

**FREE**

発行人：源真典（株式会社 CRAS）／一木広治（株式会社ヘッドライン）  
Team JAPAN BACK BREAKER  
〒700-0925 岡山県岡山市北区大元上町 12-14 Lee ビルディング 4F TEL:086-250-8089  
編集・制作 株式会社ヘッドライン  
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷 2-9-6 パルビゾン 3 403 号

読んで、元気に!!

# JAPAN MOVE UP

from OKAYAMA

vol.2 MAY-JUL 2013



誰もが元気になる  
DANCEのチカラ

SPECIAL INTERVIEW  
**EXILE USA**  
ダンスという共通言語で世界をつなげたい

SPECIAL INTERVIEW  
**藤井 恵**  
自分を信じ続けてあげたい

TOKYO HEADLINE  
Free news is good news  
since 2002



## 日本を元気に！



UNITED STATES OF AMERICA

## EXILE USA

## ダンスという共通言語で世界をつなげたい

EXILEのパフォーマーの中でもダンスにける情熱とテクニックはピカイチのUSA。ライフワークだと言う“DANCE EARTH”の活動を通じ、世界をつなげたいと語る。そんなUSAが考えるダンスの力とは。また世界中のダンサーとセッションしてきて、感じたこと、伝えたいことを今後の展望とともに聞く。(聞き手・一木広治)

## ダンスでは誰にも負けたくなかった

一木 (以下、一) 「ダンスはいつから始めたの？」  
USA (以下、U) 「中学生ぐらいですね。ちょうどダンス甲子園とか、日本がダンスブームだった時です。ニュージャックスイングとか流行ったころで、義務教育が終わって高校に行く時に、自分で人生を選ばなきゃいけないんだって思って、すごくブルーになっちゃって。卒業の時も先生から就職案内の紙をもらったんだけど、それを見ても全然テンションが上がらなくて(笑)。そこで自分の心の中の声を聞いたら、やっぱり踊りが大好きだっていうことを再確認したから、お金を貯めてニューヨークに行ったりしました。

本当に心の底から踊りが好きだったから、狂ったように練習したし、好きだって思う気持ちがすべてのパワーになっていたように思います。その当時はダンスで食べていけるなんて、周りも思っていなかったし、自分もプロになる道筋が分からなかった。でもとにかくめっちゃくちゃまくなりたかったし、誰にも負けたくないという気持ちだけはずっと持っていましたね」



一木広治 (ICHIKI KOJI) 株式会社ヘッドライン代表取締役社長 / 二十一世紀倶楽部理事事務局長 / ライオンズ日本財団評議員 / 株式会社LDH エグゼクティブプロデューサー / 株式会社ローソン顧問 / 株式会社モブキャストエグゼクティブプロデューサー / アンファー株式会社顧問 / 東京2020オリンピック・パラリンピック招致委員会事業広報アドバイザー / 淑徳大学人文学科客員教授 (2014年4月～)



## ダンスは世界の共通言語

—「USAさんがやっている“DANCE EARTH”という活動について、教えてください」

U「“DANCE EARTH”は、僕のライフワークです。この地球上にはダンスがない国も民族もないので、そんなダンスという世界共通言語で世界がつながれるんじゃないかっていう思いから始まりました。それで、地球を知る旅を2006年ぐらいからずっと続けていて、それを書籍にしたり、映像

にしたり、絵本にしたり、舞台化したりといろいろな表現で伝えています。4月には第3弾となる書籍『地球で踊ろう！ DANCE EARTH ~ Change the World ~』を出版しました。今回の本には、国民の97%が幸せだと言うブータンに行った時の記録も載っているのですが、そこでの踊りが、生まれて初めてですごく強烈でした。ブータンは仏教の国なので、毎日お経を唱えることでご利益

があると言われているのですが、字が読めない人も多いので、代わりに踊りで祈る人を見ることで、お経を読んだのと同じご利益があるんです。だから、神様の役をやりながら幸せに導く踊りを踊らなければならないのですが、技術はあっても踊りで祈ることがよく分からなくて…。あなたの踊りには祈りが無いって言われて、すごくショックでしたね」

## 世界初のダンスフロアで踊る

—「国によって、ダンスの意味が違うとか？」

U「そうです。今言ったように、ブータンではダンスが祈りであるように、大地への感謝の気持ちを捧げるものだったり、また単純にただ楽しい！っていうダンスもあります。アフリカが人類の発祥の地だと言われてますが、タンザニアのオルドバイ渓谷には、一番古い足跡があるんです。ということは、人類が一番最初に踊ったダンスフロアはそこだと思って、そこで踊りたいなと思って行ってみたり。最初は僕が何者か分からないから、なんだこいつはっていうのがありましたけど、不思議と踊った瞬間怪しいものじゃないっていうのが分かるみたい。踊りで人が分かるんですよ。だからあまり拒否されたことはありませんが、インディアンは最初は撮影NGでした。彼らは本当に大切な事や教えを音楽とか踊りにして次の世代に継承するんです。セブンスジェネレーションって言って、本当に未来のことを考えるなら7世代先までを考えると、7世代先の子どもが今と同じように暮らせないようなものは作っちゃいけないって。先祖の教えを伝えていく、そんなダンスもあります」



撮影：野野裕

## 日本ほど踊りの好きな国はない

—「“DANCE EARTH”で世界を見てきたUSAさんが感じる日本と世界の違いって何ですか？」

U「世界のいろいろなダンスを踊りながら感じたことなんですけど、実は日本ほど、踊りが好きな国はないんじゃないかって思ってるんです。それで調べてみたら、踊りの種類や祭りは世界トップレベルで多いんですね。それって僕ら日本人もそんなに意識していないけど、地域によって踊りや祭りって全然違って、とにかく日本全国で独自の踊りがあるぐらい、俺たちの国は踊る国なんだって、外から見ても思いました。言い伝えによると、自然の中に神が宿る八百万の神っていう考え方から、その自然を祭るためには、必ず踊りがあるという。だから今後は、日本全国にある踊りと祭りに全部参加して、次回は“DANCE EARTH JAPAN”をやりたいですね」





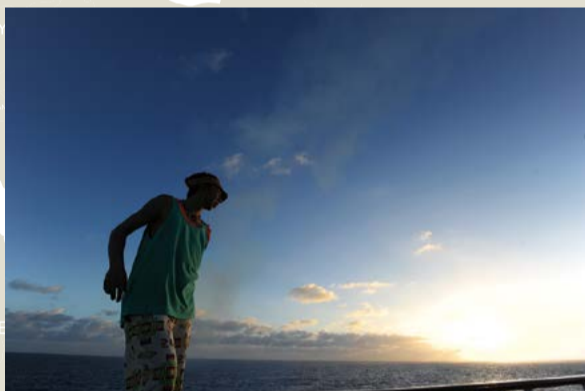
## ダンスは最高の遊び

—「ところでUSAさんは、子どもたちにダンスを教える“夢の課外授業”を通じ、ダンスで日本を元気にという活動などいろいろなことをやっていますが、その活動を通じて何を感じますか？」

U「ダンスって特別なものも必要としないし、どこでもちょっとしたスペースがあればできる最高の遊びだと思うんです。それと同時に、子どもたちに教えながら、心と体って繋がっているんだなって、感じるんです。体がほぐれて楽しくなっていくと自然と笑顔になる。実は今、朝ダンス体操っていうラジオ体操に代わるプロジェクトも温めているんです。これは簡易的に皆さんが参加できるダンス体操です。例えば、子どものころってラジオ体操で、テンションを上げたり、スタンプを集めて楽しんだりしましたよね。だからその楽しさを今の時代ならではのダンスの要素を取り入れたらより楽しくなって、笑顔があふれるんじゃないかと思って作りました」







## 日本を元気にするパフォーマンスをしたい

「話は変わりますが、今全国ドームツアーの真っ最中ですよ」

「はい。各地で熱いライブが繰り広げられて、すごく楽しいです。皆さんがすごいエネルギーで返してくれるので、僕らも充実したツアーを回らせていただいています。1回のライブでは、かなりのエネルギーを消費するので、次の日はちょっと立てないぐらいの筋肉痛になることも(笑)。でも不思議と体を温めて、音楽がかかると復活し

ます。全国をいろいろと回っていますが、岡山のみなさんにも、ぜひライブ会場に足を運んでいただき、一緒に踊りたいと思います。踊って、歌って、みんなで元気になりたいと思っているので、会場に遊びに来てほしいですね。これからも皆さんに元気になってもらえるパフォーマンスをしていきたいと思っていますので、応援よろしくお願ひします」



EXILE USA'S

# POSITIVE ITEM

いつも前向きな USA の気持ちがあがる  
 とっておきのポジティブアイテムを紹介

## ★ POSITIVE BOOK ★

【人生の100のリスト ロバートハリス】  
 人生で成し遂げたい夢を書き記すことによつて、言霊となり姿を現す！ 自分も100個の夢リストを書いています。

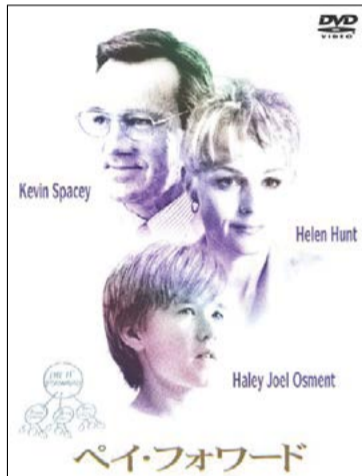


## ★ POSITIVE MUSIC ★

【スリーリトルバード ボブ・マーリー】  
 ラスタのスピリットが心に響きます。大丈夫、きっとすべてうまくいくさ〜♪

## ★ POSITIVE MOVIE ★

【ペイ・フォワード】  
 「もし世界を変えることができるなら君なら何をする？」という問いに対して少年がとった行動が大人たちを感動させて、世界を変えていく物語でポジティブになれる。



## ★ POSITIVE LOCATION ★

【DANCE EARTH VILLAGE】  
 自給自足をテーマとした世界最強のダンスフロア。自然の中で思いつき踊ると元気100%。



## ★ POSITIVE ITEM ★

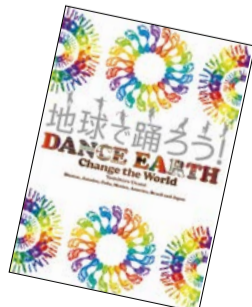
【テキーラ】  
 メキシコという言葉で「うれしい時もテキーラ 悲しい時もテキーラ」とあるぐらい、ポジティブなお酒。おすすめはアガベ 100% のプレミアムテキーラ♪



『絵本 ダンスアース2』  
 世界の子どもたちがダンスで仲良くなることを願い作られた絵本『ダンスアース』の第2弾が発売中。前作でダンスを通じて世界各地を旅したラブとピースが、今度はさまざまな動物たちと一緒に踊りだす。子どもが思わず踊りだすあたたかくて楽しい絵本。『絵本 ダンスアース2』【さく】宇佐美吉啓 (USA・EXILE) 【え】のぶみ【価格】1300円(税込)【発行元】木楽舎



『DANCE EARTH - BEAT TRIP -』  
 USA がライフワークとして活動するダンスプロジェクト“DANCE EARTH”が劇場公開決定！ USA 自身が言葉やカルチャーの異なる世界7カ国を旅し、地域の人々と心を通わせ交流する様子を描いたドキュメンタリー。USAのダンスで、あなたの心も踊りだす!? 『DANCE EARTH - BEAT TRIP -』5月18日(土)よりTOHOシネマズ系ほか劇場にて公開(1週間限定)  
 ©2013 LDHINC. ALL RIGHTS RESERVED.



ダンスアース・ブック第3弾が絶賛発売中！ USA のパワフルなダンストリップを言葉と写真と映像で伝える。同書をUSAのサイン入りで読者1名にプレゼント。応募方法は裏表紙に！ DVD-BOOK『地球で踊ろう！ DANCE EARTH ~ Change the World ~』【定価】1600円(税抜)



**JAPAN  
MOVE UP!**  
日本を元気に  
from OKAYAMA

# 藤井 恵

## 自分を信じ続けてあげたい

日本の女子における総合格闘技（MMA）のトップランナーである藤井恵さんは岡山県井原市の出身。柔道少女だった彼女は中学まで岡山で過ごし、以降、兵庫、東京の名門校で柔道に打ち込み、やがて総合格闘技の世界に足を踏み入れる。“闘い”という過酷な場に身を置いてきた彼女のポジティブな生き方を探る。

### メンタルは強い方ではなかった

「メンタルは強くはなかったです。柔道のころから、迷ったり、自分に自信が持てないなかで試合をしていることが多かったですね。相手と1対1でぶつかり合うっていう恐怖感などはやっぱりありましたし。吹っ切れたのは総合を始めてからですね。単純な話なんですけど、打撃が入ってくるじゃないですか。組み技だけでも相手が何をしてくるのか？ 自分は何ができるのか？といった恐怖感とか緊張感っていうのは、もともとあったんですけど、顔を殴られるということが入ってきたときに、今まででは想

像のつかない恐怖感がありました。でも、そういう恐怖感が自分の集中力をすごく高めてくれているなっていうことを、あるとき感じたんですよ。今まででもそれなりに集中はできていたつもりなんですけど、総合を始めたら、集中して

いるときの自分の感覚が、今までにないものだった。本当にもう全部点で見えるような、隙間が見えるくらい集中力が高まっていった。その集中力が恐怖感を取り除いてくれるので迷いがなくなりました」

### 認めてもらえるまで、絶対負けないうで頑張ろう

「自分が勝ち続けることで女子が注目してもらえる。勝つ内容、勝ち方でみんながまた見てくれて、女子でもというか……こういう戦い方が

できるんだっていうのを見てもらいたかったんです。そのためには事実を作らなきゃ誰も見てくれない。勝ち続けることっていうのは、ちゃんとした事実・現実を積み重ねていくこと。昨年負けるまで22連勝だったんですけど、そういう連勝記録というのが初めてだったので海外のメディアに取材に来てもらったりして、そういう意味では、自分がスタートしたときの“言葉をちゃんと拾ってもらうまでは、絶対負けないうで頑張ろう”っていうのは達成できたところがあったと思うんです。で、そういうなかで、初めてアメリカで対戦して負けたのはすごく悔しかったんですけど…、みんながすごく温かかったんですね。だから、乗り越えられたというか。まあ、初めて負けたのも、相手に負けたというよりジャッジで負けたような評価もあったんです。黒星という結果は残ってしまうんですけど、ちゃんと戦いを見てくれる人がいて、評価をしてくれたことがうれしかった」

### 終わった後に後悔するのは嫌

「練習でも試合でも、追い込まれてマットを叩いてしまえば楽になることはあります。でも終わった後に後悔するのが嫌だから叩かない。結局、自分を信じ切れずに“参った”するわけじゃないですか。考えているときって、まだ全然動けるし、できるんです。でも逆に“ああダメだ”って思うと自分の動きを止めちゃうんです。やっぱり自分を信じ続けてあげたいなっていう気持ちがあるんですけど、それが原動力になっているんでしょうね。こんなこと言ってますけど、つらいというか、後悔することは何回もありました。試合中に“行こうかな、行ったらなんかされちゃうかな”って迷ったときというのは、次の試合でそれを克服できるまで、ずーっと心に残るんですよ。それを引きずりながら毎日過ごすのはしんどいときがありますね」



1974年4月26日生まれ。岡山県井原市出身。AACC所属。日本の女子総合格闘技のトップランナー。28戦26勝2敗。2010年に男女含めての総合格闘技連勝記録22連勝を樹立。2012年に初黒星を喫するまで、海外の総合格闘技ランキングサイトで長年にわたるパウンドフォーパウンド（すべての階級の選手が同じ体重だった場合、誰が1番かという称号）とー52kg級で世界ランキング1位を保持。

撮影：蔦野裕



## 器用じゃないのでひとつのことしか考えられなくなる

「女性というと、恋愛、結婚、出産といったことを聞かれることもあるんですが、考えてくはないですね。優先順位が格闘技になってるだけ。まず自分が納得いくまでやって、自分を応援してくれている人にも喜んでもらいたい。そこをちゃんと中途半端にならないようにしないと、ほかのことも中途半端になりそう。順番にひとつずつ。器用じゃないから、同時にできないっていうのもあるんですよ。よく“女は男でダメになる”とか、言われるんですよ。でもそれって女だけじゃない。男の人だって、彼女ができて、大切なものができたらそっちを優先するし。でもそういう声にも敏感になっていて、“女でもここまでやり切れるんだ！”っていうのを見せたいなっていうのは正直ありました。“そうじゃない、そうじゃない”って口で言っても、実際にやらないと、誰も分かってくれないし、認めてくれないんで。そういう思いがあるから、結婚しないとかなじゃないですけど、優先順位としては格闘技が一番。そこの整理をつけてから、結婚という流れにしたいなと思いますね。結婚するから引退っていうのは、私のなかにはないですね」

## 山の中を走り回って足腰を鍛えた岡山時代

「岡山には中学までいました。柔道をやっていて“オリンピックに出て、金メダルを取りたい”という夢があって、高校は兵庫県の夙川学院っていう女子高に行きました。当時柔道が日本で強くて、その寮に入って毎日柔道をしていました。それから国士館大学に進んで、当時は団体で日本一にもなりました。中学までは柔道と陸上を掛け持ちしてたんですよ。100mとハードルをやってました。泳ぐのも速かったんですけど、柔道始めたら、遅くなっちゃいました（笑）。私が住んでいたところは井原っていう、もう本当にすごい田舎なんですよ！ 小さいころからボコボコの山道を走らされていたんです。獣道みたいなところとか100段くらいあるような神社の階段を上ったりとか。足場が悪



いところを走らされたおかげでバランスはよくなったのかな？（笑）。帰ったときには不思議なもので、昔歩いた道だったり、家の近くの桜

並木とかをのんびり歩いたり。近くに小田川っていう川があるんですけど、そんなところを見たりしてますね」

## ミックスドマーシャルアーツ～格闘技の芸術

「人を殴るのが好きなわけではなくて、なにかを作り上げるのが好きなんです。職人的なものだと思うんですけど。外から見ているとただの腕十字に見えるかもしれないんですが、私からしたら、ここからここまで細かいことを考えて、その一本に至っているということがあります。MMAってミックスドマーシャルアーツの

略じゃないですか。闘いの芸術という意味合いがあって、曲線的な動きで何かが決まったり、何かが倒れる瞬間って、痛さとか衝撃よりも、なんか高揚感があるんですよ。理想としては動きの中で…なんだろう、直線的な動きじゃなくて、円の中の動きの中で極めにいたりとか。そういう動きを目指しています」

## あなたにとって格闘技とは？

「人格形成の場である、と思っています。普段とは違う自分になって戦っている部分があるんです。試合だと迷いなく戦っているように見られるんですが、普段は迷ったり、恐怖感があって一歩前に出られないこともあります。いきなり話を振られて、しどろもどろになっちゃったりとか（笑）。そういう自分の性格を改善したくて、違う自分で戦っている部分はあります。試合で調子がいい時って、相手が止まっているように見えるんですよ。一番いいときは毛穴が見えたこともあった。そういうのって普段の自分だと全然…。違う自分になろうとしていて、

そういう発見もありました。痛みに対しての強さだったり、いろんな葛藤から乗り越える強さだったり、壁ができたときに乗り越える方法といったものを、すごく発見させてくれる場所ですので、人間の可能性を知ることができたっていうのはあります。練習をやればやるだけ精神が研ぎ澄まされたりとか、余計な肉も落ちてきたりとかするので、修行した分だけ進化するということを実体験を通じていろいろ感じることもできたので、それはとても大きな財産になっていますね」



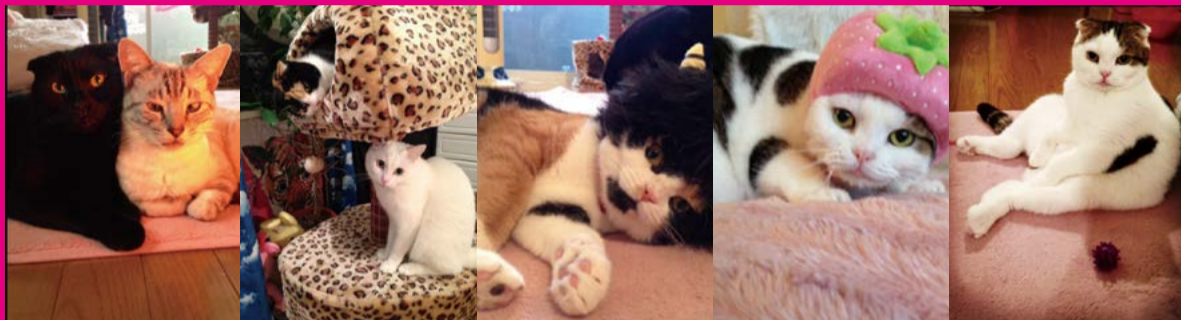


# Megumi's POSITIVE ITEM

## CAT

「猫を5匹飼っています。試合前の殺伐とした期間は猫たちに癒されながら過ごしています。名前は、アンクルタイガー（9才）、モモロック（5才）、虎次郎（4才）、白桃（4才）、姫（1才）。猫のマイペースで甘えん坊でツンデレなところが好きで、試合前に張り詰めた気持ちでいても、お家に帰ってニャンコ達に会うと心がほぐれて

リセットできます。また、疲れたり泣いてたりすると、近くに座っててくれるので、すごく安心できますね。また、彼らからは筋肉のしなやかさ、瞬発力、すり足、バランス、動きを勉強させてもらうことも。私にとって猫たちは、家族でもあり、私の気持ちを全部知ってるので分身みたいな存在です。この子たちと一度でいいから話してみたい（笑）。猫に囲まれて寝るのがなによりも幸せです」



## MUSIC 「Timeless Timber『JUST SING』」／「葉加瀬太郎『エトピリカ』」

「『JUST SING』は友達のバンドの曲を入場曲で使わせてもらってるんですけど、現役を続けていくなかで、いろいろ悩みがあったり、うまくいかないことがあったり、初心を忘れるようなときっていうのが時々あって、そういうときにこの曲に出会いました。自分の中で、草原の中において、そこを駆け抜けているようなイメージが持てて、それを聞くと、余計なものが落ちて、きれいな

気持ちになれるような、そんな曲なんです。女性の方と男性の方が歌ってるんですけど、女性の方がたまたま岡山の出身で、しかも弟と同級生。タイトルの『ジャスト・シング』もただ歌うとかそういうような意味合い。私も何かしたいために戦うんじゃなくて、ただ戦いたいだけ。本能でそこに向き合っているっていう感覚とタイトルが合っているなって思っています」

「『エトピリカ』は昔から試合前によく聴きます。この曲を聴くとなぜだか涙が出てくるんです。雑念が消え初心に戻れるんです」



## BOOK 「マザーテレサの本」

「試合前は上がってき過ぎちゃうんで、本を読んで落ち着くようにしています。中でも好きな言葉は“わたしたちのしていることが、大洋中の一滴の水にすぎないことを知っています。でも、この一滴がなければ、この大洋に、一滴の水が足りないことになるのです”と“大切なのは、私達が何をやるかという事なのではなく、どれだけの愛をその行いに込めるかどうかです。小さなことも、大きな愛を持って”です」



## TIME 「練習」

「練習が好きなんですよね。だから全然苦じゃない。やったらやっただけ自分に返って来るのが分かるし、その成長を見るのが面白いんです」

## NATURE

### 「自然・海を見る（江ノ島、七里ガ浜、鎌倉）」

「わざとポジティブになろうとしてるんじゃなくて、基本的にポジティブなんですよ。でも試合前はどうしてもいつものメンタルとは変わってくるんで、そういうときには自然を見に行くことが多いですね。海を見たりすると、自分がちっぽけに思えて、こんなちっぽけな自分なんだから、細かいことばかり考え過ぎても、仕方ない。もう決めたことを思ったとおりに、後悔しないようにやればいいんじゃないかなって切り替えられるんですよ」



藤井恵選手も着ている「INSPIRIT」のTシャツ（黒）を、藤井選手のサインを入れて読者3名にプレゼント！ 詳しい応募方法は裏表紙に！



# Thank you! TEACHER

vol.03

 タレント  
**水内猛**


## 何かひとつでも心に残るメッセージを届けたい

元プロサッカー選手で、引退後はキャスターに転身した水内猛。現在では、そのトーク力でタレントとしても活躍している。そんな彼が、二十一世紀倶楽部の『夢の課外授業』や日本サッカー協会の『夢先生』などの活動を通じ、全国の小・中学生たちに伝えてきたことは。

### 高校時代の恩師の忘れられない言葉

「僕自身が一番影響を受けたのは、高校時代の監督です。見た目のインパクトがすごくて、初めてあった時は、ゴリラみたいな人だなって(笑)。でもすごく熱い人で、1年生の時から、要求が高かった。先生によく言われていたのが“頑張れ”っていう言葉。でも僕は一生懸命頑張っていたの



撮影：蔦野祐

で、どういう意味かいまち理解できませんでした。ただ3年生になった時に、“今、何をどう頑張るかを考えなさい。何も考えないで、ひたすらボールを追いかけて走っているのは、頑張っていない”と言われ、それでやっと気付きました。ただ、もっと早くそう言ってほしかった(笑)。結局1年生の時から毎日言われていた“何かをやるときは向上心を持ってやりなさい”ということと“創意工夫”ということが、“頑張れ”だったんです。上手になりたい、強くなりたい、そういう向上心があるから、上手くなるし、それをどうやって工夫してやるのが大切だと。その教えは、今の僕の中でつながっていますね」

### 悪いことはハッキリと断れる子どもに

「今、夢の課外授業やサッカー協会主催の夢先生というプロジェクトで、全国の小学生や中学生にいろいろ教えているんですが、向上心を持つこと、創意工夫をすることが大切だと教えています。同じ事をやるにしても適当にやる子と、ちょっと考えてやる子なら、そこで差が出てくるんだよって言います。それと必ず言うのは、学校には校則があるし、スポーツにはルールがある。そしてそのルールを犯すと相手ボールになるとか、罰則が必ずあるっていうこと。もっと大きくなると社会の

元プロサッカー選手。1992年浦和レッドダイヤモンズに入団。Jリーグ開幕後の1993年からレギュラーに定着。主軸として活躍し、その明るいキャラクターからファンを虜にした。後に、ブランメル仙台(現ベガルタ仙台)に移籍し1997年現役引退。引退後は、『REDS TV GGR』のキャスターを務める等、スポーツ番組を中心に多方面で精力的に活動している。

ルールがあって、そこではルールを破ると法律で罰せられて、捕まっちゃうこともあるんだよ。だからルールの範囲内でいかにしてやるかっていうのが、人生を楽しくするんだってことを教えてます。もし、自分を悪い方向に持っていこうとする人が出てきた時に、“自分は嫌だからやらないよ”って言える人間になってほしい。そういうことも含め、サッカーだけではなく、社会に出る上で大切なことも教えていきたいですし、その中で何かひとつでも子どもたちの心に残れば良いと思っています」

### 偶然の出会いを大切にしたい

「僕と子どもたちが会えたっていうことはたまたまなんです。子どもたちもたまたま同じ学校に通い、そしてたまたま同じ組になって、同じ先生に教えてもらっている。だったら、たまたま出会ったこの仲間と何かひとつのことができれば楽しいんじゃないかって言っています。中学や高校、大学や社会人になったら、もっともっとたくさんの人と出会う。僕はサッカーをやっていたから、世界中に仲間ができたし、そういう偶然の出会いを大事にしようって。だから、小学校の時にたまたま僕の授業を受けて、そのことを覚えていてくれたらうれしいですね。その子が将来一流アスリートになった時には“水内さんの授業を受けて、プロになろうと思いました”っていう子が出てきたら最高ですね。だからいつも名前はちゃんと覚えてるよって言ってます(笑)」



# Be POSITIVE

## Culture/Item/Entertainment and more

人に元気を与える人になるには、自分自身が元気でハッピーじゃなきゃ。ムカつくこと、悲しいこと、情けないこと、失敗すること、心が痛くなる出来事…。毎日毎日嫌なことはあるけど、ほんの少し見方を変えて見ることで、気持ちは前向きに立て直せるはず。そんな時、そっと背中を押してくれるさまざまなモノ。友達、家族、ペットなど心許せるモノをはじめ、楽しい映画、ノリノリの音楽、感動的な本など、心に響くものを誰でもひとつ持っている。また、それだけではなく、髪形を変えたり、旅行に行ったり、美味しいものを食べたり、やってみたかった習い事に挑戦したり、自分を変えてみることで、人生が楽しくなる方法もたくさんあるはず。そんなポジティブになれる最強のカルチャーやアイテムやエンターテインメントなどをご紹介します。あなたの気持ちがハッピーになるようなモノに出会えますように。

## MUSIC

日本のハートを届ける、クリス・ハート



世界各地から歌自慢が集ったテレビ番組『のどまんザ! ワールド』で、ハートのある歌声と圧倒的な歌唱力で優勝した、クリス・ハートが、デビューした。デビュー作はシングル『home』。彼が世に出るきっかけとなった『のどまん——』でも歌った、木山裕策によるヒット曲のカバーだ。もちろん日本語で歌う。アメリカ生まれ、アメリカ育ちの彼が日本に興味を持ったのは、中学生のときにひょんなことから学校で日本語を履修したこと。そこから日本語や日本の音楽にハマリ、日本人とロックバンドを組んで活動。さらには大学でも日本語を学んだほどだ。本格的に音楽活動をスタートすると誓ったのが3年前。今は、「ストーリーテラーとなってたくさんのいい歌を届けたい」と活動する。当面の夢は「紅白歌合戦に出場すること」と本人。夢に向かってマイペースで突き進むクリス・ハートのこれからの注目だ!

Debut Single 『home』 ユニバーサルシグマより発売中。1050円(税込)。【クリス・ハート公式ウェブサイト】<http://www.universal-music.co.jp/chris-hart/>

## MOVIE

『カルテット! 人生のオペラハウス』



2度のアカデミー賞に輝く名優、ダスティン・ホフマンが満を持して初監督に挑戦した話題作。マギー・スミス、ビリー・コノリーら名優陣を揃え、英国の美しい田園風景の中に建つ“音楽の館”で繰り広げられる騒動を、軽妙な笑いと極上の音楽で描くハートフルストーリー。

引退した音楽家たちが暮らす“ビーチャムハウス”では目前に迫った大切なコンサートの準備が進められていた。ところが、そこで暮らすレジー、シシー、ウィルフの前に、かつて袂を分かったカルテットメンバー、ジーンが現れる。誰もが伝説のカルテット再結成を期待するのだが…。

劇中では、世界的ソプラノ歌手、ギネス・ジョーンズをはじめとする名だたる音楽家たちが“椿姫”や“トスカ”といった名作オペラを中心に、名曲の数々を披露する。

監督:ダスティン・ホフマン 出演:マギー・スミス他/1時間38分/ギャガ配給/6月15日よりシネマ・クレール丸の内にて公開 <http://quartet.gaga.ne.jp/>  
©Headline Pictures (Quartet) Limited and the British Broadcasting Corporation 2012

## BOOK

すべてのプレーには根拠がある

WBC・プロ野球解説者の工藤公康氏が、これまでの常識を覆す、野球の観戦術・見方を徹底指南した書籍『野球のプレーに、「偶然」はない』を発売した。同書は、観戦時にプロ野球解説者の視点を取り入れることで、野球の見方が変わると提言。投手、捕手、野手、打者、ベンチと各ポジションや役割ごとに観戦を楽しむ29の視点を紹介。それにより、“捕手の動きから、次の球種が読める”、“各守備位置における選手の守備力の優劣がわかる”などが見えてくるという。テレビで野球を見るときにも、そんな視点を取り入れてポジティブに! 知っているのと野球観戦が100倍楽しくなる。読者3名に同書をプレゼント。応募方法は裏表紙に!



『野球のプレーに、「偶然」はない』【定価】1575円(税込)【発行】カンゼン

## FOOD

日本のソウルフード「つけもの」で腸内美人に

「腸活」という言葉を知っていますか? これは健康や美肌のために「腸内環境」を整える活動のこと。グリーンスムージーブームをはじめ、サプリや健康食品にも整腸作用をうたったものが多く発売されるなど、現在じわじわと「腸活」が進行中。中でも最近の注目は発酵食品。ヘルシー&ダイエットブームから、日本的食生活が見直されてきたが、味噌や醤油、納豆など、日本食には欠かせない発酵食品が腸内環境を整えるのに大きな役割を果たしていることで、さらなるブームになっている。そして、今改めて見直されているのが「つけもの」。元グラビアアイドルの川村ひかるは「漬けドル」として、再ブレイク中だ。ぬか漬けは、酵素、ビタミン、ミネラルそして乳酸菌の宝庫。腸内環境を整えると同時に、美肌や老化防止にも効果があるとか。日本のソウルフード「つけもの」で、体の中からキレイになろう!



発酵美人  
川村ひかる



# チャリティークラシック&エキゾチックカーツーリング Vecchio Bambino 2013 開催!



POSITIVE EVENT  
from OKAYAMA

岡山県内外から世界のオールドカーが集結し、県内を走る「ベッキオバンビーノ」が4月6日、7日に開催された。昨年に続き3年目となる同イベントは、東日本大震災の復興支援と交通遺児支援のチャリティーを目的とし、チェックポイントでは、ドライバーや応援に訪れた人に、義援金を募りながら走行した。

当日は、岡山には珍しく雨と強風に見舞われあいにくの天気。自慢のオープンカーで参加した人も、あまりの悪天候にお手上げの様子。それでも6日の朝8時に、岡山縣護国神社

社から出発するときは境内や沿道に集まった人たちに、笑顔で手を振ってスタートした。

今回エントリーした自動車は80台。ポルシェやベンツ、ジャガー、フェラーリ、ベントレーなど、海外の名車、高級車ばかり。その車が列になり、一般道を走行する様子は圧巻で、道行く人や対向車に乗った人も驚いた表情。子どもたちは、慌てて携帯のカメラを構えたり、必死に手を振ったりするなど大興奮する姿も見られた。

第1日目のゴールは倉敷のアイビススクエア。蔦の美しい建物の正面玄関と中庭に、夕方18時30分過ぎから、次々にゴールした車が止められると、まるでクラシックカー博物館のよう。そんな愛車を愛でながら、館内ではお疲れ様のパーティー

が開かれ、悪天候での走行をお互いに労いながらグラスを傾けた。

2日目は、アイビススクエアから倉敷美観地区をゆっくりとパレード。通常では一般車両が入れない道路が倉敷市の計らいで、特別に開放され、多くの観光客が美観地区の情緒あふれる町並みとクラシックカーの不思議な調和を楽しんだ。その後、車は特別史跡旧閑谷学校などを経由し、ゴールの岡山国際ホテルへ。すべてのスケジュールのエンディングとなるパーティーでは、愛車とともに

に2日間を過ごした仲間と、笑顔で次のツーリングでの再会を誓い合っていた。

なお、チャリティーで集まった寄付金は51万5122円にのぼり、山陽新聞社会事業団で3団体に寄託された。



## Course

### Leg. 1 4/6 (土) 第1日目

岡山縣護国神社  
旧遷喬尋常小学校  
新庄村【がいせん桜】  
新見千屋温泉【いぶきの里】  
新見【御殿町センター】  
新見市 憩いとふれあいの公園  
井倉洞  
吹屋ふるさと村  
倉敷アイビススクエア

### Leg.2 4/7 (日) 第2日目

倉敷アイビススクエア  
倉敷美観地区  
ハウジングモール倉敷  
特別史跡旧閑谷学校  
備前自動車大型教習所  
岡山国際ホテル

## 岩城滉一さんからビデオメッセージも！ 懇親パーティー也大盛況！

参加者が楽しみにしているイベントの1つが、同じ趣味を持つ者同士が交流できるツーリング終了後のパーティー。1日目の夜は「倉敷アイビススクエア」で、2日目は「岡山国際ホテル」で開催された。

パーティーでは音楽の演奏やチャリティーオークションなどが行われるなど企画も充実。昨年出場し、今年は仕事の都合で出場できなかった岩城滉一からは、ビデオメッセージとチャリティーオークション用の商品が届き、イベントを盛り上げた。

香川からの参加者は「いろいろな出会いがあるのが素晴らしい。車が好きな仲間と会えるのも地元の方と交流できるのも楽しい。次回も参加したい」と語った。





私にとって建築家とは、**夢**をカタチにする仕事。

# ACROSS THE

## 1 建築家を目指すようになったきっかけ

昔から広告として家にはいつてくる図面や、父親が土木関係の仕事をしていたこともあり、図面を見る機会が多かったです。いつの間にか自分もこういうものができたらいいなという憧れから始まりました。

## 2 この仕事にやりがいを感じる瞬間

もともと何もない状態からお客様へドキドキしながらプランを提案し、だんだんお客様の要望に合わせて1つのものをつくりあげて、「これにしましょう！」という地点まで到達したときですね。私たちはデザイン設計ということで設計をさせて頂いているので、ホッとする瞬間でもあり、お互いが笑顔になれる瞬間です。

## 3 今手元に粘度があったら何を造りますか？

車ですね！ 趣味が旅行で、遊びに行きたい年頃でもあるので（笑）。

## 4 今一番行ってみたいところは？

名古屋より東に行ったことがないので、ぜひ今度車で行ってみたいです。

## 5 建築家としての夢

私はずっと家造りをメインにしていきたいと思っています。今も家造りに携わらせてもらうことが多いのですが、やはり終わりが無いと思うので、一つひとつに接して良いものを造れていけたらいいと思っています。いずれは自分の家も設計したいと思います。

## 6 これだけは絶対に手放せないという物と、その理由

カメラをずっと持って歩いています。仕事でも趣味としても使っているのですが、気になる建物があればどんなときでも撮ってしまいますね。

## 7 憧れている人はいますか？

特にはいないのですが、今事務所で皆で仕事をしていて、少しでも多く自分でできることを増やしたいので、皆さんの良いところをできるだけ吸収して、近づきたいです。

## 8 これだけは誰にも負けない！というところ

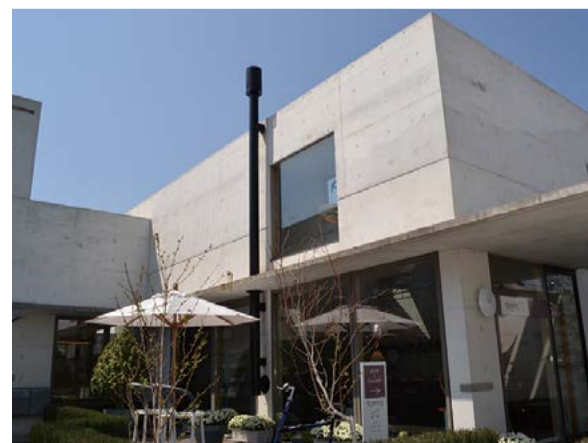
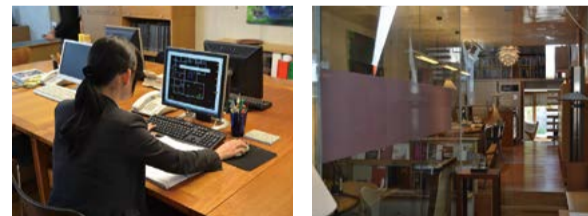
建物に関しての事には、すぐに首を突っ込みたくなる場所ですね！  
他の人がやっている仕事もすぐ気になってしまいます（笑）。

## OKAYAMA

### 森家 有加（建築家）

Arika Moriya

1989年10月2日生まれ。岡山県岡山市出身。岡山科学技術専門学校建築工学科卒業。その後、2社の建築事務所経験を経て、現在は株式会社form設計にて、アシスタントディレクターとして活躍中。







# 色彩を大事にしたい

同じ志を持った若者たち。

# RAINBOW

## TOKYO

### 劔持良美 (建築家)

Yoshimi Kemmotsu

神奈川県横浜市生まれ。5歳から14歳の幼少期をシンガポールにて過ごし、高校時代よりアートやデザイン、建築を学ぶ。その後、建築事務所で経験を積み2009年、伊東裕とSOL styleを設立。その活動は建築、インテリアから家具、プロダクトなど多岐にわたる。



写真上：ALCENTRO (アルセントロ) 神奈川県秦野市の地元密着型カフェ。ほっと息をつけ滞在時間を忘れてしまうような居心地の良い親しみやすさと活気、にぎやかさを感じる演出。

写真中：FIAT Christmas display 2012年、「VIVA! COMPACT LIFE」にて『FIAT 500 Balloon』を発表、最優秀賞受賞。

写真右：Air's scope (万華鏡)



- 1 建築家を目指すようになったきっかけ**  
 小さい頃から絵を描くのが好きで、色々な国へ旅行へ行っていたのもあって、街の作る雰囲気や空気を大事に感じている自分があることに気づいて、建築家を目指しました。
- 2 この仕事にやりがいを感じる瞬間**  
 アイデア出しやコンセプトを練る時もととてもやりがいを感じますが、完成時、引き渡し時の達成感は最高です。クライアント、チームみんなと完成を喜ぶ嬉しい瞬間でやりがいを感じます。
- 3 今手元に粘度があったら何を造りますか？**  
 開発中の文具のプロダクトのスタディ。美しいラインを探りたいです。
- 4 今一番行ってみたいところは？**  
 アフリカです。今までに行ったことのない大陸なので、さまざまなインスピレーションを与えてくれそうで夢があります。色彩豊かな生地の洋服に包まれたアフリカ系の方にお会いすることがあるので、そのあたりも気になりますし、アフリカの家具にも興味があります。
- 5 建築家としての夢**  
 世界中でさまざまなものを設計したりデザインしたいです。学校がとても好きだったので、良い環境を子どもに与えられる設計とか。また大人も通える大学のような場所も興味深いです。人々の生活に興味があります。
- 6 ライバルは誰ですか？**  
 ジャンル問わず、真っ直ぐ自分の信念を持って、目標に向かって気持ち良く動いている方に会うと、刺激を受けます。
- 7 手がけてみたい建築物のジャンルは何ですか？**  
 時間がゆったり流れるホテルやレストラン。居心地の良さだったり、新しいサービスの在り方だったり、周囲の環境との関係から設計したいです。また、さまざまなジャンルの人たちやデザイナーとコラボレーションもしてみたいです。
- 8 これだけは誰にも負けない！という点**  
 色彩をととても大事にしています。色々な国だったり、街に行く時も自分のストックが増えていく感覚ですが、それがまたイイ感じにミックスされたりバランスがとれた時、嬉しいです。