



2025 年度

ノンバーバル・コミュニケーションワークショップ in ながの
実施報告書



2026 年 3 月

公益財団法人 国際障害者年記念ナイスハート基金

目次

はじめに	1
実施概要	2
スケジュール	3
「～生きることを支え、寄り添うナイスハートノンバーバルコミュニケーションのチカラ～」 庄崎 隆志	4
「その場でつながる、言葉のいない世界」 メイミ	7
プログラム概要 風ととくべえ	1 1
参加者の感想	1 2
プログラム概要 障害福祉サービス事業所きらり	2 2
参加者の感想	2 3
プログラム概要 上田悠生寮	2 5
参加者の感想	2 6
編集後記	2 7

はじめに

当基金では、2011年の東日本大震災後の福島の子どもの障害のある子どもたちへの取組として、「ふくしまっこキャンプ」と題した活動を福島から関東へお招きをして、2012年度から続けてまいりました。

2015年度は、福島県内において活動できる内容として、養護学校中心にノンバーバル（非言語）コミュニケーションワークショップと題した、子どもたち同士がよりよくコミュニケーションを図るきっかけとして、楽しみながら体験していただくために開催しました。また翌年も、福島県内の障害のある子どもが通う特別支援学校や障害者施設でワークショップを行い、地域の中で支えあうつながりを強くすることができないかという目的のもと、2日間で4施設を訪問させていただきました。

2017年度は、前年4月に発災した熊本地震の被災地域にある障害者団体を3施設訪問させていただき、併せて、同時期に開催された第66回全九州ろうあ者大会と協働し、研修会とアクションの中で、実施致しました。そして2018年度は、三陸沿岸各地で道路が開通され、復興の歩みを進めておられる宮城県の石巻市・女川町と北海道胆振東部地震で被災された北海道胆振及び札幌市の障害者施設を中心に実施し、2019年度は、前年7月の西日本豪雨において被害にあわれた広島市の障害のある方々に対して実施致しました。

その後3年間はコロナ禍により中止となり、2022年度は、新型コロナウイルス感染症の影響で延期となってしまった千葉市の施設と札幌市で実施することができ、2023年度は、2020年7月の豪雨にて甚大な被害のあった熊本県人吉市周辺で実施し、昨年度は、2023年に大雨による被害のあった山口県内の4施設を訪問させていただきました。

今年度は、2019年に大雨による被害のあった長野県内の障害者施設で実施することが出来、ノンバーバル（非言語）によるコミュニケーションについての学びの場と致しました。

2025年3月

公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金

実施概要

ノンバーバル・コミュニケーションワークショップ in ながの

- 1. 目的** ノンバーバル・コミュニケーションワークショップは、言葉を使わずになかなか伝わらないもどかしさを感じながら、じっくりと相手と向き合うための空間です。そこから、自分らしい伝え方、伝えられ方を学び合う場として、当基金は、2011年度より東日本大震災等の被災地を対象として活動を実施して参りました。

今年度は、2019年に大雨による被害のあった長野県内の障害者施設で、新たな出会いとコミュニケーションについて考える場をつくり、障害や障害のある人への理解が深まることを目的に実施致しました。
- 2. 日時** 2026年3月10日（火）～11日（水）
- 3. 場所** 障がい者福祉サービス事業「きらり」（長野県上田市）他
- 4. 主催** 公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金
- 5. 後援** 長野県 / （福）長野県社会福祉協議会
- 6. ファシリテーター** 庄崎隆志さん office 風の器主宰・俳優・演出家
メイミさん 漫談家・介護福祉士・NPO 法人笑顔工場理事長

～スケジュール～

3月10日

【午前の部】 ※参加人数 18名※

09:20 風ととくべえ 到着

09:40 ワークショップ開始

理事長ご挨拶 / ハイタッチ / 1on1 / ミラーリング

10:00 早着替え / 変身ショー

10:10 エアなわとび / パントマイム

10:25 エアボール

10:30 手のしばい・パントマイム / 男と女の出会い

ナイスハートマークポーズ

10:35 ワークショップ終了

【午後の部】 ※参加人数 51名※

13:10 障害福祉サービス事業所きらり 到着

13:30 ワークショップ開始

副施設長ご挨拶 / 手拍子

決めポーズ / みんなでポーズ

13:45 エアなわとび / 早着替え

14:00 変身ショー / ダンスミュージック

14:10 エア魚釣り

チェコの海 / 庄崎パフォーマンス

14:20 ワークショップ終了

3月11日

【午前の部】 ※参加人数 23名※

09:40 上田悠生寮 到着

10:05 ワークショップ開始

握手 / ハイタッチ

10:15 決めポーズ

10:25 1on1

10:35 早着替え / 変身ショー / 小道具

汽車ごっこ / ナイスハートダンス

ハイタッチ / 握手

10:50 ワークショップ終了

～生きることを支え、寄り添うナイスハート ノンバーバルコミュニケーションのチカラ～



庄崎 隆志

Takashi Shozaki

15年目となる国際障害者年記念ナイスハート基金のノンバーバルコミュニケーションワークショップ企画という節目にあたり、得られたものについて改めて振り返ってみたいと思います。

ノンバーバルコミュニケーションワークショップ企画との出会いは15年前、国際障害者年記念ナイスハート基金事務局長さんから依頼があって東日本大震災支援ワークショップをきっかけに始まりました。初回のノンバーバルワークショップは、それまで経験させていただいた中でも特に記憶に残るワークショップとなりました。演劇ワークショップといえば、やはりドラマ劇という既成観念を捨てて、従来の形式にとらわれないようにどこか別の角度からひっくり返したいという思いをもって挑みました。

私が15年間を経て、ようやく一人前のノンバーバルコミュニケーターとしての土台ができたのは、その度に会ってきたワークショップの参加者、共演のメイミさん、ナイスハートのスタッフのおかげでした。

あれから毎年、日本中の色々なところへ、色々な障がい者と出会い、色々な障がい者もジャンルを超えて色とりどりの身体表現（ボディランゲージ）を実践する場をチャレンジできて、緊張したワークショップの経験を振り返り、現在の成長につなげています。ちなみに共演のメイミさんは笑顔のたえないプロアーティストであり、周囲に安心感と明るい雰囲気を与え、親しみやすくポジティブな印象を抱かせてくれます。メイミさんとともに押し付けがましい感じは一切なく、言葉を発することもなく、障がい者たちが自然でいら

れるよう、ノンバーバルコミュニケーションによるパフォーマンスに気持ち向けられるような繊細な関わり方、それらを一緒に演じていてとても心地よかったですと思います。

私たちがファシリテーターをつとめるワークショップのモットーは、「笑顔いっぱい終わろう！」という目標です。

ノンバーバル（非言語）コミュニケーションの世界は奥が深いです。ワークショップでは「流れ」「臨機応変」「即興性」が大切で、無理なく、無駄なくすすめることと、その場で一人ひとりが輝いて、それでいて見ている人たちが面白いと思えることも狙いです。ワークショップには楽しさ『笑い』の要素は必須だと思います。

今回、3か所でのワークショップには4つのワークを紹介しました。

まずはアイスブレイクから。「ハイタッチ」のダンス、色々なタッチしたり、回しながら「ダブルタッチ」、最後に決めポーズ。みんなできました！

二つ目、毎回人気の「暖簾から飛び出す変身マン」。一人ひとりが好きなようにポーズをとっていきます。最後に一人がロックの真似をしてまさにノリに乗っている姿を見て「わお〜！」「おお〜！！」と声があがるような新たな発見がありました。

三つ目は架空の縄跳びに挑戦！もちろん、本物の縄は持っていません。跳ぶまねです。みんなうまく跳べるかな？縄跳びをやってみましょうとボディランゲージで伝えます。縄跳びの中に、順に入って跳びます。次は二重跳びにも挑戦、跳ぶ回数を増やしていくと、だんだん参加者ものってきてくれました。みんな上手、上手！目に見えない縄跳びが、見えてくるようでした。



四つ目は「波と釣り船」。

船に乗るボディラングージ。手を動きながら「波」「海」「風」を表現する。次々に情景を変えて、五感で感じるワークです。参加の一人が釣竿を振り、リールを巻き、大物を釣り上げる一連の流れをボディラングージで演じる。短いオリジナルのストーリーを作り、ドラマ劇になった。まったくストーリーを作って発表するなんて、最初は難しいと思っのすが、不思議と短時間で団結し、最後には演じている人も見ている人も楽しく、たっぷりと笑いあえる時間になりました。そして、みんなに親しまれる人気のエピソードになりました。最後に少しだけ庄崎の「海のオーケストラ」のパフォーマンスを披露し、ワークショップは終了しました。皆さんと一緒に「ナイスハート」のサインエールでお別れしました。たくさん笑って観てもらえたのはとても嬉しかったです。言葉の壁もなく、障害の有無を超えて体験を共有できる良い時間でした。

ご参加いただいた皆さん、関係者、どうもありがとうございました。

庄崎隆志

演出家・劇作家・舞台俳優・ノンバーバルコミュニケーター
舞台俳優・日本演出者協会社会包摂部・日本劇作家協会
会員

office風の器主宰

元デフ・パペットシアター・ひとみ代表・創立メンバー
(1981~2004)

1961年東京杉並区生まれ。

身体で人間を表現する「コトバ」を超えた表現者であり、
劇作家、演出、プロデューサーも手掛ける。

1981年より全国各地780箇所2500ステージ、
欧州、米国、アジア等14ヶ国公演を経験。『オルフェウス』
『UKIYO E』『里亞王〜リア〜』『真夏の夜の夢』
『波無烈斗〜ハムレット』等シアターX提携公演、横浜赤レンガ
倉庫・俳優座劇場・横浜ランドマークタワーホール・世田谷パブリック
シアターなど演出という実績を持つ。大学、企業、日本演出者協会
の演劇大学、国際障害者年記念ナイスハート基金、日本劇作家大会
などでノンバーバル演劇（非言語）ワークショップ、身体表現の講座
などの活動を続けている。

第1~12回全国高校生手話パフォーマンス甲子園審査員長、
平成22年度横浜文化賞・文化芸術奨励賞受賞。



その場でつながる、言葉のいない世界

メイミ

Meimi



共に講師を務める庄崎さんとは、毎度のことながら1年ぶりの再会でした。

打ち合わせは一つだけ。「最初はみんなとハイタッチで始めようね」

ただ、それだけです。

言葉のないコミュニケーションが突然始まるノンバーバルコミュニケーションワークショップ。

その大切な始まりは、手と手を合わせ、目と目は合ったり合わなかったりしながら、手から伝わる温もりを感じる“言葉のないあいさつ”からです。

その後の展開について一切打ち合わせはしないけれど、不思議と「大丈夫」という安心感があります。

それは、ノンバーバルコミュニケーションの力を確信しているからこそその感覚なのかもしれません。

最初に訪れた施設様で印象的だったのは、職員さんも一緒になってたくさん笑い、活躍してくださったことです。

自然とあふれる「一緒に楽しみたい!」という気持ちが伝わってきました。

この場を講師、参加者さん、職員さん、みんなで作っているような一体感に包まれていました。

体を大きく使うエア縄跳びでは、最後は大縄跳びで盛り上がり、変身ショーでは参加者さんのパフォーマンスに居ても立ってもいられず、自前のウィッグで所長さんも登場。

大爆笑となり、笑い声の絶えないワークショップでした。

そして午後、二つ目の会場となる施設様へ向かいました。

実は上田へ到着した前夜、「今までやったことがないことができないかな」と考え、いくつかのアイデアを思いついていました。その一つが「釣り」をテーマにしたコミュニケーションです。

ただ漠然としたイメージで、細かい内容までは決まっていませんでした。

庄崎さんにはあえて相談せず、雰囲気を見てできそうだったらやってみる。どうなるかはその場次第。そんなスタンスで臨みました。

二つ目の施設様では、会場のホールにいくつかの絵が飾ってあり、その中に船の絵がありました。

「ここでやってみよう」と、その瞬間に決めました。

本番、次は何をしようかというタイミングで船の絵を指差し、変身ショーで使っていた棒を持ち出しました。

私はその棒を釣竿に見立てるつもりでしたが、庄崎さんは船を漕ぐ道具として表現し、船長役を参加者さんにお願ひしました。

「なるほど、それも面白い！」





そう思い、私も他の参加者さんと一緒にその船に乗り込みました。

そこから始まった即興劇は実に面白く、参加している皆さんそれぞれの想像が膨らんでいきます。

乗船している人は手で波を描き、さらには鳥になって船を攻撃してくる人も現れ、物語がどんどん展開していきました。

すると庄崎さんが「お腹すいたから魚釣りしよう」とジェスチャーで伝え、船を漕いでいた棒を今度は釣竿にしました。

「あ、繋がった！」

やりたいと考えていたことを言葉で伝えていたわけではないのに、思いがしっかり伝わった瞬間でした。

しかも、釣竿の餌が見ている参加者さんの口に入り、どんどん釣り上げられていくという、想像もしなかった展開に。

そのジェスチャーは皆にしっかりと伝わり、「えー嫌だなー」と言いながらも拒否することなく、その物語に参加し、船に釣り上げられていく人たちの姿がありました。

ここに言葉はありません。事前の相談もありません。

それでも、みんながその場に参加し、即興劇のように物語が展開していく。

言葉がなくても伝わることの気持ち良さを、強く感じる瞬間でした。

もしかすると、言葉であれこれ説明するよりも、ノンバーバルで伝える方が、ずっと自



然に伝わるのかもしれませんが。

そして翌朝、三つ目の会場となる施設様へ向かいました。

ここはこれまでの施設様とは違い、個と個のコミュニケーション、つまり1対1の関わりが大切な場でした。

ワークショップというと、参加者全員で一体感を持って行うものというイメージがあるかもしれませんが。

しかし、コミュニケーションの形は一つではなく、それぞれの様子に合わせて個別にやり取りを重ねながら、心の距離を縮めていく方法もあります。

これは日常でも同じです。

みんなで一緒に過ごす時間もあれば、個々の関わりが必要な場面もあります。

社会の中には、まだ「みんな一緒に」という風潮が根強く残っています。学校や会社など。しかし実際には、「みんな一緒」が難しい場合もあります。

多様性と言われる時代の中で、まだ十分とは言えない部分かもしれません。

ノンバーバルコミュニケーションで心を通わせた経験は、きっと皆さんの日常にも活かされていくことと思います。

また私自身にとっても、今回の経験を通じて、その素晴らしさを改めて深める機会となりました。

ご参加いただきました施設様、関係者の皆様に、この場をお借りして心より感謝申し上げます。

ありがとうございました。

メイミ






漫談家・介護福祉士・NPO 法人笑顔工場理事長。港区登録手話通訳者。

都内デイサービスセンター勤務の経験を活かし、全国各地の福祉大会や学校、介護セミナー、一般向けのイベント等、幅広い場で講演活動を行なう一方、NPO法人を立ち上げ、芸人・歌手・パフォーマー等各分野のエンターティナーの協力を得ながら高齢者施設、障害者施設、福祉イベント等での催しを開催。自身も演芸の舞台に立ち、介護福祉のリアルを漫談で伝えている。更に、港区登録手話通訳者 手話パフォーマンス、障害者スポーツ大会での司会やパフォーマンス、養護学校でのワークショップ講師等、障害者福祉との関わりも深い。モットーは「笑って長生き」「笑顔は副作用のない魔法のお薬」



プログラム概要

風ととくべえ 3月10日(火)

時間	プログラム	写真
09:20~	ワークショップ開始 理事長ご挨拶 ハイタッチ 1on1 ミラーリング	
10:00~	早着替え 変身ショー	
10:10~	エアなわとび パントマイム	
10:25~	エアボール	
10:30~	手のしばい・パントマイム 男と女の出会い ナイスハートマークポーズ	
10:35	ワークショップ終了 【参加者合計18名】	



林 健也

今日は ナイスハートの もよえ
で とくべえ 作業所 に来てい
た たき ありがとう ございました。

かろう芸や パントマイムや
エアそびが 楽しかったです

また あそび に来て下さい



百瀬智一

今日は、国際障害者記念
スタートでいろいろしたこと
ができたので楽しかったです。
また、一緒に楽しみたいです。
とくべえの作業所にもまた
来てください。

今日は楽しかったです。

ありがとうございました。



なまえ

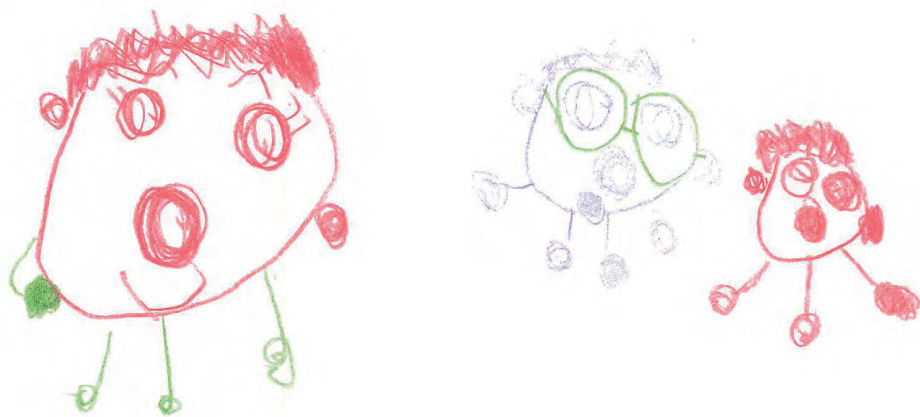
木下かづかです

なにがたのしかった? ちびとびがたのしかつたです

またきていっしょにパントマイム

してください。

おちえさんがあいかつたです



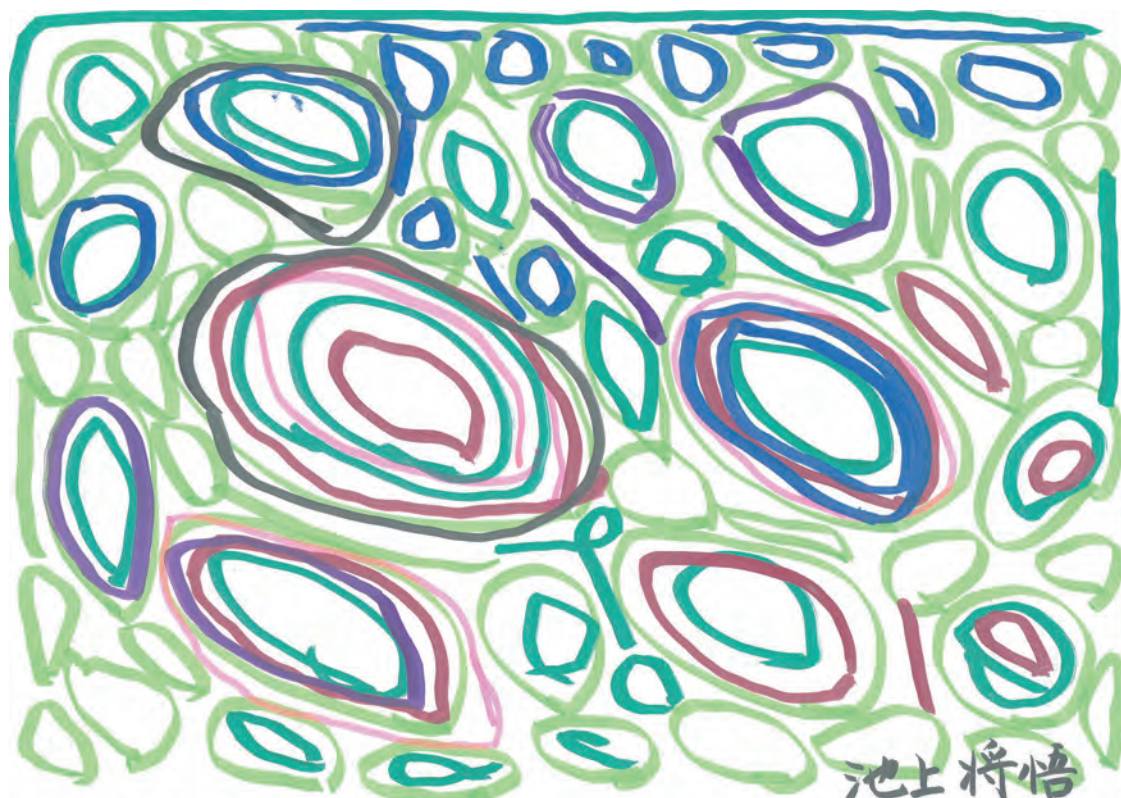
今日はナイスハート楽しかったです
変装してからたわぶ
した事楽しかったです
ハイタッチとバータッチした
事も楽しかったです。
また会える日を楽しみにしています。

小宮山徹

今日は、ナイスハートで、
きもあかせろ運動をして、
楽しかったです。
また、ナイスハートで、
楽しい運動をしたいです

団中朗





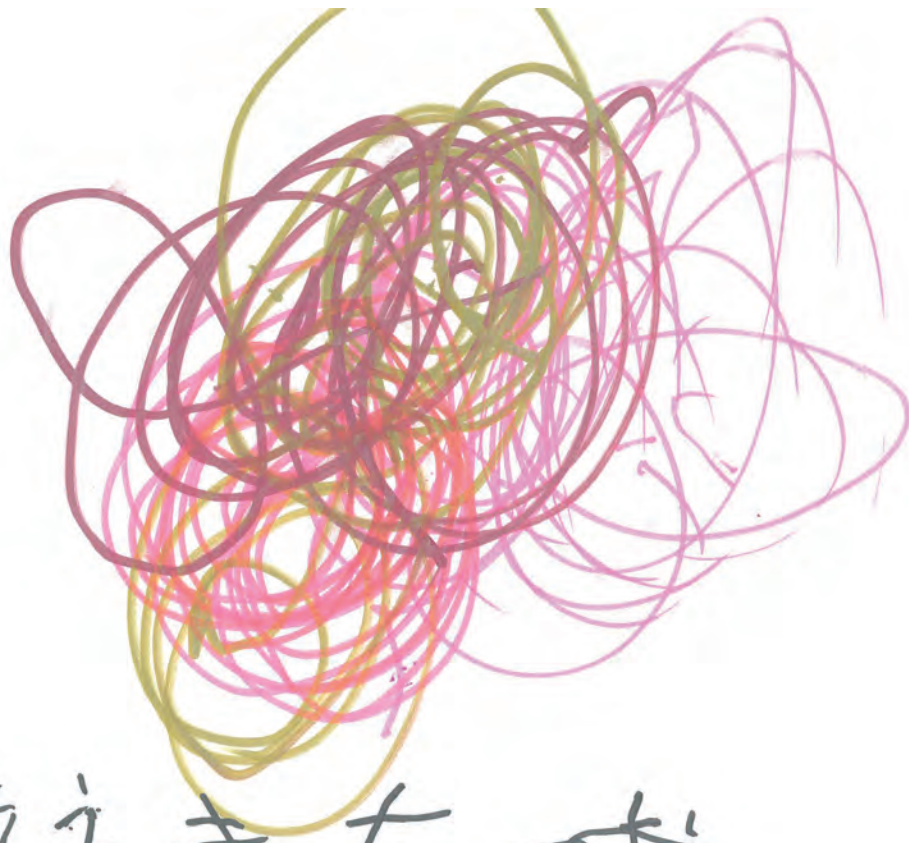
北村 竜

今日は、リリリリっしょにカリ
たのしくできました。
またカスハートがなにかで
いっしょになにかかりたり
です。



鹿田 秀志






今日は、ナイスハートでとくべえで
一緒に楽しめてよかったです
今午はやむというので
また会えて楽しみたいです



うれしかったです

プログラム概要

障害福祉サービス事業所きらり 3月10日(火)

時間	プログラム	写真
13:30~	ワークショップ開始 副施設長ご挨拶 手拍子 決めポーズ/みんなでポーズ	
13:45~	エアなわとび 早着替え	
14:00~	変身ショー ダンスミュージック	
14:10~	エア魚釣り	
14:15~	チェロの海 庄崎パフォーマンス	
14:20	ワークショップ終了 【参加者合計51名】	

「利用者さん」

- どんなワークショップかな?と思ったけれど、色んな体験できてよかった。
- 今までなかったイベントの形で、静かだけれど、他の人に伝えるのは難しいと思った。
- 以心伝心という言葉があるけれど、メッセージを受け取るには他の人を良く見るのが大事だと思った。
- 魚釣りでかかって走ったのがおもしろかった。
- ジェスチャーでちゃんと伝わるんだな。みんなの前で恥ずかしかったけど楽しかった。
- 初めてで緊張したけど、職員の鳥がよかった。
- おじさんとぐるぐる回ったのが楽しかった。
- なわとびの時、目で合図していたのが、心が通じている感じがしてよかった。
- リボンと耳を付けられて前に出たけれど、恥ずかしかったけど楽しかった。
- (耳の不自由な利用者さん)
耳が聞こえない状態だけれど、みんなを巻き込んでコミュニケーションしててすごかった。自分も分かってもらえるようにやっていきたい。みんなの話の輪に入っていきたい、頑張りたかった。

「職員」

・ ナイスハートさんのワークショップに参加させていただいて、言葉がない世界で『伝える』『表現する』ことの難しさを改めて実感しました。

パフォーマンス中にこちらでもできるだけ言葉を発せずによろしく思っていました。が、利用者さんに何かを伝えようとする時どうしても声を発してしまいました。あの空間ではとても大盛り上がりで、とても楽しかったですが、それが日常になった時が怖いなと考えてしまう瞬間もありました。ただパフォーマンスの時間はとても楽しく、身振り手振りで『伝わった』瞬間の会場の一体感がとてもよかったです。そして目でも伝えるということが大事なんだと思ったので、話をする時は相手の目をきちんと見ようと思いました。今日は素敵な体験をありがとうございました。

・ 利用者さんがいつもよりイキイキしている姿を見ることができて良かったです。はじめは「ワークショップって何やるの？」と緊張した人も多かったようですが、お二人の人柄の良さもありすぐ安心したようです。自分も前に出る機会をいただき楽しむことができました。ありがとうございました。

・ 今回楽しく参加させていただきました。

自分自身も言語を使わない覚悟で臨みました。言語以外の表情や視線、姿勢などが相手に与える影響の大きさを改めて感じました。

支援においても言葉で伝えてしまおうとしがちですが、相手の話をお聞きする姿勢やうなづき、距離感などが安心感や信頼関係につながることを学びました。

今回の学びを日常や仕事の中で更に活かし、相手が安心して関われるコミュニケーションを大事にしていきたいと思います。

特に利用者さんにとってわかりやすさがとても大切だと思います。喜怒哀楽をしっかり表現することも意識していきたいと思います。

プログラム概要

上田悠生寮 3月11日(水)

時間	プログラム	写真
10:05~	ワークショップ開始 握手 ハイタッチ	
10:15~	決めポーズ	
10:25~	1on1	
10:35~	早着替え 変身ショー 小道具 汽車ごっこ	
10:50	ワークショップ終了 【参加者合計23名】	

初めてのノンバーバルコミュニケーションワークショップに参加し、利用者の皆さんの新たな可能性を感じました。

というのも、被り物をして大活躍された利用者は、普段あまり前に出ず絵をかいたり、軽作業をして過ごしています。

そんな方が、見よう見まねで前に出て、大きく体を動かし、他利用者にも手を伸ばし輪の中に誘う姿がありました。

言語やカードでのスケジュール提供は行っていますが、身振り手振りで何かを表現し繋がっていくなかで、笑顔や笑いが増えていくことを知り、日常生活、支援の場でも改めてノンバーバルコミュニケーションを意識して取り組む中で伝わる、伝えてもらえる何かがあるのではないかと感じました。

貴重な機会をご提供いただきありがとうございました。

編集後記

会場に到着するやいなや、ふれあいのスポーツ広場で選手宣誓をしたんだ、という声が聞こえてくる・・・しかもコロナ前にしてくれたという。何年も経っているのに、覚えてくれていた驚きと嬉しさが同時にこみ上げてきて、今年度のワークショップ in ながのが幕を開けました。

ファシリテーターのお二人は約1年ぶりの再会。その歳月を感じさせないコンビネーションで、次々と参加者の表情を緩める、崩すを丹念に繰り返していきます。次第に、恥ずかしさとは無縁のダンスやパフォーマンスや決めポーズへと変貌。言葉のない空間なのに、何故か分かりあえたような、俗にいうコミュニケーションを図ることが自然にできている、と思ってしまう事がこのワークショップの特徴だとひしひしと感ずることができました。

さらに、今まではサポート役を担って頂いた職員方々が、場を盛り上げる主役となり、ファシリテーターを驚かすこともあり、予定調和がないこのワークショップならではの場面もしばしばありました。

様々な人達と接して、様々な場面に遭遇する中で、ノンバーバル（非言語）によるコミュニケーションが関係性構築のための潤滑油になることを信じて、このワークショップに関わって頂いた全ての皆様に感謝を申し上げます。

(公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金 高倉 和樹)

2025年度ノンバーバル・コミュニケーションワークショップ
実施報告書

2026年3月発行

発行元 公益財団法人国際障害者年記念ナイスハート基金