

# いきいきライフ

## 清く正しく若々しく

### カラダとココロに元気を



全5回シリーズ  
▼第2回・下▲

公益財団法人SBS静岡健康増進センター公開講座「聞いてなるほど! いきいきライフ」の2016年度シリーズ(全5回)の第2回がこのほど、静岡市葵区のしずぎんホール「ユーフォニア」で行われた。第2回の後半、芸術塾代表(元タカラジェンヌ)の古城都さんの講演「清く正しく若々しく」の内容を紹介する。  
〈企画・制作/静岡新聞社事業部〉

私が宝塚の入団を決めたのは小学6年生の時です。学校の観劇日に初めて見た時の衝撃といったありませんでした。即「私は宝塚に入る」と決意し、両親に土下座をして稽古に通わせてもらいました。入学後も努力は惜しみませんでした。家にピアノがなかったの朝は音楽学校の開門前から、下校後も学校に残り、閉門までひたすら一人で

稽古をしたのです。そのかいあって、入団4年目で2本の舞台の主役をいただき、ついには月組のトップスターの座を得ることができました。しかし、その地位に甘んじてはいけなそうと思ひ、組子(くみこ)と呼ぶ月組の若い後輩たちにも、細やかに目を配る人であろうと努めてきました。

苦しくとも努力し続けたあの時代があったからこそ、いつも前向きでありたいという思いは、今も私の中に息づいています。そして、人に流されない、ということも学びました。流された方が楽かなと思ふときもありますが、自分の中の「自分」を尊重すること、案外正しいものが見えることもあります。私にとって宝塚は「宝島」。人生を歩む上で大切な心の財産をつくることのできた場所です。

宝塚の華麗な3時間の舞台を見ると、皆さんは「ああ、別世界だ」と思うことでしょう。あれは、団員たちのエネルギーの結果です。宝塚のステージは単なる舞台ではなく、「女神の手のひら」なのだと思ひます。だからこそ、あのステージに立つと、自然

も、尊敬の念を持つようになりかけています。その方から学ぶものが一つでも二つでもあれば、「今日は何か得をしたな」という気持ちになります。逆に、好きなことをしてみよう、別世界を知ろうと思うと、体の細胞が元気になる気がします。私は毎朝「今日も頑張ろう、今日は何が起きるかな」と、ワクワクしながら起床します。

前向きな気持ちで生きましょう。雨が降ったら「必要だから雨が降るんだ」、嫌な事が起きたら「これ以上悪くならない方がいいじゃない」。なんでもプラスに考えたいですね。

私は1958(昭和33)年に宝塚音楽学校に入り、12年間宝塚歌劇団に在団していました。宝塚というと華やかな女学校のように思う方もいるでしょうが、創立された102年前から「清く正しく美しく」のモットーのまま、劇団のどの生徒たちも身を正して稽古に打ち込んでいます。

結婚を機に73(昭和48)年に退団しました。結婚という第二の人生も充実した日々であり、夫の俳優、本郷功次郎は人生の師であり、父、兄であり、その愛を受け二人の息子を育てました。しかし一番辛かったのは、主人が脳梗塞を発症した時です。私の大きな試練でしたが、振り返れば、介護で多くのことを学ばせてもらい、積み重ねたたくさんの思いに出に感謝しつつ、現在があります。

宝塚にいたからといって、ずっと人生が蝶よ花よ、ではありません。どの世界でもそれぞれの人生があります。私の人生は一度しかありません。その人生を、自分なりに全うできる立派な自分でありたい。こう思えるのも、やはり宝塚で得た強さからだと思ひます。

また、人との出会いも大切です。毎日どんな方に出会って

す。物事を面倒くさがったり嫌だと思ったりしないこと。愚痴っていると、自分の体のエネルギーがなくなります。逆に、好きなことをしてみよう、別世界を知ろうと思うと、体の細胞が元気になる気がします。私は毎朝「今日も頑張ろう、今日は何が起きるかな」と、ワクワクしながら起床します。

前向きな気持ちで生きましょう。雨が降ったら「必要だから雨が降るんだ」、嫌な事が起きたら「これ以上悪くならない方がいいじゃない」。なんでもプラスに考えたいですね。

### 人生の原点は宝塚

稽古をしたのです。そのかいあって、入団4年目で2本の舞台の主役をいただき、ついには月組のトップスターの座を得ることができました。しかし、その地位に甘んじてはいけなそうと思ひ、組子(くみこ)と呼ぶ月組の若い後輩たちにも、細やかに目を配る人であろうと努めてきました。

苦しくとも努力し続けたあの時代があったからこそ、いつも前向きでありたいという思いは、今も私の中に息づいています。そして、人に流されない、ということも学びました。流された方が楽かなと思ふときもありますが、自分の中の「自分」を尊重すること、案外正しいものが見えることもあります。私にとって宝塚は「宝島」。人生を歩む上で大切な心の財産をつくることのできた場所です。

宝塚にいたからといって、ずっと人生が蝶よ花よ、ではありません。どの世界でもそれぞれの人生があります。私の人生は一度しかありません。その人生を、自分なりに全うできる立派な自分でありたい。こう思えるのも、やはり宝塚で得た強さからだと思ひます。

また、人との出会いも大切です。毎日どんな方に出会って

す。物事を面倒くさがったり嫌だと思ったりしないこと。愚痴っていると、自分の体のエネルギーがなくなります。逆に、好きなことをしてみよう、別世界を知ろうと思うと、体の細胞が元気になる気がします。私は毎朝「今日も頑張ろう、今日は何が起きるかな」と、ワクワクしながら起床します。

前向きな気持ちで生きましょう。雨が降ったら「必要だから雨が降るんだ」、嫌な事が起きたら「これ以上悪くならない方がいいじゃない」。なんでもプラスに考えたいですね。

## いくつになっても 積極的に挑戦を

結婚を機に73(昭和48)年に退団しました。結婚という第二の人生も充実した日々であり、夫の俳優、本郷功次郎は人生の師であり、父、兄であり、その愛を受け二人の息子を育てました。しかし一番辛かったのは、主人が脳梗塞を発症した時です。私の大きな試練でしたが、振り返れば、介護で多くのことを学ばせてもらい、積み重ねたたくさんの思いに出に感謝しつつ、現在があります。

### どこにも学びがある

遠山和成 1941年生まれ。県立県立総合病院の外科医長、副院長を歴任し、2006年よりSBS静岡健康増進センター所長。

遠山和成 1941年生まれ。県立県立総合病院の外科医長、副院長を歴任し、2006年よりSBS静岡健康増進センター所長。

### いつもプラス思考で

今、子どもから大人まで、宝塚への受験指導や音楽、ダンスなどを教えています。宝塚受験を目指す少女たちには、当時の自分の夢を重ね合わせます。そんな彼女たちの前向きなエネルギーが私の元気のもとです。

全国での指導で感じるのは、静岡は温かい性質の方が多いですね。ただ欲を言えば、もう少し自分を大事にしてほしい。もっと積極的に好きなことに挑戦してほしいです。「もう年だから」と、年齢を理由に諦めないでください。人間は何もしないとだんだんエネルギーが落ちていきま

す。物事を面倒くさがったり嫌だと思ったりしないこと。愚痴っていると、自分の体のエネルギーがなくなります。逆に、好きなことをしてみよう、別世界を知ろうと思うと、体の細胞が元気になる気がします。私は毎朝「今日も頑張ろう、今日は何が起きるかな」と、ワクワクしながら起床します。

前向きな気持ちで生きましょう。雨が降ったら「必要だから雨が降るんだ」、嫌な事が起きたら「これ以上悪くならない方がいいじゃない」。なんでもプラスに考えたいですね。

## 遠山所長の健康セミナー Dr.TOYAMA's eye



静銀ホール8階に私が到着したのは開場1時間前でした。声が響き歌が聞こえるユーフォニア。腹にズン、頭にスーと入り込む魅了する声。越路吹雪? まさか。ステージでは元タカラジェンヌのトップスター古城都さんの歌とダンスの併せ技。間違いではなかった。昨年、ある会で彼女の歌とダンスに惚れ込んで1年半、本講座への出演を頼み続けただけのことはありました。ありがとう、古城さん。

宝塚は子供の頃から彼女の全て、宝島でもありましたとお話。清く正しく美しく人生を歩み、宝塚のトップスターとなってからも1秒を大切にすれば1秒に救われ、新たな1秒が我が物となるを信じ、常に前向き人生。このように彼女の良き人生の源は、後輩たちへの教え

でもありました。彼女が全国を回って気付いた事は、静岡には温かな人が多いということでした。仰せの通り、静岡はおおらかな人が住む所。日照時間も全国で1、2。会場内はシーン。知らなかったんだ、皆の衆。

講座も終わりに近づき、歌とダンスのコラボの始まり。心にしみ通る「すみれの花咲く頃」、続いてはガンガン踊りの「ろくでなし」。会場内は拍手拍手で盛り上がり、あっという間の1時間。よかった。素晴らしかった。

終わりに、彼女の一つのお願い。夜の日本平から清水港を見下ろして「ろくでなし」を歌って踊ってくださ。ご案内は師匠、オノチャン、私です。ハイ、ジャジャジャン。