

酒井美紀さん

数々のテレビ番組、ドラマ、映画、舞台、ラジオなどに出演、国際NGOワールド・ビジョン・ジャパンの親善大使としても活躍中の女優 酒井美紀さん。仕事と私生活についての考え方、また、結婚・出産・ボランティア活動についてのアドバイスを伺いました。酒井さん流の生き方、人生観を伺うことができます、素敵なお人柄がにじみ出たインタビューとなっています。

今を感じて生きる
 ～互いに支え合うこと～





Miki Sakai

PROFILE

【さかい みき】1978年、静岡県に生まれる。1993年、「永遠に好きと言えない」でレコードデビュー。1995年、映画「Love Letter」で映画デビューし、第19回日本アカデミー賞新人俳優賞、ヨコハマ映画祭最優秀新人賞、おおさか映画祭新人賞を受賞。1996年、テレビドラマ「白線流し」にレギュラー出演。1997年、映画「誘拐」では第21回日本アカデミー賞優秀助演女優賞を受賞。以降ドラマ「HR」「ライフ」映画「さまよう刃」舞台「反逆児」などで活躍する一方、2007年、国際NGOワールド・ビジョン・ジャパン親善大使の命を受け、国際協力の分野でも活動する。

——はじめまして。本日は、女優としてのご活動、結婚生活、出産、そして、国際NGOワールド・ビジョン・ジャパン親善大使のことなどをお伺いしようと考えております。よろしくお願ひいたします。

こちらこそ、どうぞよろしくお願ひいたします。

——この度は、「ご懐妊おめでとうございいます。」

ありがとうございます。

——妊娠五カ月、来年三月末にご出産予定ですね。「ご出産に関することは後ほどお伺いする予定にしています。まず、お聞きしますが、デビューのきっかけは何でしょうか。

中学二年生の頃、地元静岡のローカル番組に、マスコットガールとして出ていたんです。本格的にデビューした

のは、高校生になる四月にその地元の番組で曲を三曲作っていただいて、視聴者の方から一曲選んでもらって、それで九三年にアイドル歌手としてデビューしました。

——女優としてデビューされたのが九五年の映画「Love Letter」。そして九六年にTVドラマ「白線流し」にご出演されたんですね。また、最近は、テレビ番組、NHK「生中継、ふるさと一番」にご出演されてますね。

はい。

——全国一〇数カ所、色々な場所を訪問されていますね。私の出身地である北九州市についても、あの「バナナの叩き売り」の発祥地ということなどで、何度かこの番組で取り上げられました。

九州へはまだ行ったことがないんです。行きたいとは思っているんですけど…。

——いいところですので、是非お越しください。訪問された場所の中で特に思い出に残ったことはありませんか。

どの場所も思い出に残っています。仏壇職人さんやおみこし職人さんなど日本の昔ながらの職人さんを訪ねる旅が多かったです。すごく興味深かったですね。普段何げなく目にしているものでも作り方は見たことがなかったりしますし、釘を一本も使わずに作られ

ていることだったり…。日本の文化はすごいと思いました。

——この番組ですが、「それぞれのふるさとに、それぞれの一番がある」というのがテーマですよ。今、地方分権という大きな動きがあります。地域に住む人が元気になる、その地域がよくなる、地域がよくなると日本全体がよくなる。そういう意味で非常に重要なことだと思うのですが、この点について、女優さんの目から見てどのように思われますか。

難しいテーマですね。でも結局、家族という小さい単位がまずあります。その家族が集まり、そこから、地域、町、国へという話になっていくと思います。一人ひとりが心も含めて豊かであって初めて、町のことを考えられると思うんです。

——そうですね。

私が訪ねた地域に住む方たちは本当にその地域で、一生懸命やっていらっしゃるのです。こちらでも感動するんです。本当にいきいきしていらつしやるので。都会と違うところは、温かいネットワークがあるということです。東京に住んでいる私からすると、地域に住む方々との触れ合いは、非常に良い機会でした。旅行でもなかなか行けない場所に行けたので。

——日々お忙しい状況にもかかわらず、

未来は 今の積み重ねでしかない



家庭との両立もうまくやっつけていらつしやると推測します。そこで、結婚生活について伺います。去年の一〇月一九日にご結婚されて、今日（一〇月一九日）でちょうど結婚一周年ですね。そうですね。ちょうど今日で一周年なんです。

—— おめでとうございます。

ありがとうございます（笑）。

—— お祝いはされるんですか？

今日はお互いに忙しいので、改めてゆつくりと食事にでも行こうかと思っています。

—— 一年間の結婚生活で、いい点、悪い点はそれぞれあると思うんですね。

いい点からまず伺います。

いい点はいっぱいありますね（笑）。

特に女性だからだと思っただけですけども、やはり家族がいるというのは、精神的には非常に安定するんです。独身の時も一生懸命に仕事も私生活も送ってききましたが、結婚して二人で生きていくというのは、色々なことを考える余裕ができてきて、その辺りは本当に結婚していい部分だなと思いました。ゆとりというんですかね。相手のことを思いやりながら生きていかなくてはいけませんし、やはり他人だし。その最小単位が夫婦であり、それができる相手であったりすることは本当に、ただ流されて生きている一人の時よりは、日々ちゃんとその日を感じて、今を感じて生きるとい…。

—— 「今を感じて生きる」ですね。

未来を見据えることも、私は非常に大事だと思っただけですが、未来は今の積み重ねでしかないのです、だから今を一生懸命生きなくてはと思うんです。一人だと、そういうことも忘れがちです。仕事が楽しいとか、割と自由も多く、しかし、家に帰って、思いやりを持つ

て生活をする中で、二人でいると自然にそういうことを感じるようになります。結婚すると、一人の時とは随分違うかな、大事なことだとあらためて思いますね。

—— 悪いところはないですか？

特にないですね、今のところ。これから子供も産まれてくるし、当然問題は出てくると思いますが。

—— 来年三月下旬にご出産予定ですね。

そうですね。

—— 先日のTVドラマ「ギネ 産婦人科の女たち」に双子を妊娠した女性役で出演されてました。まさに適役でしたね。

そうですね（笑）。

—— 役の設定では、このままお腹の中にいれば両方の子が危険な状態になってしまう、すぐに帝王切開が必要な状況である、二人とも後遺症なく健康に成長する確率が一〇%しかない、産むか産まないかの選択に迫られる、というものでしたね。夫は死産を希望し、妻はどうしたらいいか悩む…、しかし最終的には、妻が産むことを決断する

夫婦仲良く、楽しくしている ことが一番の胎教

提供：ワールド・ビジョン・ジャパン



という。

もし、現実に、二人の子どもに障がいが残るとなれば、やはり大変なのは目に見えています。ただそれは、とても男性的な考え方だし、多分、私の役としては、おそらくあれは母性だと思わうんですね。女性はやはりそういう状況でも産みたいって言う人は多いと、産婦人科の先生は言っていました。

——やはり自分たちの子供ですからね。これから結婚、出産しようという方に対して今後の心構えを聞かせていただけますか。

もうちよつと覚悟を決めなきゃと思っっているんですよ。でも今は、怖いですが、漠然とそうに思います。

——そろそろ胎動を感じる時期ですね。まだ感じませんが、そろそろだと思っています。

——五カ月目、六カ月目の時期になる

と、赤ちゃんは色々なお話を聞いていると言いますね。ですから、もうこのインタビュのお話も。

きつと聞いていると思います(笑)。

——ご夫婦では、赤ちゃんのこと、例えば胎教などについては、どのような話をされますか。

ふざけてあつてばかりなので、私たちは(笑)。胎教を強く意識してやっているわけではないんですけど、多分、夫婦が仲良く、楽しくしていることが一番の胎教だと私は思っています。要は、精神的に安定していること。この後、産休に入る前に舞台があり、それも一つ楽しみながらやれることが、とてもいい胎教じゃないかと思っています。でも、やはり、お母さんが安心していられる環境というのが大事であり、それが一番赤ちゃんにいい影響を与えると思うんです。

——なるほど。そうですね。プライベートのときは、ご夫婦で出掛けたりしますか。

はい。しますよ。旅行は行っています。

せんが、週末はよく外食やショッピングに行ったりして過ごしています。

——お仕事の関係で、旦那さんと過ごす機会がない時期もあるかと思いますが、仕事と家庭の両立についてはどのようにお考えでしょうか。

何でも楽しむことです。やはり家事とかもありますし。でも、「私はこれだけやっているのに、何であなたはやってくれないの？」という風に思うと、もうストレスじゃないですか。そういうファイフティ・ファイフティみたいな考え方ではなく、やれる人がやるという形で、お互いに支え合うという、うちはその感じですね。主人も割とマメなので、ちよつとしたことに動いてくれます。特に今は妊娠しているから余計によく動いてくれますけれども、お互いにそういう感じで、やれることをやろうっていうスタンスですね。

——いいご家庭ですね。「支え合い」ですね。

一人では人間って生きていけないですし、一番近いパートナーと支え合う

ファイフティ・ファイフティ
みたいな考え方ではなく、
やれる人がやる

世界の現状を 皆様にお伝えする



提供：ワールド・ビジョン・ジャパン

ことと思っています。

—— そのような素敵な旦那さんとはボランティアを通じて出会われたんですね。

はい。私は以前、医療関係のボランティアをしていました。ただ、医療のことは全く知識がなく、私と一緒にやっていた人が元看護師だったんです。彼女は知識もあるんですが、心臓移植とか、臓器移植のことについて、彼女の知り合いの医師や看護師の方に色々聞こうということになって。その中での出会いがあったんです。

——なるほど。そういう出会いはなかったわけですね。さて、ここからは、親善大使というご活動をされています。「国際NGOワールド・ビジョン・

ジャパン」についてお伺いします。まず「ワールド・ビジョン・ジャパン」はどういう組織で、どのような活動を行っているのかについて教えてください。

「ワールド・ビジョン」は、アメリカが発祥地で、現在、約100カ国に展開しており、その「ジャパン」ということで日本において活動をしています。大きな柱としては、スポンサーを集めて、その資金で発展途上国の地域開発に対して支援を行い、あるいは、チャイルドスポンサーとなり、子供たちの教育に対する支援を行うということもあります。また、その土地の問題に応じて、資金を集めるというのがその大きな役割です。他にも、地震などの緊急時に支援を募るという活動もしているんです。私は、チャイルドスポンサーとなり、また、NGOで働いている人のように多くは関わってはいないのですが、親善大使という立場での私のメインのお仕事としては、できる範囲で世界の現状を日本の皆さまにお伝えするということです。

—— 実際、その活動を始められたきっかけですが、約二年前に、「世界がもし100人の村だったら」というテレビ番組に出演されていました。フィリピンのいわゆる「スモーカーマウンテン」(スラム街のこと)で、自然発火したごみの山から燻る煙が昇るさまから

名付けられた」と呼ばれる地域での話ですね。そのときのことをごきっかけになったんですか？

そうですね。私の中で行動に移すきっかけになったのはそのフィリピンの「スモーカーマウンテン」なんです。前から何か社会貢献的なことをしたいという思いがある中で、実際そのテレビの取材で行ったときに、本当に初めて目の当たりにするというか、そういう現実、生きていくのが本当に大変な世界を見たのがフィリピンだったんです。それで、やりたいと思っただけじゃ駄目だと。思うことはいくらでもできるんですけど第一歩を踏み出すという、大きな背中を押すことになったのが、その番組のレポートでした。まずは、自分のできる範囲で行うということで、最初はチャイルドスポンサーになったんです。親善大使は、その後なんです。

—— そういう流れになるわけですね。

そうですね。フィリピンから帰ってきてすぐに、チャイルドスポンサーに登録しました。その翌年頃に、「ワールド・ビジョン」と私がCM出演でお世話になっている山崎製パンさんとのつながりがあり、その関係から親善大使のお話がきたんです。

—— 「ワールド・ビジョン・ジャパン」のホームページに、「何もかもはできない

くとも、何かはきつとできる」とあります。分かってはいるが、なかなか最初の一步を踏み出せないという方が多い、何かきっかけがほしいと思っんです。

— そうですよね。

— 読者の方がこの記事を見てボランティアや先ほどのそれぞれの地域のことなどについて、少しでも考えるきっかけになってほしいという思いがありますが、最初の一步が非常に難しいですよね。

何事も最初に一步行動に移すというのはとても難しいし、勇気がいることです。臓器移植のボランティアをしたときもそうでした。ニューヨークに留学していた時期があるんですけど、アメリカではチャリティー、ボランティア的なことがもつと生活に密着しているんです。日本も生活の中にもつと普通に息ついてほしいですね。それはお互いに支え合うことだし、それは地球規模になって行くと思います。

— そうですよね。

お互いに支え合うこと、思いやることとは自然なことだよねっていう風になるといいと思っでいて。そんな特別なことじゃないと思うんです。私も三一年間生きてきて、やはり支えられてきている、決して一人で生きてきてここまでなったわけではない。人から与えられているものがいっぱいあるので、



最初に一步、行動に移すというのはとても難しい

自分も人を支えてあげられるようになりたいと思っで生きています。ボランティアのことも、形は多分いっぱいあると思います。「ワールド・ビジョン」のチャイルドスポンサーで言うところ、月々四五〇〇円を支援するというものです。毎月四五〇〇円支援することは、やはり大変なことなので、皆ができることだとは思われないんです。ただ、身近なことでもできるんだと思っ

です。自分の生活とか、色々なものを見て意識して、こういうことなら私にはできるっていうことをするだけではないと思っんです。別にお金を払わなきゃいけないとか、そんなことは全くないと思っいます。

— 行動を起こしたいと思っでいても、なかなか一步踏み出せないというところはあります。この記事を見て、少しでも多くの方が一步踏み出すきっかけ

興味のあるところに、 アンテナを張っている



になればと強く思っています。

そうですね。私が思うのは、例えば何かボランティアや自分の興味のあるところに常にアンテナを張っているということ、日頃から日常的にすること。私は現地まで足を踏み入れることができませんでしたけれど、多分そういうことができない人はたくさんいます。でも意識を持っている、持ち続けていると、例えばあるテレビ番組を見たことで動ける人もいると思うんです。だから、アンテナに引く掛かるところは、自分の中でどんどんキャッチしていく。意識していると色々なことが入ってくるものです。それが私の中では大きかったということなんです。日頃からやはり意識するということですね。

——「ワールド・ビジョン・ジャパン」の他に、ボランティア活動として行っ

ていることは何かありますか。

留学先から日本に戻ってきてからも仲間たちと何かできることをしようと、チャリティーコンサートを行いました。それも仲間のアーティストに声を掛けて、賛同してくれる方にボランティアをやってもらおうようにしていました。

——今までのお話を総合すると、家族との過ごし方、仕事など、すべてバランスよくこなされています。まさにライフプランの達人という感じがします。

いや、いや、そんなことはないです(笑)。

——話は変わりますが、ご趣味は何ですか。

最近では、お花ですね。生け花も好きですけど、プリザーブドフラワー(Preserved Flower)というのがあるんです。最近流行ってきています。生のお花を、一回全部色を抜いてから特殊な加工をして、色をまた入れ直します。だからドライフラワーでもないし、もちろん本当のお花なので造花とは違うんです。

——今後の人生に対する夢、抱負についてお聞かせ下さい。

そうですね。これから一人増えますので…。ある程度、落ち着いて、復帰できるようにになったらまずは、本当に仕事と育児を両立していきたいですね。今までは子どものいる家族とか、母と

しての顔はなかったですので、これから実際にママになる、そういう発信の仕方はしていきたいです。これからママになる人たちにも、先輩も含めて。

——読者の方に、結婚、出産、育児などについてアドバイスをお願いします。

何だろう(笑)。私も欲張りなので、家族も大事にしたいですし、今の仕事もすごく好きなので、絶対両立したいということはずっと考えているんです。いい意味で「まあ、何とかなるさ」という精神というか…。何ていうんですか、完璧主義にすると、やはりものすごくストレスなんです。皆が一〇〇パーセント完璧にできたら何の問題もないわけです。しかし、そんな人間なんていませんし、だから面白いわけです。例えば、自分が今七〇パーセントしかできなかったら、社会に三〇パーセントは助けてもらってもいいと思うんです。でも、自分ができるときは助けてあげればいいという、お互いの支え合い。それは社会の中でも、家庭の中でもそうだと思います。

——やはりストレスをためるのが一番よくないんでしょうね。

完璧を目指そうとするからうまくいかない。うまくいかなかったら挽回することは色々できる。最初の話に戻るんですけど、私が今を大切



みんなの手をつないで 生きていく

にしたいということは、その日にできることを完璧でなくても自分なりに一生懸命やる、それが私の中ではベストだろうと思います。

——よく分かります。

だから、人に助けを求めていると思

いますし、みんなの手をつないで生きていけばいいと思います。理想論かもしれないですが、私はそういう風になりたいです。これから子どもを産んだら、今までより多分マネージャーに頼らなければならないところがたくさん

出てくると思うんです。その時は、ちょっと甘えさせてもらい、自分ができるときにはちゃんとする…。その一瞬、甘えたりすることは悪いことではないですし。

——そうですね。

人はお互いに必要とされると嬉しいものです。だから、全部自分がやらなければいけないと思つて抱え込むのではなく、少しぐらいならば甘えてもいいと思えばいいんです。

——支え合うということですね。夫婦げんかはされますか。

まあ、けんかになるほどのことはまだないですね。ちょっと話し込むくらいです。

——酒井さんは、あまり怒るといイメージがないです。インタビューをしていますと、すごく心の広い方という印象を受けます。

いえ、もちろん怒ることもあります。そんなにたびたびは怒らないですけど、私も主人も結構楽観主義ですので、まあいつか、みたいなところがあります。

——本日は、素敵なお話をありがとうございました。どうもありがとうございます。元気な赤ちゃんを産んでください。

こちらこそ、ありがとうございます。た。

(インタビューアー 協会職員 芦屋洋志)