

＼世界初 更年期ケアを 演劇で／ 更年期についての正しい知識と対策エクササイズを NPO が上演！ 「コーネンキの国のアリス」上演

更年期をサポートする NPO 法人ちえぶら（埼玉県戸田市、代表理事：永田京子、以下「ちえぶら」）は、演劇を通して更年期ケアを伝える取り組みを開始しました。

更年期とは女性の閉経の前後 10 年、おおよそ 45 歳～55 歳の時期。この時期、心身の不調を感じる女性は 10 人に 9 人。男性更年期は、おおよそ 55 歳～65 歳の時期。閉経という指標がないためわかりにくく、うつ症状が出やすい傾向があり、年間自殺者数の 5 分の 1 を男性更年期世代がしめています。症状は個人差が大きく、種類も多様なため、辛いと感じても我慢したり、一人で抱え込みやすい時期でもあります。

作品は、主人公である 40 代の OL アリスの成長とともに、女性・男性の更年期、心情や葛藤、そして更年期の対策ケア方法が理解できる内容です。「ちえぶら」は、これまで更年期講座を国内外で累計 2 万人に実施してきましたが、今回、演劇という新たな形で届けることで、講座には参加しづらかった男性や、広い年代、またヘルスリテラシーにかかわらずに、更年期の理解が進むことを狙います。



「コーネンキの国のアリス」

【日時】

2018年11月24日(土)

①14:00～16:00(開場 13:30)

②18:30～20:30(開場 18:00)

【会場】中野テルプシコール

(東京都中野区中野 3-49-15-1F)

【チケット】

前売り:2500円 当日 3000円

詳細: <https://www.chebura.com/gekidan/>

【あらすじ】会社では管理職。家では育児と家事の毎日。そんな日々を追われる中、大事なプレゼンの日にアリスはカラダが思うように動かなくなってしまう。「これぞ世にいうコーネンキ」ってやつ？意識が朦朧とする中、うさぎが現れ、手招きされるままついて行くと、アリスは急坂を滑り落ち『コーネンキの国』へと迷い込んでしまう。この急坂は性ホルモンの滑り台だったのだ…。アリスは、いろいろな登場人物に出会いながら更年期を理解して年齢を重ねることの素晴らしさを知ってゆく。あなたは決して独りではない。