなどの区分がありますが、明確にシテ方、ワキ方と演じる役柄が決まっているわけではなく、できるものを行っています。

幡垣さんの場合にはほぼシテ方。「八重垣」の主役の大蛇を担当。スサノオ尊はワキの担当（演目が前段と後段に分かれており、前段でシテだった役が後段ではワキになることもある）。最初からシテやワキ担当と決めるのではなく、役柄によって段々に演じ手の個性に従ってシテ、ワキが決まってゆく。最初はワキから入って徐々に舞がより難しいシテに移行していったりしています。

奉納に必要な面や衣装などは明治期までは、近隣の神社でそれぞれが所有しており、奉納の際に佐太神社に集められて、佐太神社の舞殿で上演をしていました。（現在は佐陀神能保存会が所有する道具を使っている。）

4年前に奈良で私たちの神能をご覧になられた観世流のシテ方の方が「観阿弥の方の古い形の舞かな」とおっしゃいました。おそらく最初に勉強してきた時代が、世阿弥の出てくる前の観阿弥の時代の能を学んで所作を取り入れたのではないかと思います。

伝わる12作品のうち「住吉」「荒神」「巖島」の3作品を除いた9作品を現在では継承しています。謡が残っているので復曲の可能性はゼロではないが、面や装束がわからないので上演は難しい状態です。

——継承が途絶えた3作品は、こちらの土地とあまり関係がない曲なのではないでしょうか。

完全に関係がないとは言えない。佐太神社には12柱の神様が祀られているので、12演目と数が合うので関連があるのではないかと考えておられる方もいます。ただ、そのうちの2柱の神様はイザナミ、イザナギの神様になります。摂社・末社も含めて沢山の神様がおられるので、佐太神社に関係する神様の演目というのが基本かなと思います。

— 芸能を演じることは神様が喜ばれることと認識されているのでしょうか。

そうですね。今は、石見神楽なんかの大蛇が火を吹いたり（派手な）スタイルのほうが多いけれども、ここでは出来てから 400 年以上経っているという話です。その当時の姿を変えないで、見る人（観客）のほうを見るのではなくて、神様に見て頂くという気持ちで今まで続いてきています。中には、「石見神楽のような要素を持たせたほうが良い」というような意見もありましたけれども、やっぱりここは古い姿をそのままずっと継承してきた、守り続けてきたということで、ユネスコの無形文化遺産の指定を受けているということもありますね。

お客様が盛り上がる神楽であれば、良いかもしれませんがね。お客様にしてみたら退屈な部分はあるのかな。佐陀神能は静かな舞で、テンポがゆっくりで遅いです。石見神楽などはドンドンとリズムが速くなっていきますが、うちは鼓から入っています。

神楽で鼓を使うのはうちしかありません。

— 伝承者はどのような方たちですか。

幡垣家と宮川家という地域の神社の宮司さんの家が古くから伝えておられて、この 2 家を中心に現在も伝承が続いています。歴史的に見ると、かつて江戸時代までは、近隣の神社（触下三郡半）の神職と巫女が奉仕する習わしでありました。明治時代に神職が芸能をやってはいけないという国の方針（明治初期に出された神職演舞禁止令）によって神職による神楽舞が途絶えたのですが、佐陀神能では神事ということで神職で継続し、大正の頃に佐陀宮内地区の氏子に委ねられました。現在は、佐太神社・近郷諸社の神職・地元の有志で継承しています。

— 佐陀神能と出雲神楽との関係をお教え下さい。

近隣の神楽の基となったなどと説明されることが多いですが、影響を与えたという言い方のほうが良いとおっしゃる学者さんもいます。もともと神楽に能楽の要素を加えたものですし。ただ、400 年前から変えずに伝承してきている。例えば大蛇の神楽ではほとんどが提灯大蛇を使っていますが、それが流行っていてもうちは関係がない。うちは立ち大蛇です。全てが象徴舞の形を取っていま

す。

— 象徴させた舞という部分は現在の能と全く一緒ですね。

象徴させるところは全く一緒ですね。

— 大蛇はどのように表現されるのでしょうか。

大蛇（佐陀神能では「八重垣」）は盛り上がるので最後に上演します。他の神楽では八頭の大蛇が出てきたりと、この舞殿の中ではスペースが足らなくなるぐらいです。

大蛇は櫛を背中に背負って、両手で持って出てきます。そういう大蛇は他にはありません。背中に櫛を背負うのは、大蛇の背中には木が生い茂っていた、という伝承を表していて、手もその延長かと思います。立ったままで出てきます。石見型の提灯大蛇だけでなく、出雲地方でも地域によってはより古い形のトカゲ型で尻尾の長いものが出てきます、隠岐のほうでは幕の中から顔だけ出して大蛇を表現する。立ち姿のまま大蛇を表現するのはうちだけです。大蛇のセリフがあるのもうちだけです。

— 佐陀神能と佐太神社の例祭との関係はどのようになっているのでしょうか。

9月24日の祭の祭事に連動させた御座替神事でお清めの舞をする。25日にお祝いの「式三番」。続いて上演の神楽。江戸時代に神楽の祝（はふり）という神職の仕事があり（宮川家と幡垣家）、神楽と能楽を一体化させたものをやってみようと創られて、伝えられてきました。

真の神楽という巫女舞も伝わっていますが、それも佐太神社だけで舞っているもので、おそらくとても古いものかと思います。

— 舞うことによって神様と通じる、神様に捧げているというようなお気持ちがおありですか。

あんまり何も考えていません。

—お客様のことも意識なさらないのでしょうか。

全くしません。気にならないです。近隣神社で奉納しているときに、一人も見  
ていないということも何回かありますね。

誰かに見られているということよりも、舞うことに集中するというか。どんな  
に大きな舞台でも神能が始まってしまえば緊張はしないで関係ないですね。

(一昨年の国立劇場の舞台ではお囃子方が早く終わってしまって、キーと睨み  
ました。)

—お囃子方も地元の方たちですか。

ほとんどの方は(保存会に)入ってから楽器を始めています。

—笛は能管(能・狂言に使う笛)ですか。

能管です。

—楽器の演奏は作品によって違うのですか。

違います。似たような演奏をするのですが、場面によって違ってきます。

笛は30曲近くパターンがあって、組み合わせて作品で演奏する。

地方(じかた。楽器の演奏者)が演奏できるようになるには時間がかかります  
ね。まともに演奏できるようになるには、笛なら10年ぐらひはかかる。楽譜が  
ないので。

笛は複数で演奏します。今は皆で同じ系統の笛を使って音を合わせるように  
しているのですが、昔は微妙に音が違っていて、それを聞きながら舞っていま  
した。

小鼓は2人で笛と兼任。大鼓は大鼓専門か、太鼓がやる。太鼓が入るかどう  
かは場面、場面で変わる。鼓と笛だけの場面、鼓と謡、太鼓と笛で演奏する場  
面など。鬼が出てくる場合には太鼓が入ります。

小鼓、大鼓などが入るところが神楽と異なるところです。

—佐陀神能を伝承するときに困難なことがございますか。

一番大変なのは地方の継承です。簡単には演奏できるようにはなりません。

現在の一番の問題は後継者です。氏子の中で親子で継承されてゆくのが理想的だが、なかなかそのようには叶わず、地域の子どもたちに広く呼びかけて子ども教室などを行っている。ただ、子どもたちも学校の進学に合わせてなかなか継続が難しい現状があります。

子ども神能を松江市全体や島根町にもお声をかけて3年前から公民館で行っているが、コロナでなかなか集まれなくてできません。

女性もできる神能で、子どもは女の子のほうが多く入ってきます。

—お稽古はどのようにしているのでしょうか。

稽古は、公演や上演の前には月4回日曜日に行っていた。ただ現在は、コロナの感染予防のために稽古は行えていない。

（稽古、舞台がないので感覚を忘れてしまいますね。）

—どのような場所で上演しているのでしょうか。

コロナ前は周辺の神社のお祭などで（年に）14、5カ所回っていました。

公演としては岩手、秋田、東京、福岡、奄美大島などにも呼ばれて行きましたが、コロナになってからは全く行けていません。

ただ佐太神社の祭はコロナに関係なく行います。

—子どもたちも同じ演目を演じるのでしょうか。

少し台詞を変えたり、番外編をやったり。七座神事が基本の舞なのでそちらを覚えてもらったりしています。神話を勉強しないと演目をやっても楽しくないので。

昔は神話が身近だったように思います。今は学校でも教えないので（神話が遠い存在になってしまいました）。公民館では神話のマンガなどで少しでも神話に触れてもらうようにしたりしています。

登場人物と神社の神様とがリンクするように伝えられたらと思います。

—佐太神社の舞殿は三方が開かれている空間なのですね。

舞殿は三方が空いている。どこから見て頂いても大丈夫。本殿を一応向いて上



演しますが、四方どこから見て頂いても大丈夫なように演じます。

近くでご覧になるほうが楽しんで頂ける。大蛇はすり足かつ左右の足をねじりながら、難しい足さばきをしている。そういうのも近くで見るとわかんない。

目の前でご覧になると、「迫力が素晴らしくて面白い」と言って頂けます。

—大蛇役を演じる年齢は決まっていますのでしょうか。

他の神楽では大蛇役は20歳代なのですが、ここでの大蛇役は70歳代でもつとめており世界最年長の大蛇役だと言えます。現在最長年齢を更新中です。

以下の5項目については、インタビュー調査で得た内容をこちらで整理した。

□演じる際の心得：

奉納舞であることを基本として観客を意識することはない

体幹をどっしりと保つ

重心を低くする

小手先で動かず、全身を使って動く

ゆっくり大きく身体の全体を使って動く

余計な動きを除いて、身体の軸を揺らさずに動く

□上手な人の特徴：

身体が小さくても大きい舞を舞う方

身体の使い方が上手い方

セリフでの間の作り方、若干の間というのが大切

それぞれ得手不得手がありますが、重心を下げて、軸がブレないのは重要

□保存会の構成人数：

16名(内訳) 70歳代…5名 60歳代…1名 50歳代…3名

40歳代…3名 30歳代…1人名 20歳代…3名

## 【研究資料】

日本の伝統芸能を活用して健康寿命の延伸を推進する可能性を探る（その3）  
伝統芸能が継承する知恵に基づくオリジナル体操制作の試み

### □ユネスコ無形文化遺産登録記念事業

日本各地に伝わる『古事記』『日本書紀』の八岐大蛇退治の神話を題材にした神楽について4つの形態（立ち大蛇・トカゲ蛇・幕蛇・提灯蛇）を比較した公演が令和元年（2019）に実施された。

### □子どもたちへの伝承

令和元年文化庁伝統文化親子教室事業の補助を受けて、「子ども佐陀神能教室」を立ち上げて小学生児童12名を指導した。（令和3年度は小中学生21名）。公民館で月に一度指導する。発表会では男子は剣舞、女子は巫女舞を披露した。

※インタビュー調査で得られた情報の詳細に関しては、基本的に対象者の方の表現を尊重したが、読みやすさを勘案して表現を変えた部分もある。文責は発表者にあることを付記しておく。