

ゆうゆう

NO. 225

インタビュー

おとなし みき こ
音無 美紀子さん

(女優)



◆プロフィール◆

二十一歳で本格的に女優デビューしてから、映画、テレビ、舞台で数々の作品に出演してきた音無美紀子さん。やわらかで凛とした姿をずっと拝見してきましたが、三十代で乳がんを、術後にうつ病を経験しています。持ち前の我慢強さが招いたとおっしゃるそれからの回復には、ご家族の支えも大きかったそうです。

いま夢中になっている小劇場の舞台のこと、がんサバイバーとして講演会で語っていること、東日本大震災の被災者支援のライフワークのことなど、お話を伺いました。

一九四九年東京都生まれ。一九六六年劇団若草入団。一九六七年頌栄女子学院高等学校卒業。一九七一年TBSポララテレビ小説『お登勢』のヒロイン役で脚光を浴びる。主な出演作品は、映画では『男はつらいよ 寅次郎紙風船』『その男、凶暴につき』『沈まぬ太陽』、舞台では『屋根の上のバイオリン弾き』『蜘蛛巣城』『菊次郎とさき』、ドラマでは『たんぽぽ』『おんな太閤記』『独眼竜政宗』など。著書に『妻の乳房』（共著）、『がんもうつもありがとう！』と言える生き方』がある。

我慢強く目立ちたがり屋

だった少女時代

昨年、劇団棧敷童子の『阿呆ノ記』、劇団チヨコレートケーキの『つきかげ』の演技に対して、第三十二回読売演劇大賞優秀女優賞を受賞されました。おめでとうございます。

音無ありがとうございます。小劇場での小さな二つのお芝居が受賞の対象になったことは、すごくうれしいです。

このような商業演劇ではない舞台で、じっくりと作品に向き合って作り上げる面白さを知ったのはここ十年くらい。お客さんの視線を感じながら演じることの楽しさに、すっかりはまってしまいました。

きっかけは、東日本大震災でバラバラになった家族の絆を描いた『萩咲く頃に』（プロデュース・トム・プロジェクト）でした。全国の方に広く見ていただくことができ、公演後は演劇ファンたちと交流も。作品にご自身の人生を重ね合わせたり、同じような体験を

語ってくださったたり。シビアな感想をもらうのも、生の舞台だからこそその醍醐味です。

音無さんが女優になるうと思ったきっかけは、「宝塚」だったんですね。

音無 幼いころから歌や踊りが好きで、華やかでキラキラしたことが好きでね。十五歳くらいのときは受験のためのレッスンも受けましたが、誰でも入れるところではありませんでした。

どこかの劇団に入りたいと願っていたところに、地元大田区の久が原駅で地井武男さんにばったり会いました。地井さんは母を通して知り合い、ご近所に住んでいた幼なじみ。駅で見た日活映画『戦争と人間』のポスターで地井さんの名前を見つけて、俳優になったことは知っていました。女優志願だということを話したら「劇団若草の人の名刺をもらっているから、連絡してみたら？」と。ちょうど入団テストがあり、十七歳で劇団若草に入りました。地井さんは女優への道を切り開いてくれた恩人です。



音無さん(左端)は6姉妹の4番目

ご家庭に芸能の素地はあったのですか？

音無 芸能とは縁がなくて、まったく演劇とは結びついていなかったんです。ただ、うちの母は長唄、三味線、オルガンを、祖母も民謡をたしなんでいました。私が育った昭和三十年代は、お稽古事として日本舞踊や生け花を習う女性が多かったんです。私は六人姉妹で、全員、お茶やお花、日本舞踊を出稽古で教わりました。みんなが日本舞踊なら私はバレエと、バレエのレッスンは私だけでしたけど(笑)。

上から四番目の私は、姉たちと何かあると「お姉ちゃまの言うことを聞きなさい」になるし、妹たちと揉めると「お姉さんなんだから我慢しなさい」と言われる損な立場。それが、存在を認めてもらいたい、目立ちたいという願望につながっていききました。学校で「分かる人？」と先生に言われたら、分かっていなくても、とりあえず手を挙げてしまうタイプ。でもしないのにできるとアピールして、それから頑張る。そういう性格でした。

そういえば、アコーディオンが流行っていたころに父が、会社の取引先の関係でご縁ができたといつて、横森良造さんを我が家に招いてくれました。毎年暮れには横森さんのアコーディオン演奏で、ダンスパーティーのようなこともしていました。父もまんざら歌舞音曲が嫌いなわけではなかったんでしょうね。

お父様とお母様の教育方針は？
音無 母は決して教育ママではなく、自分のことは自分で責任を持つようにと育てられました。全員

同じ女学校へ行っていたので、自分のものをきちんと管理していないうと、朝「私のネクタイどこ行っただの?」なんてことに。よく母に怒られたものです。お洗濯も自分のものは自分で洗って干すので、きちんと干すには早く起きたもの勝ち。姉妹で競争していました。

女の中に男が一人だったので、父は大人しかった。優しく厳しい人でした。たくさん子どもたちを通わせていたからでしょうね。久が原の小学校ではPTA会長を何代も。中高でも駆り出されればなんでも引き受けていました。六人姉妹を自慢に思ってくれていたのかもしれない。

病氣から立ち上がるために

必要だったこと

二十一歳のときにTBSの連続テレビ小説『お登勢』のヒロインに以来女優として第一線で活躍してこられました。しかし、三十代はプライベートでいろいろあったのですね。

音無 二十六歳で村井國夫と結婚

し、三十三歳のときに娘(女優・村井麻友美さん)を、三年後に息子を出産しました。結婚するとき、一つだけ無理を聞いてもらったのが、「子どもを持つても女優を続けたい」ということで、それも叶えることができました。

二人目の子どもの出産からほどなくして、私の乳がんが分かりました。そのとき私はまだ三十代。青天の霹靂でした。医師に告知をされたときは意外に冷静だったのに、イスから立ち上がるうにも立ち上がれない。腰が抜けるつてこのことかと実感しました。

意外に冷静だった、というのはどんな心情から？

音無 「負けてたまるか」という気持ちですごくあったんですね。人に甘えたり弱みを見せたりしない。何でも自分で解決しようとしてしまう頑張り屋で生真面目な性格が、のちにうつ病を発症させてしまうんです。

術後は腕を上げるのも大変だったんです。でも、退院後に病氣と悟られないようにしたくて、「私は何でもない!」と自分に言い聞

かせながらリハビリを頑張りまし
た。「こんなに元気な患者さん
はいない」と看護師さんたちがほめ
称えてくれたぐらいで、自分は元
気だと思い込んでいたけれど、内
実はいっぱいいっぱいだったん
ですね。

退院して初めて、私は健常では
ないんだと思い知らされました。
子どもといっしょにお風呂に入る
のが怖い、重いものを左手で持て
ない、もう女優はできないかもし
れない…、不安が押し寄せてきて、
心がぼきっと折れる速度も速かつ
た。

**再発予防のための抗がん剤への
不安も引き金になり、うつ病に。
どんな状態でしたか。**

音無 食欲もないし眠れない。気
分が盛り上がり、明るくなれな
い。人と話すのが億劫。テレビで
おかしいことをやっていても笑え
ない。感情が止まっている感じで
す。頭の中に何かが入ってきて、
右から左へ筒抜けになって頭が回
らないから、物事が解決してい
かないんです。ご飯を作るにも何
作っていいかわからない。そんな

ことの繰り返し。子どもを愛おし
く思えなくなってきた、これは本
来の私ではない、おかしいと思
いました。

ちょうど娘が小学校に入学し
て、わくわくキラキラしているは
ずの時に、私は何をやってい
るんだらうと、だんだん自分に自
信がなくなっていました。学校
に行く周囲のお母さんたちがす
ごく輝いて見え、温かい家庭を想
像してしまう。それに比べて私は
…と、恥ずかしくなった記憶があ
ります。

子どもの運動会はみんなで輪に
なってお飯を食べるんですが、お
弁当を作ることを考えるだけで、
呼吸困難になって心臓がバクバク
する。作るのが嫌というのではな
く、何をしていいかわからない自
分がいたんです。

**娘さんの一言も立ち直りのきつ
かけになったとか。**

音無 「ママ、どうして笑わない
の？」という幼い娘の言葉を覚え
ています。娘は、乳がんの手術後、
勇気を出して初めていっしょにお
風呂に入ったときも、「ママ、大

丈夫、おっぱいはまた生えてくる
から」と言いました。病気につい
てはパパから聞いていて、ママに
甘えちゃいけないと思ったんで
しようね。その話には触れてはい
けないという気遣いから言ったの
でしょうけど、名言だったと思
います。

**家族の力は大きいですね。うつ
病は、誰でもかかる可能性がある
病気です。どんな支援が適切でし
ょうか。**

音無 うつから立ち直ったときに
思ったのは、結局は、自分が勇氣
を持って一歩を踏み出し、立ち向
かわなければいけないということ
です。周りの気遣いに応えようと
すると、百倍疲れるんです。静か
に待ってあげること、「いつもそ
ばにいて、あなたのことを思っ
てるよ」と発信することが、当人
の元氣につながるのかなと思いま
す。

うつの真ただ中、「死にたい」
と叫ぶ私に主人は、「子どもたち
の成長をいっしょに見守ろうよ」
と、黙って傾聴してくれました。
ただ、腫れ物に触るように扱うと

いうのではなく、ときにキレるこ
ともありました。みつともなく
たつていいじゃないか。無茶な頑
張りは君の悪いところだ。「もう
無理」と手を挙げる。できないな
らできないと泣けと。振り返れば
それまで自分は、とりつくるって
生きていた。それに気づかせてく
れたのは主人です。

**ご夫婦の愛を感じます。二人に
一人ががんにかかる時代です。今
闘っている方にメッセージはあり
ますか。**

音無 誰でも自分の体を自分で
守ってきたのに、守り切れないこ
とがあつてがんに罹るわけです。
珍しい病気ではないと言われても
がんはがんで、告知はすごく衝撃
的なこと。例えば妊娠したときに、
妊娠出産は病気ではない、世界中
の女性が子どもを産んでいるの
からたいしたことないと言われて
も、自分にとっては人生最大のイ
ベントですよ。がんも早期発見
であるうが治療法が増えようが、
怖さはいっしょです。

もう四十年近く再発もなく、元
氣に生きている、私のようながん



音無さんが出演する『鬼灯町鬼灯通り三丁目』は2025年 8月29日(金)～ 9月 4日(木)、赤坂レッドシアターを皮切りに全国で公演予定。戦後間もない1946年、引き揚げ者であふれていた博多の街で、時代に翻弄されながらも、奇跡を起こそうとしたたくましい女達の物語

サバイバーが勇気を与えることが大事だと思い、講演会などでお話ししています。乳がんや手術後のうつ状態に悩む多くの女性を前にして言うのは、あきらめてはいけないということ。治そうという気持ちで難を遠ざけるのだから、「私は大丈夫、大丈夫」と、前向きに！と。

とはいえ、「前向きに受け止める」って難しいことで、その意味をずっと考え続けています。例えば、コップに水が半分しかないではなく半分もあると思うこと。こんなことで済んだと思うこと。お医者様の言うことを信じて「大丈夫なんだ」と思うのも、これがダ

メならこつちの方法を試してみようという前向きな姿勢。いろいろな情報があつてチヨイスするのは大変でしたけど、信じたら続けてみることも大事でした。

「歌声喫茶」を被災地で

対話の場が人には必要

がんとうつ病の経験は、その後の人生に影響しましたか？

音無 命の大切さを深く考えるようになりました。それまでは健康で順風満帆に行くことに疑いも持たない傲慢な人間で、人の心の痛みへの想像力も足りず、やさしい

人ではなかったなと思います。少しは自分以外のことに気が回るようになったし、相手はどう感じるかを考えるようになりました。

社会活動にも熱心です。「音無美紀子の歌声喫茶」もその一つですね。

音無 東日本大震災のとき、避難所での生活を余儀なくされている方たちの様子を見てみると眠れなくなつてしまつて、即行動しなければと、募金や物資を集める活動を始めました。「歌声喫茶」は、被災地に何が必要だろうかと考え、アコーディオン一つあればみんなで歌が歌えるなと、二〇一一年十二月から家族や仲間たちと始めたものです。東京での「歌声喫茶」の収益金をもとに、被災地の仮設住宅の広場などでもう二三百回近く行っています。

最初は歌どころではないと批判の声もありましたが、何度か行くうちにみなさんが元気になっていく姿を見ることができました。歌声喫茶は被災者同士が再会する場にもなり、感謝の言葉もかけていただきます。会話を交わす場、話を聞く場が、人には必要なんですね。

仕事もライフワークも活動的な音無さん。健康のために続けていることはありますか。

音無 野菜を中心にバランスよく食べるようにしています。お料理は好きで、お料理の先生のところを三か所ぐらい渡り歩いていきます。また、「音無美紀子と村井麻友美のお料理しましょ！」をYouTubeで配信中です！

体操は、朝お風呂に入ったあとに毎日十五分くらい。しっかり肩回しをしたあと、スクワットやストレッチをしています。体重を毎日測るのも健康管理にはよいみたい。毎日記録を取っているのので、増えているときは原因を推測できるんです。

最近始めたのは絵画です。がんサバイバー仲間の秋野暢子さんが、チャリティー個展をするというので声をかけてくれました。絵の描き方を学べるYouTubeチャンネルを感じしながら見ていると、つい夜中になっちゃう。とっても楽しいです。

限りある人生の時間、「思い立ったが吉日」を心掛けて生きていこうと思います。