

「たとえてみよう」

登場人物

瓜生 凧子

照明 F I

舞台中央、仕事をしている様子の凧子。
と、現れる瓜生

瓜生 あ、凧子部長、残業ですか？ひとり？

凧子 お、瓜生。お疲れ。うん。もう帰るけど。

瓜生 例のプロジェクトですか？

凧子 うん。だいぶ煮詰まってきた。

瓜生 そう。大変ですね？

凧子 もうくったくたよ。

凧子立ち上がり無意識に肩をぐりぐりと回す

瓜生 肩こりですか？

凧子 んん。最近酷くて

瓜生 仕事のしすぎじゃない？

凧子 ああ、かもねえ

もー肩こり過ぎて頭痛するし、頭痛から目となんか歯まで痛くなってくるし。座りっぱなしで腰は痛いし

瓜生 あ。そういう時はね、筋トレすると良いですよ

凧子 筋トレ？

瓜生 うん。肩こりには腕立て伏せでソウボウ筋を鍛え、腰痛には腹筋。あと、ストレッチ

凧子 ストレッチ

瓜生 ン。肩腰だけじゃなく全身、足まで同時にやった方が良いんだって

凧子 ほー

瓜生 外側から行くといいらしい

凧子 外側？

瓜生 足の指、足の裏全体、足首、ひざ、足の付け根と足全体、手の指、手のひら、手首、ひじ、肩と腕全体ってねこう順に
へえ

瓜生 ほらやってください。足の指、足の裏全体、足首、ひざ、足の付け根と足全体、手の指、手のひら、手首、ひじ、肩と腕全体

瓜生と図子、運動する。

瓜生 どう？効いてます？

図子 うーんよくわからない。

照明、CO

②猫編

照明CI

図子、ボードを掲げる。

そこには「猫」が描かれている。

そのボードを後ろ下手側に掛ける

その動きの流れで図子は仕事をしている様子になる

と、現れる瓜生

瓜生 あ、図子部長、残業ですか？ひとり？

図子 お、瓜生。お疲れ。うん。もう帰るけど。

瓜生 例のプロジェクトですか？

図子 うん。だいぶ煮詰まってきた。

瓜生 そう。大変ですね？

図子 もうくっつくたよ。

図子立ち上がり無意識に肩をぐりぐりと回す

瓜生 肩こりですか？

図子 んん。最近酷くて

瓜生 仕事のしすぎじゃない？
図子 ああ、かもねえ

瓜生 もー肩こり過ぎて頭痛するし、頭痛から目となんか歯まで痛くなってくるし。座りっぱなしで尻尾の付け根は痛いし
あ。そういう時はね、筋トレすると良いですよ

図子 筋トレ？

瓜生 うん。肩こりには前足立て伏せでソウボウ筋を鍛え、尻尾の付け根痛には腹筋。あと、ストレッチ
図子 ストレッチ

瓜生 ん。肩尻尾の付け根だけじゃなく全身、後ろ足まで同時にやった方が良いんだって

図子 ほー

瓜生 外側から行くといいらしい

図子 外側？

瓜生 後ろ足先、後ろ足パッド、後ろ足のホック、ひざ、後ろ足の付け根と後ろ足全体、前足先、前足パッド、前足のホック、肩と前足全体ってねこう順に

図子 へえ

瓜生 ほらやってくください。後ろ足先、後ろ足パッド、後ろ足のホック、ひざ、後ろ足の付け根と後ろ足全体、前足先、前足パッド、前足のホック、肩と前足全体

図子と瓜生、運動する。

瓜生 どう？効いてます？

図子 うーんよくわからない。

照明、CO

③イカ編

照明CI

図子、ボードを掲げる。

そこには「いか」が描かれている。
そのボードを後ろ上手側に掛ける
その動きの流れで凶子仕事をしている様子になる
と、現れる瓜生

瓜生 あ、凶子部長、残業ですか？ひとり？

凶子 お、瓜生。お疲れ。うん。もう帰るけど。

瓜生 例のプロジェクトですか？

凶子 うん。だいぶ煮詰まってきた。

瓜生 そう。大変ですね？

凶子 もうくつたきたよ。

凶子立ち上がり無意識に肩をぐりぐりと回す

瓜生 軟骨こりですか？

凶子 んん。最近酷くて

瓜生 仕事のしすぎじゃない？

凶子 ああ、かもねえ

瓜生 もー軟骨こり過ぎて頭痛するし、頭痛から目となんか歯舌まで痛くなってくるし。座りっぱなしで胸は痛いし
あ。そういう時はね、筋トレすると良いですよ

凶子 筋トレ？

瓜生 うん。軟骨こりにはゲソ立て伏せでソウボウ筋を鍛え、胸痛には胸筋。あと、ストレッチ

凶子 ストレッチ

瓜生 ン。胸・胸だけじゃなく全身、ゲソ先まで同時にやった方が良いんだって

凶子 ほう

瓜生 外側から行くといいらしい

凶子 外側？

瓜生 ゲソ先、ゲソ、ゲソ、ゲソ、ゲソの付け根とゲソ全体、ゲソ先、ゲソ、ゲソ、ゲソ、ゲソの付け根とゲソ全体ってねこう順に

図子 へえ

瓜生 ほらやってください。ゲソ先、ゲソ、ゲソ、ゲソ、ゲソの付け根とゲソ全体、ゲソ先、ゲソ、ゲソ、ゲソ、ゲソの付け根とゲソ全体

瓜生と図子、運動する。

瓜生 どう？

図子 うーんよくわからない。

照明、C O

④ネギ編

照明C I

図子、ボードを掲げる。

そこには「ネギ」が描かれている。

そのボードを後ろ中央に掛ける

その動きの流れで図子仕事をしている様子になる

と、現れる瓜生

瓜生 あ、図子部長、残業ですか？ひとり？

図子 お、瓜生。お疲れ。うん。もう帰るけど。

瓜生 例のプロジェクトですか？

図子 うん。だいぶ煮詰まってきた。

瓜生 そう。大変ですね？

図子 もうくっつくたよ。

図子立ち上がり無意識に肩をぐりぐりと回す

瓜生 エリ部こりですか？

図子 んん。最近酷くて

瓜生 仕事のしすぎじゃない？

図子 ああ、かもねえ

瓜生 もーエリ部こり過ぎて葉痛するし、葉痛から葉となんか葉まで痛くなってくるし。座りっぱなしで茎は痛いしあ。そういう時はね、筋トレすると良いですよ

図子 筋トレ？

瓜生 うん。エリ部こりには葉たて伏せで葉筋を鍛え、茎痛には茎筋あと、ストレッチね

図子 ストレッチ

瓜生 ん。葉・茎だけじゃなく全身、根まで同時にやった方が良いんだって

図子 ほう

瓜生 外側から行くといいらしい

図子 外側？

瓜生 根、根、根、根の付け根と根全体、葉、葉、葉、葉、葉、葉、エリ部と葉全体ってねこう順に

図子 へえ

瓜生 ほらやってください。根、根、根、根、根の付け根と根全体、葉、葉、葉、葉、葉、エリ部と葉全体

瓜生と図子、運動する。

瓜生 どう？

図子 ホントよくわからない。

図子は指し棒を取り出し、シャキーンと伸ばす。

瓜生と図子、アイコンタクト

瓜生 肩こりですか？

凶子 うん。最近酷くて

瓜生 仕事のしすぎじゃない？

凶子 ああ、かもねえ

もー肩こり過ぎて頭痛するし、頭痛から目となんか歯まで痛くなってくるし。座りっぱなしで腰は痛いし

瓜生 あ。そういう時はね、(ここで凶子、後ろに掛けている「猫」を指す) 筋トレすると良いよ

凶子 筋トレ、ですか

瓜生 うん。(ここで凶子、イカを指す) 胴こりには(ネギを指す) 葉たて伏せで葉筋を鍛え、(イカを指す) 胴痛には胴筋。あと、ストレッチ

ね

凶子 ストレッチ

瓜生 ん。(ネギをさす) 葉・茎だけじゃなく全身、(猫をさす) 後ろ足まで同時にやった方が良いんだって

凶子 ほう

瓜生 外側から行くといいらしい

凶子 外側？

瓜生 (ネギをさす) 根、(猫を指す) 後ろ足。パッド、(イカを指す) ゲソ、(猫を指す) ひざ、(ネギを指す) 根の付け根と(猫を指す) 後ろ足

全体、(猫を指すと見せかけてねぎを指す) ま：葉、(イカを指す) ゲソ、(猫を指す) 前足ホック、(イカを指す) ゲソ、(ネギを指す) エ

リ部と(イカを指す) ゲソ全体ってねこう順に

凶子 へえ

瓜生 ほらやってください。(以下、指す読むアドリブ勝負も良いか?) 根、根根、根、根の付け根と根全体、葉、葉、葉、葉、エリ部と葉全体

瓜生、凶子の指し棒に見事についてくる。

凶子 今日はコレくらいにしといてやるか

照明 CO

「たとえてみよう」おわり