ストーリー収集ツールキット - 概要

家族や地域社会が物語を保存し共有するためのガイド

なぜ物語が重要なのか

あなたの物語は重要です。あなたの声は重要です。

どの家族にも、笑い、たくましさ、伝統、そして変化といった、後世に伝えるべき思い出が詰まっています。物語を記録することは、世代をつなぐ最も力強い方法の一つです。それは、知恵、経験、そして文化が失われることなく、未来へと受け継がれていくことを保証するのです。

このツールキットは、準備の仕方、有意義な質問の仕方、物語の捉え方、保存方法、そして他の人がそれを引き継げるように共有する方法など、段階的にガイドします。

それは、過去、現在、未来をつなぐ架け橋を作るようなものだと考えてください。

準備中

録音ボタンを押す前に、少し準備をするだけで大きな違いが生まれます。準備とは、単に技術的なことだけではなく、物語が自然に流れるような、安全で居心地の良い空間を作り出すことなのです。

1. ストーリーテラーを選びましょう

年長者、両親、兄弟姉妹、あるいはあなた自身でも構いません。多くの家族は祖父母や曽祖父母から始めますが、どんな話にも価値があります。話したいと感じている人から始めてください。

2. スペースを選択する

語り手がくつろげる、静かで快適な場所を選びましょう。リビングルーム、キッチンテーブル、あるいは窓際の陽当たりの良い場所でも構いません。大切なのは、馴染みのある、リラックスできる場所であることです。

3. スマートフォンまたはデバイスを準備する

必要なのはスマートフォンだけです。ただし、以下の点にご注意ください。

- バッテリーは完全に充電されています。
- 保管スペースが確保されました。
- 通知はミュートされています。

予備の機器（予備の携帯電話、ボイスレコーダー、あるいはペンと紙など）があれば、手元に置いておきましょう。

4. 照明と音響をシンプルに

- **ライト**：柔らかな自然光を取り入れるために、窓際に座りましょう。光は後ろからではなく、前から当たるようにしてください。
- **音**：できるだけ静かな場所を選んでください。ヘッドホンや簡単なマイクがあると便利ですが、必須ではありません。

5. 構図を決める

- 電話を目の高さ。
- 語り手の目が上3分の1の位置にある画面の。
- 安定した場所や三脚を使って、動画をブレなく撮影してください。

プロのヒント

- するテスト録音数秒間鳴らしてから、再生してください。
- 提供するコップ一杯の水または近くの組織。
- 全員にサイレントフォン。
- 存在感に焦点を当てよう。不完全さは本物らしさの一部なのだから。

文化的感受性に関する注記
快適さとは、身体的なものだけでなく、精神的なものも含まれます。日系家族の物語には、移住や差別といった過去の出来事が語られることがあります。語り手が安心して自分の気持ちを表現できる、尊重と安らぎに満ちた空間を作りましょう。

質問をする

質問を投げかけることで、物語に命が吹き込まれるのです。インタビューというよりは、友人とお茶を飲みながら語り合うような感覚で考えてみてください。

1. 快適さから始める

- 「あなたのフルネームと生年月日を教えてください。
- 「あなたはどこで育ちましたか？」
- 「どんな食べ物や習慣が、あなたの子供時代を最も強く思い出させてくれますか？」

2. ドアを開ける

- 「あなたが特に誇りに思った時のことを教えていただけますか？
- 「あなたの幼少期の家はどんな感じでしたか？」
- 「若い頃、あなたに最も影響を与えた人は誰ですか？」

3. 糸をたどる

- 「その後どうなったの？」
- 「その時、どんな気持ちでしたか？」
- 「一番鮮明に覚えていることは何ですか？」

4. ペースを尊重する

話がスムーズに進むものもあれば、時間がかかるものもある。沈黙はしばしば、より深い記憶を呼び覚ます。

5. ストーリープロンプトを活用する

このツールキットにはストーリープロンプトセクション物語の語り手が、場面設定から課題の描写、そして意味の考察へと、自然な物語の流れに沿って話を進めることができるよう設計された質問パターンを用いる。

プロのヒント

- 質問リストを短く用意しておくと良いが、会話は自然に流れるようにしよう。
- 邪魔をしないようにしましょう。それは彼らの記憶であり、彼らの声なのですから。
- 「うんうん」とか「それは重要そうですね」といった相槌を使いましょう。
- 感情が湧き上がってきたら、一旦立ち止まって、相手に心の余裕を与えましょう。
- 五感を刺激する描写を取り入れましょう。匂い、音、感触は物語を生き生きとさせます。

文化的感受性に関する注記
質問によっては、強制収容や文化の喪失といった、地域社会の辛い歴史を呼び起こす可能性があります。決して詳細を無理に聞き出そうとしないでください。語り手が、共有するのが適切だと感じる内容を自由に話せるようにしましょう。

物語を捉える

準備が整い、語り手も安心したら、いよいよ始めましょう。これは、あなたたち二人の人生よりも長く残る思い出を「録音」するようなものです。

1. 存在感を示すことから始める

- 感謝の気持ちを表すことから始め、ウォーミングアップのための質問を投げかけましょう。
- 最後に同意を確認してください。
- 語り手には、いつでも一時停止できることを伝えてください。

2. 録画ボタンを押して、リラックスしましょう

- 最初の質問が始まる前に録音を開始してください。
- デバイスをしっかりと固定し、いじくり回さないようにしてください。
- テクノロジーではなく、聞くことに集中しましょう。

3. 話すよりも聞くことを心がける

- 全神経を集中させてください。
- 招待されない限り、自分の体験談を話すのは避けましょう。
- 簡単な謝辞で十分です。

4. 会話の流れに乗る

- 質問はあくまでも指針として使い、台本として使わないようにしましょう。
- 語り手の指示に従いなさい。

5. 録音を終了する

- 心から感謝の意を伝えてください。
- 他に何か付け加えたいことがあるか尋ねてください。
- 彼らの物語がどのように保存され、共有されるのかを伝えましょう。

プロのヒント

- 試してみて練習走行緊張を和らげるため。
- 使用 機内モード中断を避けるため。
- 音声と映像がクリアに聞こえるよう、十分近い距離に座ってください。
- すぐにファイルにラベルを付けてください（例：Yada_Frank_2025_Childhood.mp4）。

文化的感受性に関する注記
日系カナダ人の家族にとって、思い出には笑いや喜びだけでなく、強制収容や強制移住によるトラウマも含まれるかもしれません。共感と忍耐をもって接してください。沈黙や感情を尊重しましょう。何を語るかは、常に語り手が決めることです。

アーカイブと保存

物語を記録することは始まりに過ぎない。次のステップは、それを安全に保管し、未来の世代が楽しめるようにすることだ。

1. すぐに保存する

- ファイルを再生して、正しく動作したか確認してください。
- すぐにバックアップを取ってください。

2. ファイル名を分かりやすく付ける

シンプルな形式を使用してください。
姓_名_年_トピック

3. 複数の場所に保管する

- お使いのデバイスにコピーを保存してください。
- 別のファイルをクラウドに保存する。
- 外付けドライブまたはUSBメモリに保存してください。

4. 思慮深く整理する

家族構成、トピック、日付ごとにフォルダ分けして活用しましょう。

5. 思いやりを持って共有する

その物語をどのように、誰と共有するかを一緒に決めましょう。

プロのヒント

- 各ファイルに短いメモまたは説明を添えてください。
- 文字起こしデータは、ファイル名を一致させて保存してください。
- 印刷された議事録や写真集を作成する。
- 信頼できる他の家族にもコピーを共有してください。

文化的感受性に関する注記

記録を残すことは敬意の表れです。日系家族にとって、物語の中には世代を超えて受け継がれてきたトラウマが込められているものもあります。語り手がどのように物語を保存したいかを必ず確認し、その意向を尊重してください。

物語に命を吹き込む

録音された物語は、単なるファイル以上のもの、つまり贈り物です。それを共有することで、人々の心をつなぎ、インスピレーションを与え続けることができるのです。

1. 家族と共有する

- 集まりや記念日などで物語を演じる。
- 家族写真、レシピ、または伝統と組み合わせてみましょう。

2. コミュニティと共有する

- 貢献する日系国立博物館またはその他アーカイブ。
- 学校、図書館、地域イベントなどでハイライトを共有しましょう。

3. オンラインで共有する（許可を得た上で）

- プライベートクラウドフォルダまたはファミリードライブを使用してください。
- （同意を得た場合に限り）動画クリップをソーシャルメディアで共有してください。
- 家族向けのYouTubeチャンネルやポッドキャストを作成しましょう。

4. 具体的な形にする

- 文字起こしと写真を本に印刷する。
- スライドショーまたは短編映画を作成する。
- 物語を家系図や年表と組み合わせる。

5. 物語を生き生きと保つ

若い世代には、耳を傾け、考え、そして自分自身の物語を語るよう促しましょう。

プロのヒント

- 共有する前に必ず同意を確認してください。
- アクセシビリティ向上のため、字幕または文字起こしを追加してください。
- 誕生日、祝日、文化的な節目などに関するエピソードを共有しましょう。
- 数年ごとにアーカイブを見直し、更新しましょう。

文化的感受性に関する注記
日系家族において、共有は癒しであると同時に、弱さをさらけ出すことにもなり得る。家族だけに語り継ぐべき物語には敬意を払い、より広いコミュニティに託された物語には敬意を払う。共有するか、秘密にするかという選択の一つ一つが、精神的な強さを育む上で欠かせない要素なのだ。