

夜は10時に寝て、朝5時に起きます。
奈良での生活は、自然と共に。
自分の場所を見つけていることが大切ですね。

NAOMI KAWASE

河瀬直美

初の劇場映画「萌の朱雀」で97年カンヌ映画祭カメラドール（新人監督賞）を史上最年少で受賞。2007年、カンヌグランプリ（審査員特別賞）を「殲の森」で受賞。最新作「朱花（はねつ）の月」が9月3日より渋谷・ユロススペースほかにてロードショー。同劇場で9月23日・24日12:30の回終了後、河瀬監督によるトーク・ショーが行われる。24日からはオーデトリウム渋谷にてレトロスペクティブ開催。エグゼクティブディレクターを務める「なら国際映画祭」の東日本大震災復興支援フィルムプロジェクト「3.11 A Sense of Home Films」の金峯山寺奉納野外上映（9月11日開催）の参加希望者を受付中。
<http://www.nara-iff.jp/>



現在は、奈良に住んでいます。空が大きい。朝日があって、夕日があって。川のせせらぎや鳥のさえずりが聞こえる。都会に比べると、ノイズが多くてすごく疲れるんですね。大阪に出た時期があったからこそ奈良のよさが理解できたんだと思います。当たり前のものにすごく価値があるということがわかりました。

私も奈良に生まれようと思って生まれたわけではありません。他の地に生まれていたら、違っていたでしょう。それぞれの人が、それぞれの自分の場所をもつことができたら安心できると思う。そこにつながっているという強い想いがありますから。違う土地からまた違う土地というのではなく、自分の場所を探すことが大事だと思います。

奈良での朝は早いです。5時には起きています。6時には散歩に出て、大仏の周りあたりを歩くのが日課ですね。20分2000歩くらい歩きます。歩いていると、季節によって人の家の庭の花が違うことがわかります。木連がなくて、桜があって、と季節の移ろいをリアルに感じるんですね。歩きながら考えることで自分の考えがすごくクリアになる。自分にとつ

今年夏野菜を自分でつくりました。
旬のものをいただくということはとても大事ですね。

とても大切な時間ですね。
夜の10時には寝てしまいます。
11時以降とか眠くて起きていられ
ません。
私の映画は奈良を舞台にする
ことが多いのですが、朝も早いで
すよ。10時までにはスタッフに寝
るように言っています。でも、み
んな起きていますよ。だから、私
がみんなのところを回って
消灯するの(笑)。
「夜の10時から12時にすること
は、朝の4時から6時までにしな
さい」といつも言っています。食
べるものもいからみんな健康に
なって、撮影が終わると太って
帰って行くんです(笑)。
食事は旬のものをとるように
していますね。いまはどんな季節
でもなんでもあって、なかなか難
しいと思うんです。でも、子供を
授かってから、そういう意識に目
覚めました。旬のものをいただく
ということは、命をいただくとい
うこと。そこで育まれたものを
いただくわけだからとても贅沢な
ことだと思っんです。
今年夏野菜をつくりました。
トマト、きゅうり、なすび、しし
とう、しそ。以前からつくりたく
てついに実現しました。シンプル
なものをシンプルにいただく。と

でも美味しいですね。今年冬野
菜もつくりたいと思っています。
いまから仕込まないといけません。
奈良では養母の介護をしてい
ますが、そうした状況に立ち会っ
ている方にいくつかお伝えした
いですね。
認知症の方は病気だというこ
とを回りがきちんと認識しなけれ
ばなりません。期待すると怒りが
生まれます。「なぜこんなことに

なったんだ」と。そして、それは
認知症の方への冷たい態度となっ
て表れます。
認知はできないけれど、認知
症の方の感情はとも繊細です。
だから、感情を優先してあげる
ようにする。「暑い」と言ったら
「涼しく」する。「食いたい」とい
う意志が見えたら「食べましょ
う」と声をかける。そういうこと
から気をつけてみてほしいです。

一番大切なのは介護する側の
ことですね。抱え込んでしまう人
が多いから。家族がもっと心を開
いて情報を外に出すということが
大事ですね。地域にはプロでそう
いった状況を支援して下さる方が
います。家族だけで抱えきれない
問題は、第3の力を存分に借りて
ください。頑張りすぎると、心が
折れます。十分に頑張っているの
だから大丈夫です。

