

「生きるを伝える写真展ミニ」 展示例

900×1800mm の掲示板内で
コンパクトに展示できるよう、B5 サイズのの小さいパネルを利用。

パネルと掲示板の間に A4 色紙を挟む
(必要であれば粘着フック利用)

テキスト展示
マグネットまたは粘着フック

B5 木製パネル (182×257mm)
マグネット貼りまたは画鋲



テーブル上
A4～A3 スタンドパネル
資料展示など

「生きるを伝える写真展ミニ」展示備品一覧

項目	数量
1. タイトルパネル（B5・マグネット付）	1 枚
2. 写真パネル（B5・マグネット付）	15 枚
3. テキスト展示パネル（182×90mm・マグネット付）	16 枚
4. パネル背面用色紙（ピンク・イエロー・ブルー 予備含む）	18 枚
5. 粘着ピン（ひつつき虫・足りない場合は購入してください）	3 シート
6. 主催者ごあいさつパネル（A3・紙スタンド付）	1 枚
7. 高橋絵麻さんプロフィールパネル（A3・紙スタンド付）	1 枚
8. スナップ写真パネル（A3・紙スタンド付）	1 枚
9.ASP 紹介パネル（A3・紙スタンド付）	1 枚
10. サポートスタッフ紹介パネル（A3・紙スタンド付）	1 枚
11. エイトマーズさんメッセージ・プロフィールパネル（A3・紙スタンド付）	1 枚
12. 写真展パンフレット	随時追加
13. スタッフ章（ロゼットブローチ）	11 個
14. BGM 用 CD	1 枚
15. イシヅカさん制作 DVD（2 種）	各 1 枚
16. 感想ノート	1 冊
17. 絵本「ママのバレッタ」	1 冊
18. 各種パンフレット	随時追加
19. 展示例資料・データ CD	1 式

- ・作業用手袋、画鋏（必要な場合）、撤収時に必要な梱包材などは各自で用意ください。
- ・パネルを壁付以外で展示する場合は、スタンドやイーゼルなどを各自手配してください。
- ・パネルの破損などの場合は主催者にご連絡ください。再制作の場合費用の負担をお願いします。
- ・パンフレット類は足りなくなったら主催者にご連絡ください。随時追加します。

テキスト展示
(ごあいさつ・メッセージ)

ごあいさつ

1. メッセージ

2. メッセージ

3. メッセージ

乳がんや脱毛症などの病は、とても身近な病。だからこそ、自分のことを後回しにせず、身体と心に素直に、自分の“生きる”と向き合ってほしい。そんな想いを込めてスタートした「生きるを伝える写真展」は、257名もの方々からご支援をいただき、日本各地で開催できることになりました。この写真展を、病院や、医療の現場でも開催したい。その思いから、「生きるを伝える写真展 ミニ」としてコンパクトな展示を企画しました。

「髪の毛がない」というのは、ひとつの個性。逆にその人の輝きや、本質の美しさ、純粋さがシンプルに伝わってきます。「今のありのままの姿を残しておきたい」その思いに賛同した15組の方々が撮影に参加してくださいました。

いろんな出来事があった私の過去。それでも笑顔でいる事で、行動が変わり、言動が変わり先に起こる未来が変わってきました。

今回、幸せなご縁から『生きるを伝える写真展』に参加させて頂きました。不安!反響!恥ずかしい!いろんな感情がありましたが、私らしくこれから生きていきたい。私の苦しく囚われてきた一番のこの髪の毛!もうそんな事に囚われず、私は私でいたい!髪の毛のある私!ない私も!私だから!

50代(乳がん)

ちょうど思春期から脱毛症になり、色々と辛い時期もありましたが、その辛さもまた今の前向きになれてる自分の中での大切なダイアリーでもあり、今は大切な家族が側に寄り添ってくれているからこそ今の自分があると思います。

今という時間は本当に一瞬で、当たり前だった事が、当たり前では無くなってしまう事もあります。だからこそ、今の一瞬一瞬を大事にしたいと思っています。

40代(脱毛症・病歴29年ぐらい)

私は最初病気が見つかった時、ブログで同じ時期に治療開始した方々と知り合い、リアルでも会うようになりとても救われました。一人で病気の不安を持っている方を減らしたい。また、お金の不安も切り離せません。私のように自宅で、子育て、治療しながらでもできる。やりがいのある仕事もあるという事を伝えていけたらいいなと思います。感謝でいっぱいです。

(乳がん ステージⅣ)

テキスト展示
(メッセージ)

4. メッセージ

5. メッセージ

6. メッセージ

7. メッセージ

小4の夏に脱毛症を発症しました。ウィッグを被るようになってからはお洒落ももちろんですがウィッグに守ってもらっているような気がします。私にとっては髪がないことが当たり前のことなのに、なかなか周りに打ち明けられないことや隠すことを当たり前にしている日々に窮屈さを感じています。

自分のありのままの姿を伝えることで、「私はわたしのままでいい」そう思えるようになりました。例え髪がなくなっても女性らしさやその人らしさは決して失われない。というメッセージをモデルをしながら周囲に伝えていけたら…と思っています。

20代(脱毛症)

私も誰かの気持ちを元気に出来るなら!!と写真展への参加を決めました。参加してみて、まず楽しかった!!そして、うまく説明出来ないけど何かスッキリした気分です!!

病気を隠すつもりはないけど、髪のない私をありのまま見せるのは勇気がいります。写真展だから思い切れたんだと思います。写真展をみて、がん治療で髪がなく落ち込んでいる方や、今から治療される方、脱毛症の方など沢山の方が元氣になれると嬉しいなと思います。

40代(乳がんステージIIb)

脱毛症もひっくるめて私やから、あえて全面的に前に出したら今まで見えていなかった私が見えてきて「何か変わったよね!」とか「カッコ良くなったよね～」とか周りの人達に言われたら…。自分をもっと開放して自分を許して自分を大切にしていけたら、皆が今よりもっとカッコ良くて気持ちもラクに生活できるはず♪

40代(脱毛症・約5年前に発症)

障壁を乗り越えてたくましく生活されている方はオーラが輝いて見えます。その中でも前向きで明るくてよく笑う女性は特に素敵で魅力的です!

20代(脱毛症・小学生の頃から)

スキンヘッド姿もウィッグ姿もどちらも私。スキンヘッドでもカッコ可愛い♡と言ってくれる人と出会いたい。少しでも抗がん剤治療や脱毛症など髪トラブルで悩む方へ勇気をあげれたら幸せです。

スキンヘッド姿を公開してみたいとは思っていたものの、嬉しい反面、ちょっぴりビビってます。でもね、そのまま悩みつつ表に出ることも必要なのかな、とも思うんです。それがこの写真展のテーマでもある"ありのままの私"だから。脱毛してしまったすべての女性が、悲観しすぎる事なく、愛し愛されて生きていけますように♡♡

30代(脱毛症・10歳頃から)

乳癌は怖い。自分の胸に関心を持ってほしい。
そして、あなた自身に触れて下さい。
早期発見は乳癌のみならず他の癌治療へも効果的です。
あなたとあなたの体とあなたを愛しているすべての人のために、
自分の体とところを守ってほしい。

30代(乳がん ステージⅢc)

8. メッセージ

半年は髪がなかったのでウィッグをしています、つけ心地も見た目も違和感なかったおかげで、治療へは通いながらも自分が癌だと忘れるくらい普通の生活が送れています。
もし、私が居なくなって成長した子供達に自分で伝えることが出来なくても、ママは幸せなんだ、癌だからって辛いことばかりじゃないよって伝えられる笑顔の写真を撮っておきたくって写真展に参加しました。そしてこの写真を見ている方にも、ネガティブだけじゃない何かを伝えられたらと思います。

30代(乳がん)

9. メッセージ

私は髪の毛を剃っています。抜毛症といって自分で自分の毛を抜いてしまう病気を小学生の頃から抱え、ウィッグで隠し続け37歳で初めて公表しました。公表した理由は「このままの自分で生きていく」と覚悟したからです。
生きていると自分ではどうしようもない困難や辛いこと、悲しいことにも出会い、自分という存在への自信を失い責めてしまう事があります。それをネガティブなもののままにしておかず丸ごと受け止め認めていく。とても怖いことではありましたが公表し向き合った今は、毎日がとても楽しく過ごしやすくなりました。

40代(抜毛症)

10. メッセージ

幼少期から脱毛症と共に生きてきたのですが、ずっと隠さなければいけないものという風に思ってきました。病気が治ったら、何でも出来るんだから…と言われたことでたくさんのことを諦めてきました。そしてこの病気の自分ではダメなんだって、知らず知らずのうちに自分をいつもいじめていました。
でも、ある人の言葉がキッカケで、ブログで自分のことを分かち合い始めてから、全てを脱毛症のせいにしてきたことに気付きました。今では、オープンであってもいい、というところから、何をするにしてもラクラク自由になりました。一度きりの人生、楽しんで生き切ります♡

40代(脱毛症・病歴37年)

11. メッセージ

テキスト展示
(メッセージ)

髪がぬけても、治療がしんどくても笑顔で乗り越えたい。

そして、あなたに笑顔届けたい。

私、笑顔で生きてます。

40代(乳がん、卵巣がん)

12. メッセージ

私はママになり、病気になりました。少しだけ諦めなくてはならないことが増えましたが、変わらないものと深まったものがありました。それは家族の愛と絆です。病気になり、髪が抜け、容姿が変わっても愛してくれる夫。いつも天使の様な笑顔を向けてくれる息子。私の幸せは変わりませんでした。この幸せを守る為に、私はどんな時でも家族を暖かく照らす太陽の様な存在でありたいです。

私を妻にしてくれてありがとう。私をママにしてくれてありがとう。愛しています。

30代(乳がん)

13. メッセージ

乳がんになったことは決して最高ではないけれど、最低でもないなと思っています。過去の中の時よりも今のほうが人生を楽しんでいます！

娘たちへ。
ママと一緒にこの時を生きてくれてありがとう！

30代(乳がんステージⅣ)

14. メッセージ

最初の異変は入浴中しこりに気がついた所からです。最初の病院で良性の「線維腺腫」と言われ、半年ちかく放置、どんどん大きくなり、大きな病院に行って初めて乳ガンと言われました。

ですから、私が伝えたいメッセージは、しこり、異変に気がついたら病院に行くのは当たり前で、できれば複数の病院にかかって下さい。検査結果を鵜呑みにしないで下さい。良性と言われて、結局乳がんで、その間に進行してしまう人がもう出ませんように。

30代(乳がん・ステージⅡB)

15. メッセージ

生きるを 伝える写真展

本日は「生きるを伝える写真展」にお越し頂き、誠にありがとうございます。

私は2015年10月に、右乳がんステージⅢaと告知を受けました。いきなり目の前に死がぶら下がり、暗闇に放り込まれた気がしましたが、どうせ短い命なら、やりたいことをやって生きたい！という素直な声が、肚の底から沸いてきました。

「今のありのままの姿を残しておきたい」。プロのカメラマンとメイクさんに写真を撮っていただき、私は生きる力を取り戻していったのです。

そして同時に、同じような状況の女性の写真を撮り、多くの人に知ってもらいたい、と思いました。

乳がんや脱毛症などの病は、とても身近な病。だからこそ、自分のことを後回しにせず、身体と心に素直に、自分の“生きる”と向き合ってほしい。そんな想いを込めて、このプロジェクトをスタートさせましたが、結果、257名もの方々からご支援をいただき、福井県内に留まらず、日本各地で開催できることになりました。

「髪の毛がない」というのは、ひとつの個性。逆にその人の輝きや、本質の美しさ、純粹さがシンプルに伝わってきます。今回、私の想いに賛同してくださり、15組の方々が撮影に参加してくださいました。

ご来場いただく皆さんが、「よし、もう少しだけ自分に正直に生きてみよう！」と思えるような、そんな写真展になってくれたらと願っています。

「生きるを伝える写真展」主催者 高橋絵麻



「生きるを伝える写真展」主催者 高橋 絵麻 プロフィール

ヨガインストラクター。二児の母。福井県坂井市在住。
ヨガスタジオ・レンタルスペース Living space Atha. 主宰。
公式ブログ <https://ameblo.jp/mananaoyuilove>



2015 年 10 月に右乳がんステージⅢa と告知を受け、その約 2 ヶ月後にはにっこり笑ったスキンヘッド姿と共に「しこり触ってキャンペーン」をスタート。同時に SNS にてカミングアウト。乳がん啓蒙を目的とした、しこりに直接触ってもらうキャンペーンは反響を呼び、メディアに多く取り上げられる。翌年 5 月の全摘手術までに約 250 人の方がキャンペーンに参加。治療中から自己検診の仕方を交えたピンクリボンヨガやお話会を多数開催。同じ病気の方や生き方に不安を感じている方からも、「考え方が変わりました！」との声が多数届くようになる。

現在もヨガレッスンに加え、「お母さん、自分を大切にしていますか？」というテーマのもと様々な場所で講演を行っている。また最近では、自身の中学での不登校経験をもとにした授業「ありのまま生きる～人は悩む生き物～」や、ガン教育も進めています。



生きるを伝える写真展をサポートするASPとは

Alopecia Style Project (アルペシア スタイル プロジェクト)

私達は Alopecia (脱毛症) のスペシャリスト

時に自分ではどうすることも出来ない、
理不尽なことに遭遇することがあります。

その時、あなたならどんな手段を使って切り抜けていくのでしょうか？

髪の毛はあるものと認識されている中、
発症年齢も、発症時期も様々で、
bald head 姿に愛を感じる人
ウィッグを着けることで、新しい自分に出会えることも。
ヘッドスカーフでオシャレを楽しみながら
コンプレックスを生きる原動力にしてきたのです。

私達は、特別な人ではなく、どこにでも存在しています。
今までは、点でしかありませんでした。
点と点がつながると、線になり
それが、実線となった瞬間、私たちは出会い、共鳴したのです。

髪を失ったことで、心を痛めるのではなく
その人が持ちあわせている美しさを引き出すこと
世の中と、髪のない人の接点を作り出す世界にしていきます。

私たちから、次の私たちへつながる為に
子どもたちの、未来に続く道しるべになるように。

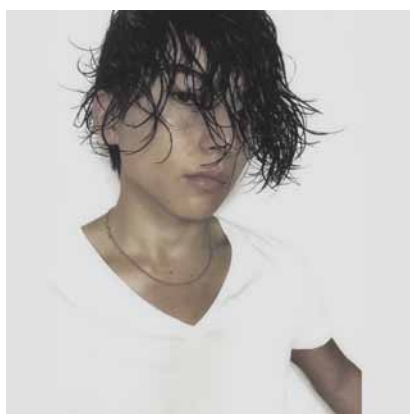
髪のある方も、ない方も。さまざまな垣根をこえた繋がりを、笑顔を通して結んでいきたい。
Alopecia Style Project の VISION は、「脱毛のパラダイムシフトをおこす」こと。
髪のない女性の隠された美しさを引き出し、多様性ある社会の創造に寄与します。
さまざまなイベントを皆さんと楽しみながら、マイノリティへの理解を進めていきます。

公式HP
<https://alopecia20.wixsite.com/alopeciastyleproject>



「生きるを伝える写真展」 サポートスタッフ（Alopecia Style Project）

廣田純也（専属ヘアメイク）



「美容を通して世界中の人々を笑顔にする」 アプローチすることを目的とし美容による精神ケアの可能性を追求している。医療、福祉、介護、難民支援、ファッションショー、ヘアメイク等その活動は多岐にわたる。株式会社 Hearts 代表取締役、美容師として働きながら福祉大学に通い精神保健福祉士 (PSW) の資格取得を目指す。
<https://www.facebook.com/hearts.beautybank/>

角田真住（運営サポート）



36 歳のときに多発性脱毛症を発症。脱毛症の女性でも生き生きと生活できるために、世界一肌に優しいヘッドスカーフを考案。啓蒙活動のため、講演活動にも力を入れている。ASP では語学力を活かし海外折衝なども手掛ける合同会社 Armonia 代表社員
<http://scarf.co.jp/>
群馬イノベーションアワード入賞
テレビ東京「生きるを伝える」出演
<http://soar-world.com/2016/07/08/masumitsunoda/>

土屋光子（メイクアシスタント）



7 歳から抜毛症（トリコチロマニア）発症。症状を含めた自分を受け入れ、表現するため、パフォーマーとして自ら活動。元芸者の経験を活かし伝統芸能普及活動の他、tenbo ファッションショーモデルなどで活動。美容業界の経験から今回はアシスタントとしてメイクを手伝う。
<http://soar-world.com/2018/01/11/mitsukotsuchiya>

EitoMars（エイトマーズ） 「生きるを伝える写真展」フォトグラファー

私がカメラマンになったきっかけは、20代半ば頃、がんを患った母の遺影を撮影したことでした。余命1年を宣告され「遺影を撮影して欲しいの」と、暗い顔ひとつせず、きれいに着飾ってピンク色の口紅をひいて、笑顔でカメラの前に立つ母。まだ趣味でカメラをやっていた未熟な頃でした。何百とシャッターを切って撮れた最後の一枚。まるで母の笑い声がそのまま聞こえてくるかのような。そんな「生きた一枚」が撮れたのでした。その後母は他界しましたが、私が写真を撮る上でモットーにしている「まるで声が聞こえてくるかのような生きる写真」の第一号となり、今も私の心の真ん中に母のその表情があります。

「坊主の女性を撮る」ということ。髪が抜ける。それは大変ショックなことだと聞きます。ただでさえ不安な中で、髪がない自分を見て、「夫にどう思われるかな…」「女性として見てもらえるかな」「どんな反応をされるかな」と暗い気持ちに浸食されるかもしれません。

「髪は女の命」。確かにそうかもしれない。ですが本当にそうでしょうか。髪は今まで「私の一部」を作ってくれたかもしれませんが、「私自身」の中にある「美しさ・芯・人を愛する気持ち」はいつだって過去も今も変わらずに詰まっている。つまり、「私」というものの中身は何も変わらないのです。今回モデルとなる女性の方々が持つ、唯一無二の「美と愛」を表現したいのです。

外見が変わってしまうかもしれないことに、たくさんの不安を抱えている方がいらっしゃいます。ですが、それって「坊主の女性を見慣れてないからだけじゃないの？」とも思います。そして、どんな外見でも本質は変わらない。みんな美しいのです。

「ありのままのあなたが綺麗」だと言って欲しい。自信を持っていたい。ありのままの笑顔をしていたいし、ありのままの私で愛したいし、愛されてたい。そんな清らかな想いを持つ女性を、艶やかに美しく。それぞれの輝きを魅せたいと考えています。



profile

福井県福井市にあるフォトスタジオ TOL 代表。
母の遺影を撮影したことをきっかけに、まるで声が聞こえてくるような「生きる写真力」に魅了されカメラマンを志す。
これまでファッションブランドの撮影や、西武百貨店などで数多くの写真展を開催。鮮明で躍動感のある写真が特徴的。
現在は東京にて「1000人の輝きを写すプロジェクト」を始動するなど活躍の場を広げている。最高のヒトコマを切り取る「瞬間のフォトグラファー」。