

中村梅雀

(俳優・ベーシスト)

劇団前進座創設メンバーの一人中村翫右衛門さんが祖父、
『遠山の金さん捕物帳』で人気を博した中村梅之助さんが父という
名門一家の中村梅雀さん。
名門の枠に止まらず、俳優として独自の世界を確立し、
音楽家としても挑戦を続けているそのパワーの源をお聞きました。

「人生50歳から」という言葉を実感しています。

Healthy Life

ヘルシーライフ

SINCE 1984 No. 102

January 2011

……子供の頃はどのように過ごされたのでしょうか。
中村 僕の母がピアノリストだったこともあって、物心がついた頃からずっとクラシック音楽を聴いて育ちました。カラヤン指揮「チャイコフスキーピアノ協奏曲第一番」のレコードを大音量でかけて、テールの上に立ちカラヤンになり切って指揮を振るマネをするような、クラシック漬けのヘンテコな小学生でした。役者の修行としては、僕の場合ちょっと遅くて6歳から日本舞踊と長唄、7歳から三味線を習いました。初舞台は9歳の時です。その後、中学の3年間は全てのお稽古事をやめま

した。理由は「心身共に成長が顕著な時期に無理にお稽古をすると、良い結果が生まれにくい。この時期には世間一般の子供と同様の生活をさせる」という祖父の考えからです。中学生になって、様々なお稽古事から開放されて出会ったのがポップス系の音楽でした。それまでクラシックや日本の伝統音楽一色だった僕にとって、昼休みに校内に流れたポップスやロックの音楽は衝撃的で、すっかり魅了されてしまいました。特にベーシスターの重低音が大好きで、父にベーシスターを買ってほしいとねだったんです。でもなかなか了解してくれず、母を説得しようやく手に入れました。それから練習しまくって、友だちとバンドを組んだりして、もう夢中でしたよ。

……その状況にお祖父様やお父様はどのように対応されたのですか。
中村 父は帰って来る度に激怒してましたけれど、祖父はまったく心配していませんでした。ね。「あれだけ夢中になれるものがあるといことはいいことだ」と言ってくれていました。祖父は「役者としての才能はどこから芽が出るかわからない」という広い物の見方をする人だったんです。でも友だちが皆

将来の進路を考える時期がきて、さすがに僕もいよいよ役者を目指さなくてはいけないなと。どんなに音楽が好きでも、それで食べていけないほど甘い世界ではない。いずれは前進座に入って役者の道に進まなくてはいけないという自覚はありましたからね。現実を踏まえて、桐朋学園短期大学芸術科演劇専攻に進学しました。ところが他の学生とは相当、意識のギャップがあつて居心地が悪かったですよ。当然他の学生たちは役者を目指して真剣に勉強してました。でも僕は仕方なく進んだという想いと、すでに役者の仕事を経験して今さら勉強なんて……という態度でしたから。生意気で嫌なヤツと見られていたと思いますよ。

片や音楽活動は他の大学の友人たちとバンドを組んでしっか

One Point Refresh

ワンポイントリフレッシュ [咀嚼の効能]

噛めば噛むほど効果的

食べ物をよく噛むことは子供の成長に重要であると言われてますが、中高年にとっても大切な行為です。よく噛むことは消化を助け、肥満の防止につながるだけでなく、様々な効能があります。例えば顎、頭部の骨、筋肉が強化され、表情を豊かにする、言葉をはっきり話すことができる。脳の血流が盛んになり、情動や記憶の覚醒、視力低下の予防、日常生活における運動能力の向上などが期待できる、など年齢と共に衰える各機能の活性化につながります。

さらに注目したいのが、噛むことで促進される唾液の働きです。唾液の中には様々な酵素、抗菌物質が含まれています。消化を助けるだけでなく、食べ物の中の菌の増殖を抑えたり、口腔内の自浄、免疫向上などの働きをしています。また唾液に溶けた食べ物の成分が味覚を刺激し、その刺激が脳に伝わって消化器の働きを活発にすると同時に、脳のリラックス効果を生むとされています。オフィスでの一息にガム（シュガーレスやキシリトール配合のもの）を噛むのも気分転換には有効のようです。噛めば噛むほど、心身の健康維持と老化防止に役立つというわけです。

現代人は時間に追われ、早食いが習慣的になったり、柔らかい食べ物が増えるなどの食生活の変化で、咀嚼回数が減っています。さらに年齢と共に唾液の分泌量は減少しますので、ますます

よく噛むことを意識することが大切でしょう。日々忙しい中でも、しっかり噛みながら時間をかけて食事を楽しむことを心がけたいですね。



ヘルチェック健診Webカルテ

「健診Webカルテ」は、インターネットで
ご自身の健診結果を見ることができるサービスです。

<http://www.health-check.jp> にアクセス

① ヘルチェックホームページにアクセスしてください。

善仁会ホームページからでもご覧いただけます。

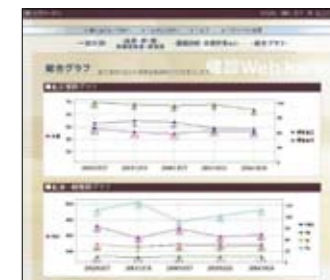
② 個人用IDとパスワードでログイン

ご受診日に、パスワードをお渡しします。個人用IDは、後日健診結果報告書に同封してお送りします。

③ 過去から現在までの健診データ表示

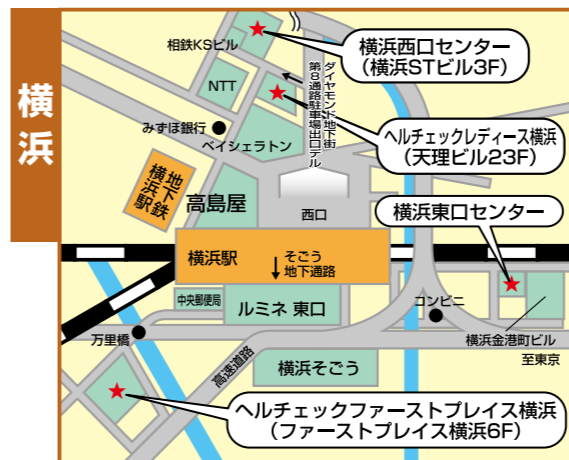
検査結果の今までの推移、各検査項目の説明、基準値、診療所見などがご覧いただけます。

※本サービスの提供に際しましてはSSLによる暗号化とベリサイン社によるサーバー認証により、情報セキュリティ対策をしています。

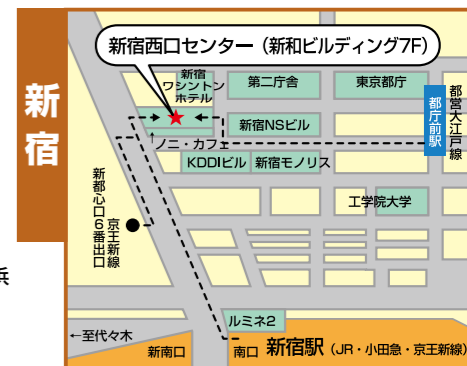


データ表示例

【 総合健診センター ヘルチェック 】



- 総合健診センターヘルチェック 横浜東口センター 〒221-0056 横浜市神奈川区金港町6-20
- 総合健診センターヘルチェック 横浜西口センター 〒220-0004 横浜市西区北幸1-11-15 横浜STビル3F
- 総合健診センターヘルチェック ヘルチェックファーストブレイス横浜 〒220-0011 横浜市西区高島2-7-1 ファーストブレイス横浜6F
- 総合健診センター ヘルチェックレディース横浜 〒220-0004 横浜市西区北幸1-4-1 天理ビル23F



- 総合健診センターヘルチェック 新宿西口センター 〒160-0023 東京都新宿区西新宿3-2-4 新和ビルディング7F



総合健診センターヘルチェック
<http://www.health-check.jp/>
■設立 1984年
■年間受診者数 205,387人(2009年)

お問い合わせ・ご予約(月～土曜日8:30～18:00)
■横浜予約(045)453-1150
■新宿予約(03)3345-7766
■FAX予約(045)441-8451(横浜・新宿共通)
【開診日】月曜～土曜日(祝日営業)

Healthy Life

No. 102

January 2011
●発行日/2011年 1月1日

●発行所/総合健診センター ヘルチェック



り続けていました。結局、大学の2年間も役者修行に全然身が入りませんでしたね。僕の青春時代は、音楽一色でした。

◀家重、役への挑戦は画期的な出来事でした。

……前進座での活動はいかがでしたか。
中村 実は大学を卒業してすぐに入団せず、祖父の信頼する日本舞踊の吾妻徳穂先生の内弟子になりました。「劇団に入る前にどんな環境や軋轢にも崩れない基礎をしっかりと身に付けさせる」という祖父の意向を受けて、それはもう厳しく教育してくださいました。修行期間、日舞をはじめ長唄、三味線、お習字、お茶：取れる名取、師範は全て取りました。内弟子に入った時のハチャメチャな状態からの急激な成長ぶりに、徳穂先生も驚いていましたよ。

4年間の修行を経て、劇団に入ったのは24歳の時です。祖父の言う「基礎」は身に付けたものの、実際の現場はそれだけでは対応できません。とにかく下っ端は自分のことだけじゃなくて、何でもやらされました。劇団は上下関係がはっきりしていて、僕が断右衛門の孫、梅之助の子供だからといって一切特別扱いはありません。逆に父にも周囲からもケチチョンケチチョンに叩かれましたよ。一年のほとんどが地方公演で、入団して長く劇団中心の活動が続きませんでした。20代の頃は役作りをすると言っより、与えられた役を器用にこなしている感じでしたね。

……その後、役者としての意識にどのような変化があったのでしょうか。

中村 30代で経験した二つの大きな転機が役者としての成長に繋がったと思います。最初の転機は33歳の時です。劇団で書き下ろし作品の主役を僕がやることになったんです。これまでの役柄は先輩方のお手本があったわけですが、その作品ではじめて自分で役を作る経験をしました。その時共演した劇団創設メンバーのひとりで大先輩の女形、五代目河原崎国太郎さんの「お前さんの好きなようにおやんなさい。私はお前さんから勉強しているんですからね」と言う言葉で僕の心に火が付き、役作りに進進しました。この経験でまだ頼りないながらも、ようやく役者として本格的に歩きはじめました。



……挑戦を続ける原動力は何でしたか。
中村 僕はその場に留まっていたくない性分なんです。より良い方向を求めて常に動いているので自由に開放的に見えますが、そのために周囲の摩擦や自分自身と常に闘っています。その闘いの中から得た成長が、達成感と喜びに繋がります。僕の生きが糧になっているわけです。この負けん気の強さは、祖父と父から受け継いだDNAじゃないかと思えますよ。

個人の力量が試される、厳しさややりがいを感じています。

……役者として音楽家として、ますますご活躍ですね。
中村 2007年、52歳の時に前進座を脱退したことも大きな転機でしたね。劇団から離れて、自分の基盤がなくなる不安もありましたが、ゼロから挑戦する道を選びました。これまで沢山の劇団以外の仕事を経験する中、もっと広い世界で自分を高めたいという気持ちが強くなっていきました。前進座の代表である父も僕のようにいった想いを理解してくれました。僕の財産は劇団で本物の演劇を叩き込まれたことで、それを広い世界で活かしてみたいと決断したわけです。今、中村梅雀としての座長公演を任せられたり、テレビ等で主役をさせていただくことが増えて、これまでにない個人の力量が試される、厳しさややりがいを感じています。また音楽活動も劇団脱退以降ますます本格化し、プロミュージシャンとしてのライブや2008年にはオリジナルCDを出すまでになりました。役者としても音楽家としてもまだまだこれから。「人生50歳から」という言葉を実感しています。

闘いの中から得た成長が、達成感と喜びに繋がります。



れなかったんです。そのことで苦しみ、猛烈な孤独感に襲われました。その激しい感情を役柄にダブらせて演じたところ、評価が一変しました。役になり切るには自分の中で同じ様に燃えなければダメなんだ。演じるということはこういうことなのかと、意識が大きく変化した経験でした。

……大評判だったNHK大河ドラマ「八代将軍吉宗」※2の家重、役は40歳の時です。

中村 30代の経験があったからこそ演じられたと思っっています。家重、役への挑戦は役者として画期的な出来事でした。家重、像を調べていくうちに、どうも言語や運動機能障害を持っていたらしいということが分かってきたんです。そこで歴史の研究者やお医者さんに話しを聞いたり、多くの関連施設を訪れたりして徹底的に研究し、障害を持つ家重の役作りをしました。当初、僕の演技があまりに過激で、制作サイドでは「やりすぎだ」という批判もあったんです。それを説得し、共演者のバックアップもあって、僕の家重は実現しました。制作サイドも僕もタプーへの挑戦でしたが、多くの視聴者の方々に支持され、成功を取ることができたわけです。

それ以来、テレビの仕事は沢山頂けるようになって劇団外の活動が増えていったんです。要求される役作りは大変でしたよ。でも逆にそれがエネルギーとなり、演じることに面白さ、やりがいを実感するようになりました。役者としてその心境に至るまで、ずいぶん時間がかかっちゃいましたけれどね。

役者と音楽、どちらも欠かせない存在です。

……音楽との関りは続けていらしたんですか。

中村 もちろん、役者として精進している期間も常に僕の傍にありましたよ。劇団の公演先には楽器を持ち込めませんでした。楽屋で集中したい時、イヤホンでガンガン音楽を聴きながら台本を読み、役作りをしていました。僕自身のベースメーカであり、空気やビタミンといった存在です。テレビの仕事が増えてからは自分の時間が持てるようになったので、どこへ行くにも楽器を持参しています。1996年頃から本格的に音楽活動を再開し、2000年からはバンドを組んで時々ライブを開催していました。活動の中で日本を代表するプロのミュージシャンの人たちとの出会いがあり、そのことが僕のレベルを引き上げて、厳しい音楽の世界を教えるも

……挑戦を続ける原動力は何でしたか。

中村 僕はその場に留まっていたくない性分なんです。より良い方向を求めて常に動いているので自由に開放的に見えますが、そのために周囲の摩擦や自分自身と常に闘っています。その闘いの中から得た成長が、達成感と喜びに繋がります。僕の生きが糧になっているわけです。この負けん気の強さは、祖父と父から受け継いだDNAじゃないかと思えますよ。

そんな僕にとって妻の存在は大きいですね。外で闘っている分、お互いに飾らない、頑張らない関係でいられるのがなんとも居心地がいい。オフの時には一緒に料理するのがストレス解消のひとつです。僕にとって仕事を終えた後の美味しい食事やお酒が次のエネルギー源なんです。妻も食事が好きで、結婚して一緒に食事を楽しむようになって、二人共太っちゃったんですよ。主治医の先生に二人共痩せるようにと指導されてしまいました。役者は体力が必要なんで、なかなか食事制限が難しいんですが、食べ過ぎ、飲みすぎないようにバランスの良い食事を摂って、健康管理を心がけています。食事を楽しみながらいかに痩せるか、これが今僕たち夫婦の課題なんです。

それにしても妻という信頼するパートナーがいるというところは凄いなあと実感しています。心強い存在のお陰で、歳をとっても失敗を恐れず自分の信じる道を目指すことができるような気がします。きつと70歳、80歳になっても闘い続けているんじゃないでしょうか。

※1「煙が目にしみる」・1991年作品。ジェームス三木作演出。第46回文化庁芸術祭賞受賞。
※2 NHK大河ドラマ「八代将軍吉宗」・1995年作品。主演、西田敏行。中村梅雀は徳川家重役で松尾芸能賞受賞。

中村梅雀さん(俳優・ベーシスト)

1955年 12月 12日生まれ、東京都出身
屋号は成駒屋。

曾祖父は初代中村梅雀(浅草、柳盛座の座頭)。祖父は劇団前進座の創設者の一人、三世中村断右衛門。父はテレビシリーズ「遠山の金さん捕物帳」で人気を博し、現在劇団前進座の代表である四世中村梅之助。

1965年 9歳の時、「勸進帳」の太刀持ちで中村まなぶを名乗り初舞台を踏む。桐朋学園短期大学芸術科演劇専攻を卒業後、4年間の吾妻徳穂先生(日舞)の内弟子を経て、

1980年 11月前進座に入団。同年二世中村梅雀を襲名。

1991年 劇団前進座舞台、ジェームス三木作・演出の現代劇「煙が目にしみる」の中村梅雀の演技に対して、第46回文化庁芸術祭賞受賞。

1995年 NHK大河ドラマ「八代将軍吉宗」で中村梅雀は徳川家重役で松尾芸能賞受賞。

2007年 10月に前進座退団。

2008年 初ソロCD「Bright Fortune」(ローヴィング・スピリッツ)を発売。現在、役者にとどまらず、プロベーシストや作曲家としても活動するなど、多方面で目覚ましい活躍を続けている。

■出演情報 CS時代劇専門チャンネル

「鬼平外伝 夜兎(ようさぎ)の角右衛門(かくえもん)」

原作:池波正太郎「白浪看板」(短編集「にっぽん怪盗伝」角川文庫より)

主演:中村梅雀

CS史上初となるオリジナル時代劇。中村梅雀にとっては時代劇初主演となる。詳しい情報についてはこちら

■<http://www.jidaigeki.com/yousagi/index.html>

●中村梅雀公式サイト <http://www.baijaku.com/>

●中村梅雀ブログ「梅雀のひとりごと」 <http://blog.goo.ne.jp/baijakujaco>

