



事前のお知らせ

「こころがまあるくなる じかん」写真展&パネル展

～「女性の健康週間」企画・日本大学芸術学部写真学科とコラボ～

と き 2月28日(土)～3月13日(金)(最終日は正午まで)

展示場所 練馬区役所本庁舎2階通路(豊玉北6-12-1)

区は28日から、3月の女性の健康週間に関する取り組みの一環として、女性の健康づくりを応援する写真展「こころがまあるくなるじかん」を開催する。(同時開催にてパネル展)

現代女性のライフスタイルは多様化が進み、ストレスの要因も増えている。ストレスは積み重なっていくと、心身の健康に影響を与えるため、日ごろからのセルフケアが重要である。そこで、セルフケアの方法を伝えるパネル展だけでなく、訴求効果の高い写真展も企画した。写真は、区内にある日本大学芸術学部写真学科に協力を依頼。女子大生5人でチームを構成し、学生から見る「こころがまあるくなる」瞬間を捉え、展示している。

企画を担当した区担当者は「見た人が、自分やまわりの健康を振り返るきっかけとなれば」と話している。



【写真展の様子】



【パネル展の様子】

【「こころがまあるくなるじかん」について】

今回の展示のテーマは、『心の健康』。企画にあたって、「ストレスを解消しましょう」などの一般的な言葉では伝わりにくいと考えた。そこで、ストレスが積み重なる状態を「とげとげ」しているとイメージ。「とげとげ」が解消された状態として「まあるい」という言葉を使用した。

【写真展について】

女性の健康づくりの大切さを伝えるために、「若い感性」を借りたいと、区担当者が日本大学芸術学部写真学科に依頼し始まった企画で、今年で2回目。今回は、3年生の女子5人でチームを構成し、取り組んだ。「こころがまあるい」をどう表現するか、学生たちが自分で考え、担当教授と相談しながら撮影、展示の仕方なども考えた。撮影した学生は「家族の笑顔を撮っていて、あらためていつまでも元気でいてほしいなど健康のことを考えるきっかけになったと思います」と感想を述べている。

【パネル展について】

今回のパネル展では疾患の説明や受診勧奨等の文言はあえて入れず、ふだんの生活ですぐ取り入れられるようなセルフケアのみで構成した。また、深呼吸は「ふう～」、涙することは「ほろり」など、表現の仕方も工夫した。

制作を担当した区担当者は「忙しい女性の皆さんが、ちょっとした時間にできることや、普段していることが、実はきちんと意味があることだと知っていただけるような内容にしました。写真展やパネル展を見ていただいた方々が、『こころがまあるくなる』のはもちろん、自分やまわりの健康を振り返るきっかけとなれば」と話している。

【問い合わせ】健康部 健康推進課 健康づくり係 電話03-5984-4624