

美容、福祉、笑い すべての「誰もが自分らしく生きられるように」という思いから。 ～普段の暮らしの幸せを届けたい

眞子 桂子 まなご けいこ さん【医療美容師・整容相談員・セラピスト芸人】

美容と福祉の経験、そしてケアラー当事者としての視点を活かし、医療美容師・整容相談員・セラピスト芸人「千と桂」として活動。訪問美容やアピアランスケアを通じて高齢者や治療中の方を支援するほか、学生服の選択肢拡大など子どもたちの学校生活を支える取組にも携わる。絵本出版や芸人活動を通じてケアラーのセルフケアを発信し、M-1グランプリ「ナイスアマチュア賞」を受賞。東松山市商工会PR大使・東松山市援護団員。(東松山市在住)

- 朝起きてまずすること
ラジオ体操からの15分散歩
- 好きな食べ物
あんみつ
- リラックスタイム
寝る前のアロマ
- 尊敬する人
大事な方がたくさんいます
- 5年後の私
家族円満で笑いが絶えない家庭



医療美容師へ

私はもともと見た目に悩み、自分自身のためにケアを続けてきました。美容師になってからは、美容には見た目を整えるだけでなく、人の心を支える力があると実感し、それが現在の医療美容師やアピアランスケア※1の活動につながっています。18歳で入った美容室では東洋医学を取り入れた美容を学び、訪問カットを通じて介護美容にも触れました。

子育て中には介護施設で働き、福祉用具専門相談員の資格を取得。介護や福祉の現場で経験を積む中で、40歳の時に介護と子育てが重なり心身を壊した経験から、同じ苦しみを抱える人を支えたいという思いを強く持つようになりました。

その思いから2015年に訪問美容を開始し、2017年には抗がん剤治療による脱毛など外見の悩みを安心して相談できる完全予約制の「けある一むKAMI結」を開設しました。

アピアランスケアの原点は、生まれつき髪が少なかった次女の存在です。娘のためにウィッグを工夫して作った経験が、今の支援活動につながっています。見た目に悩む患者さんが「外に出られそうです」「社会復帰できます」と笑顔を取り戻す姿は、娘が自信を取り戻していった姿と重なります。

その後、医療美容師の資格も取得しました。専門知識や技術はもちろん大切ですが、何よりも大切なのは相手の気持ちに寄り添うことです。私は、ここに来てくださる方を家族のように思いながら、一人ひとりと向き合っています。

整容相談員、セラピスト芸人、活動は広がる

性的マイノリティの方からの相談も多く、「女性らしい髪型にしたいけれど美容室に行きづらい」「自分らしく過ごしたい」といった声に寄り添っています。安心して利用していただけるよう、Ally(アライ)※2を掲げ、一人ひとりが望む姿を大切にしています。

また、患者さんや利用者さんだけでなく、その家族や介護者など“ケアする人”の支援にも、私は整容相談員と名付け取り組んでいます。身だしなみや表情の変化から心身の状態を見守り、必要に応じて地域の支援機関につなげています。

活動は美容だけにとどまりません。娘の中学校進学時、学校指定の制服は女子用スカートのみで、娘が希望したズボンは「前例がない」と認められませんでした。

制服業者から心ない言葉を受けることもありましたが、「子どもたちが最初から選べる社会になってほしい」という思いで声を上げ続けました。その結果、県議会でも取り上げられ、埼玉県内で女子生徒のスラックス着用が認められる流れにつながりました。制服の問題だけで学びたい学校を諦めることのないよう、これからも子どもたちの選択肢を広げる活動を続けています。

現在は、セラピスト芸人「千(せん)と桂(かつら)」としても活動し、介護やがん、セルフケアについて笑いを交えながら発信しています。2023年には、M-1グランプリで「ナイスアマチュア賞」を受賞しました。

伝えたいこと、これからのこと

私が伝えたいのは、普段の暮らしの幸せです。私は、福祉を学ぶ中で、「まず自分を大切にできてこそ、周りの人を大切にできる」と教わりました。普段の暮らしの幸せは、まず自分を大切に扱うことからだと思います。だから、「今日も頑張ったね」と自分に声をかけてほしいんです。

今後は、患者会やお茶会、ウィッグケアの会、乳がん患者さん向けの下着展示など、アピアランスケアに特化した取組をさらに広げていきたいと思っています。性的マイノリティの方も含め、「ここなら安心できる」と思える居場所をつくりたい。さらに、美容を通してセルフケアを伝える活動を、学校や地域にも広げていきたいと考えています。

私はこれからも、美容を通して、そんな“普段の暮らしの幸せ”を届けていきたいと思っています。

※1 アピアランスケアとは

がん治療による外見の変化に対する苦痛を、医学的・整容的・心理社会的支援を用いて軽減するケアのことです。

※2 Ally(アライ)とは

英語で「同盟」や「味方」を表す言葉で、性的マイノリティを理解し、支援している人、又は支援したいと思う人のことを指します。

令和8年度 埼玉県荻野吟子賞 候補者募集

① 個人・団体部門(大賞・奨励賞)

先駆的な活動などにより各分野で特に功績が著しく、今後の活躍が期待できる以下の個人又は団体

- 県内に在住(勤・学)又は県出身の個人
- 県内に所在する団体

② いきいき職場部門(いきいき職場部門賞)

県内に所在し、女性の能力活用、男女の職域拡大又は仕事と子育て、家庭生活との両立支援など男女が共同して参画することができる職場づくりに積極的に取り組んでいる事業所

本県出身で日本初の公認女性医師である「荻野吟子」にちなみ、男女共同参画の推進に顕著な功績のあった個人や団体、事業所を表彰します。

応募方法

① 個人・団体部門

市町村、団体又は個人の推薦により、推薦書に必要事項を記入の上、応募してください(推薦以外の情報提供可)

② いきいき職場部門

市町村、団体、事業所、個人又は埼玉県地域振興センター所長(事務所長を含む)の推薦により、推薦書に必要事項を記入の上、育児・介護休業に関する規則の写しを添付して、応募してください(自薦も可)

募集期間

令和8年7月15日(水)～9月30日(水)

問合せ

埼玉県県民生活部人権・男女共同参画課
TEL 048-830-2921 FAX 048-830-4755
E-mail a2250-05@pref.saitama.lg.jp

推薦書や募集リーフレットは県ホームページに掲載しています。

