

TOTAL HEALTH CARE
FOR ARTISTS JAPAN
調査報告書

芸術家の健康に関する実態・ニーズ調査

December 2012 | NPO法人芸術家のくすり箱

IV. 伝統芸能編

はじめに

NPO法人芸術家のくすり箱は、身体を資本として表現活動をしている芸術家が、十分に力を発揮し活躍できるよう、芸術家の活動に役立つ身体の知識やコンディショニング法、怪我・故障からの復帰支援など、芸術家のヘルスケアを総合的にサポートする活動を行っています。

当団体のミッションのひとつに、「芸術医科学」の推進と普及があります。スポーツ分野では、それぞれの競技特性をふまえたスポーツ医科学の研究と現場での実践が進み、各競技に合ったヘルスケアが、怪我予防や競技能力の向上などに生かされてきました。ひるがえって、実演芸術の分野では、それぞれの活動特性をふまえた職業上の怪我や故障の実態は、まだ共有されているとは言えず、またその対策は各個人に任せられている状況です。

その実態とニーズを広く把握するため、2007年にバレエ・演劇・オーケストラの3つの分野のプロの芸術家に対し、「第1回 芸術家の健康に関する実態・ニーズ調査」を実施しました。600名を超える芸術家によるこの領域の定量調査は初めてのことで、そのデータは国内外の芸術医科学の学会等で発表するほか、当団体の各種事業プログラムに反映してまいりました。

第2回調査となる今回は、前回調査の3分野に加え、対象を伝統芸能にも広げるとともに、現場の実感をよりリアルに知るためのグループインタビューを実施し、さらなる充実をはかりました。

本調査報告書は、Ⅰ．バレエ編、Ⅱ．演劇編、Ⅲ．オーケストラ編、Ⅳ．伝統芸能編の4部から成っております。

芸術分野でも、各分野特有の運動特性・活動特性をふまえたヘルスケアが普及し、それが個々の芸術家のパフォーマンス向上、ひいては芸術のより一層の振興に役立つことを、切に願っております。

末筆ではございますが、この調査の実施にご協力くださった芸術団体のみならず、ご回答くださった芸術家みなさまに、心より御礼申し上げます。

2012年12月

特定非営利法人 芸術家のくすり箱

目次 IV. 伝統芸能編

1. 調査概要	1
2. 調査結果	2
(1) プロフィール	2
(2) 芸術活動による怪我・故障／身体の不調	4
i) 怪我・故障(治療経験のあるもの)	4
ii) 怪我・故障の治療とリハビリ	6
iii) 身体の不調(治療経験のないもの)	7
(3) コンディショニング・トレーニング	8
(4) 日常生活と健康状態	11
(5) 食事について	16
3. 調査のまとめ	22
資料編	24
(1) グループインタビュー	25
(2) 調査票	30

1 調査概要

● 調査目的

日本には能楽、歌舞伎をはじめ、さまざまな伝統芸能が息づいている。それぞれの分野では、長年の経験の蓄積により、技法や表現などが深められてきた。しかし、身体科学的な視点からその活動が研究された実績は少ない。限られた実演家が多数の公演を行う活況の現在、身体の故障を減らし、長く良い活動が続けられるように、その分野で起こりやすい怪我や故障、健康状態や食生活などについて調査し、伝統芸能の実演家にとっていかなるシステムやサポートが必要なのかを探るべく本調査を実施した。

[1] アンケート調査

・ 調査対象

公益社団法人能楽協会所属の能楽師

・ 調査方法

公益社団法人能楽協会傘下の各支部や団体等11団体を通じて各所属者へ調査票を配布、郵送による個別回収。

・ 配布数 323部

・ 回収数 有効回答数 34※ (有効回収率10.5%)

※ 設問によっては、指定した回答数と合致しない回答を「無効」として集計から除いている。そのため、n数が異なる場合もある。

・ 調査期間 2012年4～6月

[2] グループインタビュー調査

・ 調査対象

アンケート調査回答者のうちグループインタビュー承諾者および協力団体からの推薦者
[男性5名 / 20代・40代・50代各1名・70代2名 / 能楽3名・歌舞伎2名 / 中部地区1名・関東地区4名]

・ 調査日・会場

2012年9月 6日 My Space ルノアール (東京都中央区) [ジャンル別開催]

2012年9月11日 愛知芸術文化センター (愛知県名古屋市) [4ジャンル合同開催]

・ 実施方法

参加者に対し、事前に調査結果のダイジェスト版を送付。当日はその資料に沿って、データと実情があっているか、自分の体験や、周りの同業者の体験などについて参加者が自由に語る。

※当調査内の回答は、個人の体験に基づく表現によるもので、医学的には正確でない場合がありますことをご了承ください。

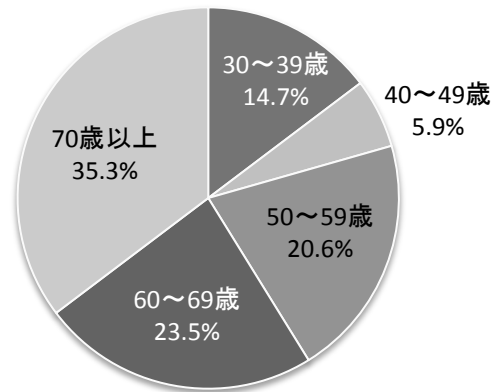
2 調査結果

(1)プロフィール

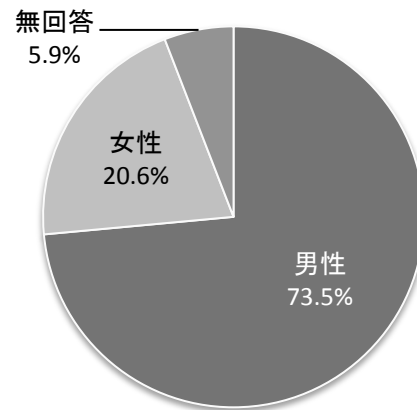
回答者の年齢は70代(35.3%)が最も多く、60代、50代と続き、最年少が30代である【1-1】。男女比は男性が73.5%と女性の3倍以上である【1-2】。

最も中心的に行っている仕事は「演技する・踊る・舞う」が半数の約51.5%で、ほかに「歌・謡・唄う」(21.2%)、「指導」(15.2%)、「演奏」(12.1%)と続く【1-3】。団体に所属する人が78.8%だが、団体から定期的な給与を得ている人は少なく、全体の3.0%である【1-4】。1年間の公演日数は11～50日が最も多い(55.9%)【1-5】。

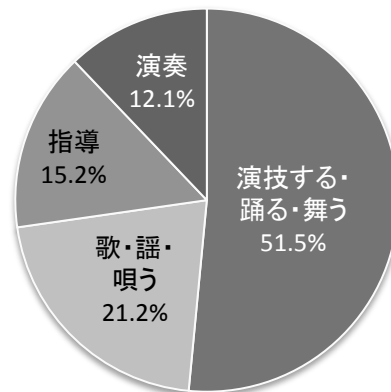
【1-1】年齢(n=34)



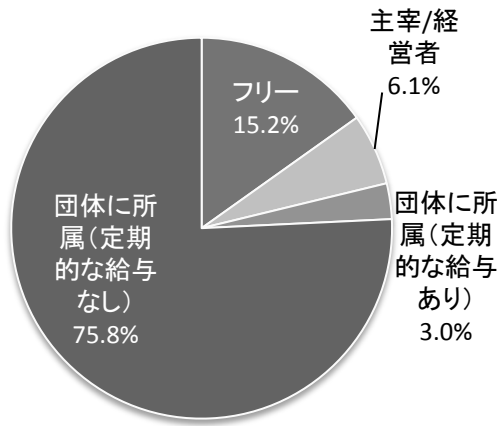
【1-2】性別(n=34)



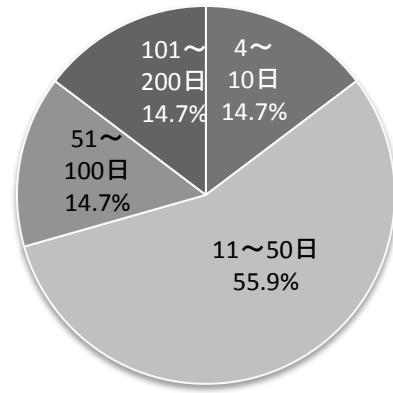
【1-3】最も中心的に行っている仕事(n=33)



【1-4】雇用形態 (n=33)



【1-5】年間公演日数 (n=34)



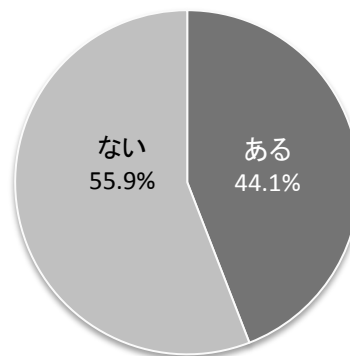
※「0～3日」「200日以上」は回答者なし

(2) 芸術活動による怪我・故障／身体の不調

i) 怪我・故障(治療経験のあるもの)

芸術活動による怪我・故障で治療に通ったことがある人は44.1%と半数以下である【2-1】。年間公演数とあわせてみると、最も人数が多い「11～50日」の人で31.6%が「怪我・故障による治療」を経験しており、回答者数が少ないためあくまで参考値ではあるが、「51日以上」の人は80.0%が治療を経験している【2-2】。怪我や故障の部位別では「腰」(53.3%)、「ひざ」(53.3%)が多く、「頭部」も20.0%の人に治療経験がある【2-3-1】。一番重症な怪我、故障の傷病名は表のとおりで【2-3-2】、その一番重症な怪我・故障が発生した原因は、「使いすぎ」(46.7%)と考える人が「疲労」(33.3%)を上回って最も多い【2-4】。

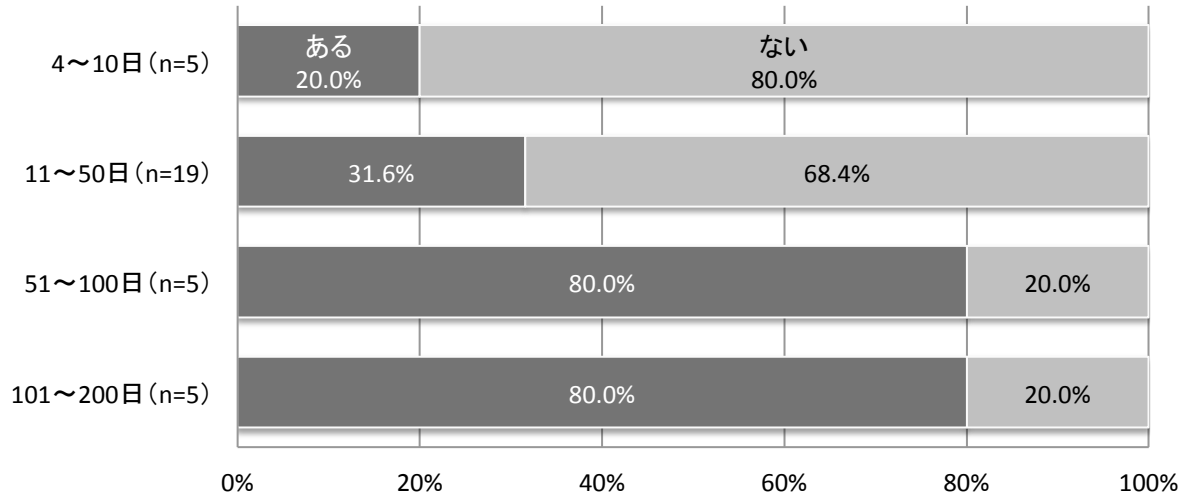
【2-1】芸術活動上の怪我等による治療の経験(n=34)



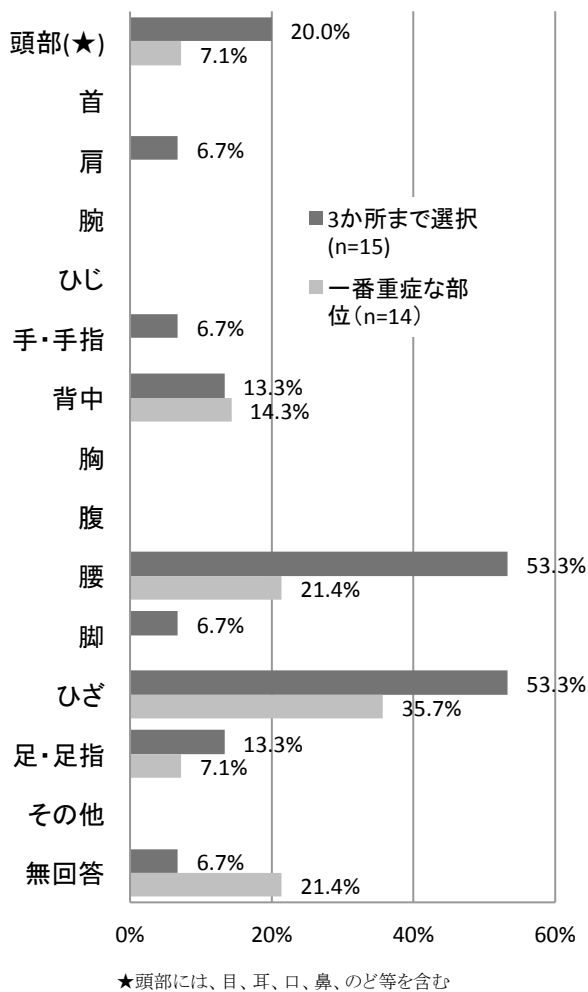
【グループインタビューより】

- 歌舞伎: 立ち役の場合は、トンボを返すなどの激しい動きで1か月舞台が続くうちには何かしらの怪我がある。
- 能のシテ方は長時間座っていて急に立ち上がる動作が多く、腰を傷める人が多い。
- 歌舞伎: 歌舞伎でも、能に比べれば時間は短い長時間正座する場面があり、やはりひざや腰の故障がある。重い衣裳も負担になる。頸椎の6番、7番がつぶれている人が多い。外反母趾も多い。とくに女形に多いようだ。
- 能楽: ワキ方の場合は特に「肩」が痛くなる。
- 歌舞伎: 25日間休みなく舞台に立つ間、常に100%いい声を出すのは難しい。
- 歌舞伎: 所作台は軟らかいから、衝撃を吸収してくれる。所作台のない硬いところで着地のミスなどあると怪我につながり、先月、半月板を損傷した。若い役者しかできない動きもあるので、若いうちは怪我も多くなる。
- 能楽: のどの不調が多い。劇場によって、あるいはヨーロッパなど国外も乾燥するところがあり、そのような環境ではたちまち調子が悪くなる。

【2-2】芸術活動上の怪我等による治療の経験(年間公演日数別)



【2-3-1】怪我・故障を治療した身体の部位
(【2-1】「治療経験あり」の回答者)



【2-3-2】「一番重症な怪我・故障」の傷病名
(自由記述)

頭部	咽頭炎	1
背中	腱の腫れ	1
	背筋痛	1
腰	ぎっくり腰	1
	脊柱管狭窄症	1
	腰椎椎間板症	1
ひざ	変形性膝関節症	1
	靭帯損傷	1
	半月板損傷	1
足・足指	血管がつまった	1

※「一番重症な部位」上位5部位についての自由記述
※傷病名は回答者本人の記述を記載

【2-4】「一番重症な怪我・故障」の
主な発生原因(n=15)

