

痩せなきゃと心身崩し 元宝塚・春風弥里が伝えたいこと

有料記事 宝塚歌劇団

李田光 2019年9月25日10時30分



宝塚歌劇団元花組男役の春風弥里＝2019年9月、大阪府中央区、滝沢美穂子撮影



宝塚歌劇団元花組男役の春風弥里＝2019年9月、大阪府中央区、滝沢美穂子撮影

すみれForever

宝塚歌劇団の元花組男役・春風弥里（みさと）さんは、昨春、バレエのメソッドを使ったエクササイズ教室を始めました。在団中に心身のバランスを崩した経験があり、今後は、体や食の大切さを伝える活動も広げていきたいと話します。

宝塚のようにときめくレッスンを

〈6年前に退団し、昨年4月から教室「MS Beauty（エムズ・ビュー





ティーン)」を始めました。出産・子育ての経験が、転機になったといえます)

退団してすぐに結婚して、1人目の子どもを産みましたが、子育てや家事に追われて、自分と向き合う時間がなかなかとれませんでした。体を動かす時間もないので、運動不足になってしまった。

きっと、同じように悩んでいる女性がいるだろうなど。自分に何ができるだろうかと考えて、健康にもつながり、心も豊かになれるものを探す中で、フロアバレエに出会いました。

久しぶりにレッスンに出かける時「自分の時間が持てる！」と。「ウェアは何を着ようかな」と考えるのも楽しくて、「母」ではない別の自分が動き出した感覚がありました。この感覚を、みなさんにも伝えたいなと思いました。

2人目の子どもを産んでから資格の勉強を始めて、教室を開きました。

〈宝塚で学んだことを生かし、「エンターテインメントのような気持ち」でレッスンしている〉

せっかく自分と向き合える時間が持てる場所なので、宝塚の劇場のような、ときめく空間を再現したいなと思いました。天井が高くて、夢見心地でいられるような東京・南青山のスタジオでレッスンしています。

教室では、(生徒に)サテンのバレエシューズをはいてもらって、スタジオはピンク色。「子供の頃からバレエをやってみたかったけど遠い存在だった」という方に、新たな体づくりのご提案をしています。

らせん階段もあって、とても素敵なスタジオなんです。グランドピアノの生演奏に合わせてエクササイズする回も設けています。

私は元々、音楽に合わせて踊ることが好きで、宝塚に入りました。バレエは「ときめき」の要素がたくさんある。音楽に合わせて体を踊るように動かすことで、優雅な豊かな気持ちになれます。

宝塚好きの方も多いので、ミュージカル「エリザベート」や「スカーレット・ピンパーネル」の曲をかけたり、プリンセスな気持ちになれるようにとディズニーの曲をかけたりしています。「盛り上がったあとは静かめに」と曲の並べ方で緩急をつけています。

60分間のレッスン中、ずっとみなさんに楽しんでいただかないといけないので、1人で舞台に出続けているのと同じかそれ以上のエネルギーを使っています。これまでいろんな先生から習う立場でしたが、「先生って大変なんだな」と改めて感じています。

——フロアバレエは、どんなエクササイズですか

床を軸にして、座ったり寝たりしてエクササイズしていきます。ゆっくり体と向き合えて、全身くまなく動かすので、基礎力をつけるのに最適だと思います。エクササイズを色々試した中で、一番、自分の欲しているものとマッチしました。

段階を踏んで体を動かしていくので、初めてバレエをする方でもすんなりとクリアしていただけます。楽しんで笑顔で帰っていただくというのが私の喜びで、目指しているところです。

「この年でバレエなんてあきらめていたけど、これなら何歳でもできる」と言って下さる60代の方もいらっしゃって、生涯できるものをみなさんにお伝えできることがうれしいです。

やりがい感じた「オーシャンズ11」

——2002年に宝塚に入団し宙（そら）組と花組で男役として活躍してきました。印象に残っている舞台は

退団を決めたきっかけは花組の「オーシャンズ11」でした。トップスターの蘭寿（らんじゅ）とむさんや北翔海莉（ほくしょうかいり）さんといった、青春時代の先輩たちとご一緒できました。

お客さんをワクワクさせて、生の声をいただけて、「私がやりたかったことってこれなんだな」と思ったんです。新人公演の主演もさせていただいて、自分の存在で物語が回るという楽しさも魅力的ではあります。が、トップスターになって物語を引っ張っていくとかではなく「一番やりたかったことは、お客様をワクワクさせることだったんだな」と。この舞台で、今だったら辞めても全然後悔しないなと思ったんです。

〈映画「オーシャンズ11」をミュージカル化した作品で、個性豊かな悪友たちと金庫破りをする。春風さんは、マジシャンのバシャーを演じた〉

一つの目的に向かって、みんなで力を合わせるという構図もいいですね。先日（再演の）宙組をみて、ワクワクしました。詐欺集団の話なのに「夢をあきらめない」とか言って、「夢」と「愛」を大事にするところが宝塚らしいなあと思いました（笑）

〈12年の宝塚バウホール公演「近松・恋の道行（みちゆき）」は、自身にとって挑戦となる役だったという〉

近松門左衛門の息子の役だったのですが、親の偉大さの裏で苦しむ、放蕩（ほうとう）息子を演じました。うつろな人生を描いた、すごく難しい役だったんです。そのときは落語の師匠からも学んで、演じることの面白さを感じました。

役の神髄というものをつかんで、「これ以上難しいことは、きっと宝塚ではないだろうな」と思いました。そして、「オーシャンズ11」でみなさんの笑顔が見られたので、やりきったなと思いました。

役としては、宙組「ヴァレンチノ」のジョージ・ウルマンという人間が、一番好きです。

体も心も崩してしまい……

〈今は体づくりを教える立場だが、在団中を振り返ると、自分の体を大切にできていなかった〉

とても忙しくて、メンテナンスといってもマッサージや整体に行くくらい。知識も少なく無頓着でした。

20歳の頃は「細くなくちゃ」と思いすぎて食生活が乱れ、食事をとることに神経質になってしまった。摂食障害になり、精神面でもバランスを崩しました。

タカラジェンヌやバレリーナなど体を資本にしている人にはありがちだと思いますが、私の場合は特に、1年ほど大変な時期がありました。当時は親に宝塚に住み込んでもらい、支えてもらって乗り切りました。

在団期間の約10年をかけて、徐々に自分の食のバランスがとれるようになっていきました。単に食事やカロリーを制限するんじゃなくて、バランスよく食べるということを学べていればと、今は思いますね。

今後は女性の医療関係の方たちと、自分の体を大切にできるような発信をしていければと考えています。お茶をしながら話をするような気楽な形で、分かりやすく楽しく学べる機会があればと思っています。

これまで色々と試行錯誤してきましたが、自分の喜びは、やっぱりみなさんを笑顔にすることと、曲に合わせて踊ることだったんだなというところにたどり着きました。今後は大阪でレッスンの遠征もしてみたいですね。

——後輩たちへのメッセージを

とにかく体を大事にしてね、と伝えたいです。若くて元気な時期なので、20代とかは特に、無理ができちゃう。宝塚で夢をつかもうと人生をかけて頑張っていると思いますが、人生はそこで終わりじゃない。

そこで燃え尽きることも重要ですが、そこからの人生も長いので、体を大事にしてほしいなと思います。

舞台上に立っているというだけで200点！ だから、とにかく舞台を楽しんで、お客様を笑顔にしてください。

〈退団した元タカラジェンヌの今を伝える企画「すみれForever」。10月は、宙組の先輩、十輝（とき）いりすさんが登場します〉

三つ上の先輩で、在団中から仲良くさせていただき、家でパーティーをしたりしていました。

最近、レストランにある舞台上でミュージカルナンバーを披露する、愛と夢いっぱいイベント「リビングルーム・ミュージカル」に出演されています。その中で「まさこの部屋」という十輝さんのコーナーがあるのですが、和やかなムードでとても楽しいんです。

私も2回くらいご一緒させていただきましたが、久しぶりに会っても、たった1秒で宙組のときの感覚に戻れる。十輝さんの人柄で、周りにいる人たちをふんわりとハッピーにしてくださいるので大好きです。ふんわりしているけど、おっしゃることは的確で、信頼できるし頼れる先輩です。



はるかぜ・みさと 愛知県東海市生まれ。2002年に宝塚歌劇団に入団し、宙組「バレンシアの熱い花」で新人公演主演。13年の花組「愛と革命の詩（うた） アンドレア・シェニエ」「Mr. Swing!」で退団し、舞台やコンサートなどに出演している。情報はホームページ (<https://www.msbeautyexercise.com/>) から。(杳田光)

朝日新聞デジタルに掲載の記事・写真の無断転載を禁じます。すべての内容は日本の著作権法並びに国際条約により保護されています。

Copyright © The Asahi Shimbun Company. All rights reserved. No reproduction or republication without written permission.