

「在宅生活ハンドブック No. 29」

# トールペイント の手順と技法

別府重度障害者センター  
(職能部門 2015)

## も く じ

|                          |    |
|--------------------------|----|
| はじめに                     | 1  |
| I トールペイントの概要             | 1  |
| 1. トールペイントとは             | 1  |
| 2. トールペイントの技法            | 1  |
| (1) 丸筆技法                 | 1  |
| (2) 平筆技法                 | 1  |
| (3) オイルペインティング           | 1  |
| II 制作手順 (対象例 頸椎損傷レベル C6) | 2  |
| III 基本テクニック              | 3  |
| 1. 丸筆技法                  | 3  |
| (1) 基本ストローク              | 3  |
| (2) モチーフ (花)             | 5  |
| 2. 平筆技法                  | 6  |
| (1) ベタ塗り                 | 6  |
| (2) サイドローディング            | 6  |
| (3) ダブルローディング            | 7  |
| 3. オイルペインティング技法          | 7  |
| (1) 絵の具の特性               | 8  |
| (2) ブロッキングとブレンディング       | 8  |
| IV 障害レベルと適正技法            | 8  |
| 1. 障害部位別可能技法             | 8  |
| 2. 技法の選び方                | 9  |
| (1) 筆の持ち方                | 9  |
| (2) 描画環境                 | 10 |
| (3) 性格的要素                | 10 |
| V 描画環境の整備                | 10 |
| 1. 描画環境整備の仕方             | 10 |
| 2. 道具の配慮                 | 11 |
| VI 作業における介助者の役割          | 13 |

はじめに

「自分には絵心がない」「絵を描くということ自体苦手だ」という方のために生まれたのがトールペイントです。初めて聞くという方も多いと思いますが、訓練として当センターに導入されたのは1997年です。丸筆技法からスタートした訓練も、現在では5種の技法が学べるようになりました。

このハンドブックでは、主要3種の技法と手順について、頸髄損傷の機能レベルがC6の方（以下「C6レベル」と言う）を例にご紹介します。日中活動での活用や自営活動を目指す際の一助としてご活用いただければ幸いです。

## I トールペイントの概要

### 1 トールペイントとは

トールペイントのトールとは、フランス語で「ブリキ」という意味です。ヨーロッパで発祥してアメリカに伝わった後、伝統柄を生活雑貨に施すことで日常の生活に潤いを与えることから世界中に広まり、日本には1980年頃渡ってきました。

トールペイントとは、丸筆や平筆を使って板に絵を描くことを言います。絵を描くといっても、デッサンは不要で、あらかじめ用意された図案をトレースし、マニュアル化された技法と手順でぬりえをするというイメージです。素材は木製の生活小物が主流で、缶、皮製品、布、磁器、ガラスなどにも描かれ、それぞれの素材に合わせた絵の具と技法があります。

### 2 トールペイントの技法

マニュアル化された技法は、筆や絵の具により違いがあります。

ここでは、丸筆、平筆、油絵の具による技法を紹介します。

#### (1) 丸筆技法

アクリル絵の具を使って毛筆で習字のように一筆で描いて、花びらや葉を表現する技法です。十分に練習を行ってから、本番で一気に描きあげる方法です。この技法は、絵の具の種類を変更するだけで食器の絵付けにも最適です。

#### (2) 平筆技法

アクリル絵の具と平筆を使って静物や風景の陰影や立体感を表現する技法です。描く順番や描き方がマニュアル化されていて、順番通りに描き進めていくと完成できる方法です。

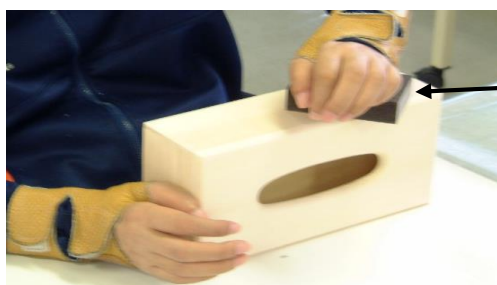
#### (3) オイルペインティング

油絵の具で、静物や風景の陰影や立体感を表現する技法です。

油絵の具は乾きが遅いため、ゆっくりと描き進めることのできる方法です。

## II 制作手順（対象例 頸椎損傷レベル C6）

トールペイントの丸筆作品が完成するまでの手順を説明します。どの工程も次の作業に繋がるので、ひとつひとつ丁寧に仕上げていく様、心がけましょう。作業において、自身でできることとできないことをしっかり把握し、何ができなくて、何をしたいかを介助者に明確に伝えられるようにしましょう。



- 1 素材をみがく  
サンディングブロック(p12の(6)参照)という立方体の研磨材を使用して表面のざらつきを整える



- 2 下地の加工「ベタ塗り※注1」  
全体に下地剤（オールパーパスシーラー）の原液を塗る

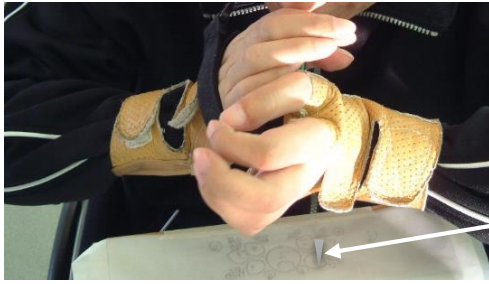


- 3 ベース色を塗る  
全体に絵の具を木目が見えなくなるまで3～5回塗る



- 4 図案を写す  
図案を鉛筆でトレーシングペーパーに写す

※注1 下地の加工には下地を隠す「ベタ塗り」と木目を活かす「ステイン」の2種類があります。「ステイン」の場合は、下地剤に着色する絵の具が入っているので、3の「ベース色を塗る」が不要です。



- 5 図案を素材に写す  
トレーシングペーパーに写した図案を素材に当てチャコペーパーをはさみ、その上を鉄筆でなぞって写す  
片手で筆圧が足りないときは両手で押さえながら写す



- 6 描画  
トレースした図案にあわせて描く



- 7 ニス仕上げ  
トレースの跡が全て消されているかよく確認してニスを2～3回塗る  
乾燥させて、完成

### Ⅲ 基本テクニック

#### 1 丸筆技法

書道の様に、「はらい」や「止め」の筆さばきで描く技法です。丸筆技法は、カンマストロークという基本テクニックがとても重要で「これさえ出来ればすべてが出来る」とまで言われるくらいです。

一般的なカンマストロークは、筆をひねって細さやしなやかさを表現しますが、C6レベルの場合、指先の動きが必要となるひねる動作が困難なため、ここに紹介するテクニックは全てひねらずに描画できるように工夫しています。

##### (1) 基本ストローク

丸筆技法の基本となる筆の運び方には5種類あります。

ひねらずに「はらい」を細くするには、筆を持ち上げながら移動させる事が重要です。持ち上げるタイミングやスピードについて、綺麗に描けるまで充分練習しましょう。

また、トッピングという絵の具の付け方で更に豊かな表現になります。

① 左カンマストローク



- ・描き始めは丸く花びらを描くように意識する
- ・左斜め上から毛先を置いて、筆が止まるまですべて下ろし、自分の中心に向かってゆっくり持ち上げながら移動させる
- ・最後は止まって終わるくらいにゆっくりと引く

② 右カンマストローク



- ・ストローク全体を横向きにして描く
- ・ゆっくり右上に持ち上げながら筆を移動させる

③ ストレートストローク



- ・描き始めは丸く花びらを描くように意識する
- ・毛先を置いて、筆が止まるまですべて下ろし、ゆっくりと持ち上げながら、まっすぐ引く。持ち上げ終わる直前に毛先を左右のどちらかに振ると細く整う

④ Cストローク



- ・細く描き始める為に、毛先が平らになるように絵具をつける
- ・アルファベットのCを描くようにして、細→太→細の順に描き進める

⑤ Sストローク

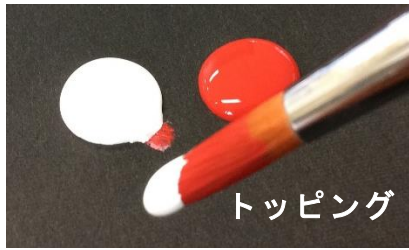


- ・細く描き始める為に、毛先が平らになるように絵具をつける
- ・アルファベットのSを描くようにして、細→太→細になる様に描き進める

⑥ トッピング



- ・トッピングとは絵の具のついた筆先に、違う色の絵の具をつけることを言う
- ・トッピングをすれば、一筆で陰影をつけることができる



(例) 赤をつけた筆先をパレットの白の絵の具に滑り込ませ、そのまま持ち上げると筆先に均等につけることができる

## (2) モチーフ (花)

基本5種のカンマストロークを使用するとモチーフが描画できます。お手本をじっくり見て、たくさん練習をしましょう。筆が持てない場合は補助具(自助具)を用いて描画しますが、基本ストロークをしっかりマスターすれば、きちんと描くことができます。



### ① チューリップ

ドイツオランダ地方の伝統モチーフです。土台の形を描き、トッピングしてカンマストロークで描きます。



土台のベースチューリップを4筆のストロークで描く



トッピングをして両サイドの花びらから順に描く (左右どちらからでも良い)

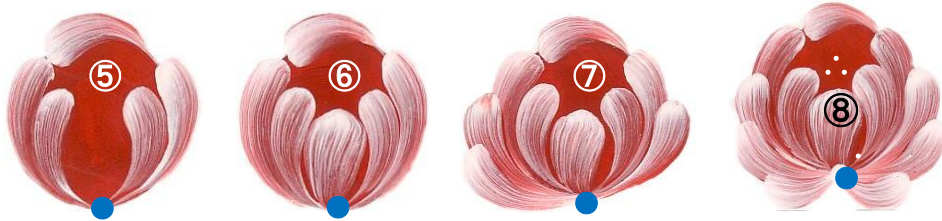


### ② バラ

ドイツオランダ地方の伝統モチーフです。土台の丸を描き、トッピングしてカンマストロークで描きます。



ベースの円に沿い、最初はかぶせるように花びらを1枚描く



その他の花びらはトッピングして青の点に向かって描く

この他にも数多くのモチーフがあります。市販のトールペイント教本を参考に練習をしてみましょう。

## 2 平筆技法

日本でトールペイントと言えば、この平筆技法の作品のことを指していました。平筆技法をマスターすれば、あらゆる静物画が描画できるようになります。また、必ず筆をひねる為、一般でも難しいとされている平筆ストロークのバラも、描画面を回転させながら描く独特のテクニックにより練習を重ねることで、自具を使って描くことができます。

### (1) ベタ塗り

下地の加工や、パーツのベースとなる塗り方です。アクリル絵の具の場合、色によって若干差がありますが、木目を完全に消してしまうには、3～5回塗り重ねる必要があります。

彩度が低い色はカバー力があり、塗る回数が少なく済みます。一度目は少し水で溶いたものを塗り、よく乾かしてから、水分を減らしていきながら、数度塗り重ねます。

### (2) サイドローディング

ベタ塗りしたパーツに陰影をつけるテクニックです。平筆を使い、一度塗りで陰影をつけることができます。絵の具と水の量のバランスがポイントとなります。狭い場所でも出来るだけ大きい筆(10～12号)を使うほうが綺麗なグラデーションが出せます。



- ① 平筆に水分を加え、軽く水気を切る  
この時の水分量が美しいグラデーションを作るポイントとなる



- ② 筆の片方の角に絵の具をつける  
少し水気の残った筆の角に三角になるように絵の具をつける  
筆の巾の半分以下につけるよう注意する





③ グラデーションを作る

パレットの上でグラデーションを作る  
往復させながら、筆の裏にも絵の具を充分に入れこむ



④ 水分を加え整える

絵の具のついていない方に水分を加え、筆のすべり具合を整える  
絵の具と水分のバランスが整うまで8回程度往復する（絵の具を付け足す時は2～3回）

(2) ダブルローディング

平筆の両側に絵の具をつけて描く技法をダブルローディングと言います。水は使いません。このテクニックを使うと、陰影のついた花をストロークで描くことができます。



3 オイルペインティング技法

油絵の具を使った描画法です。原液をそのまま使うアクリル絵の具と違い、絵の具を混ぜて適した色を作りながら描き進めます。絵の具をパレットに出す時は介助が必要な方でも、ある程度の色数をパレットに出しておけば、自力作業時間を延ばすことができます。

素材は木製品にアクリル絵の具で下地の加工を施した物や、布、キャンバスなどを使います。 オイルペインティングは、あらゆる機能レベルの方が取り組める可能性が高い技法です。

#### (1) 絵の具の特性

油絵の具は、酸化することで定着するので、乾くのにも数日を要します。その為、数日間同じ状態で描き続けることができます。

トールペイント用のナイロン筆は水彩用に比べると毛質は硬く弾力性がありますが、油絵の具は粘り気が強い為、更に毛の硬さと弾力性のある筆が必要です。よって、オイルペインティングには、イタチの毛を使用したセーブル筆と呼ばれる毛足の短い筆が最適です。使用後は、シンナー系のブラシクリーナーで筆先を丁寧に洗うと長持ちします。

#### (2) ブロッキングとブレンディング

オイルペインティングでは、モチーフのベース色とダーク色(影)とハイライト色(光)を、それぞれ絵の具を混ぜ合わせて色を作る事から始めます。モチーフの明るいところ、暗いところ、その他の3ブロックに分け線を引きます。3色が出来たら、それぞれの場所を作った色で塗りつぶします。この塗り分けの事をブロッキングといいます。ブロッキングが終わったら、隣り合った色同士にモップブラシというグラデーションを作る筆を使って、境目を叩きながらぼかしていきます。境目をぼかす事をブレンディングといいます。



### IV 障害のレベルと適正技法

#### 1 障害部位別可能技法

障害部位により可能な技法が変わります。次の表は機能レベル別に、可能な作業をまとめたものです。この表でわかるように、可能な作業や技法は、障害のレベルによって異なります。△の部分は、個人差により分かれるところで、×の部分は極めて可能性が低い事を示しています。

自分の状態と照らし合わせて可能な作業と技法を確認しましょう。

| レベル   | 自助具の要否    | 水汲み | 絵具準備 | 丸筆 | 平筆 | オイル |
|-------|-----------|-----|------|----|----|-----|
| C8 以下 | ×         | ○   | ○    | ○  | ○  | ○   |
| C7 不全 | △         | ○   | ○    | ○  | ○  | ○   |
| C7 完全 | △         | ○   | ○    | ○  | ○  | ○   |
| C6 不全 | ○         | △   | ○    | ○  | ○  | ○   |
| C6 完全 | ○         | △   | △    | ○  | ○  | ○   |
| C5 不全 | ○         | △   | △    | △  | ○  | ○   |
| C5 完全 | ○         | ×   | ×    | △  | △  | △   |
| C4 不全 | ○(PSB※注2) | ×   | ×    | △  | △  | △   |
| C4 完全 | ○(PSB※注2) | ×   | ×    | ×  | △  | △   |

※注2：ポータブルスプリングバランサー（P12(3)参照）

## 2 技法の選び方

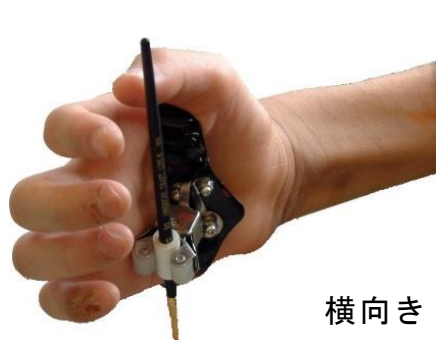
障害のレベルによって可能な作業や技法について理解した上で、自分に合う技法を選ぶには、筆の持ち方や描画環境などに加え、自身の性格や性質にも注目します。ここでは、それらの適正について説明をします。

### (1) 筆の持ち方

C6レベル以上の方は筆を握るために、自助具という補助器具を使います。手の平側にキャッチがあり、筆をビニールテープなどで太くして、取り付けます。

自助具の付け方には、手の向きにより「横向き」「下向き」の2種類があります。横向きの状態を維持出来れば、手の重さを感じにくいので耐久性があがります。一方で、下向きのほうが体勢的には楽です。

どの向きが自身に合っているか、まず試してみましょう。



横向き



下向き

## (2) 描画環境

制作を始めるに当たり、最初に行うことは、作業する為の環境作りです。(詳しくは次項で説明)

テーブルの大きさや水まわりなどの設備、作業の曜日や時間、介助者の有無などを整理することから始めましょう。自分が作業する時に、必要な設備や人は揃っているか、空調の状態、体調への影響など問題になることは無いか等、開始前に充分確認・準備しておくことがスムーズな作業開始に繋がります。

オイルペインティングは、絵の具の特性から、絵の具出しの回数が少なくすみ、筆洗いなどのための水まわりも不要な為、自力で作業できる時間が比較的長くなります。よって、丸筆や平筆に比べ、介助量が少ない技法と言えるでしょう。

## (3) 性格的要素

技法選びには、性格的要素も大きく関係します。ストロークの練習を何度も行うことに抵抗がなく量産を好む方は、短時間でたくさん仕上げられる丸筆技法が、練習の積み重ねや本番の緊張感が苦手な、時間をかけてゆっくり取り組みたい方は、平筆やオイルペインティングが適しているでしょう。

いろいろなジャンルの技法を試してみる事も大切です。

## V 描画環境の整備

快適に作業を行う為に、作業環境の整備を行いましょう。

机の高さや大きさ、部屋の明るさやスペースの確保、道具を使いやすく加工することや、代替品を探すなどの工夫が必要です。

### 1 作業環境の整備の仕方

作業環境を整える際に、仕事か趣味か、毎日行うか、時間帯をいつにするのかなど「自分がどういう形で作業を行いたいのか」を明確にします。それにより、作業の場所や、明るさ、照明の位置、テーブルの位置が決まってくるでしょう。

例えば、週に3日、日中の2時間程度作業を行う方の場合、日当たりのよい部屋で、窓に近い所を作業場にすると、絵の具の色や描画の際の色を確認しやすく作業がはかどります。エアコンの風が直接当たる場所や窓に向けてテーブルを置くと、絵の具や目の乾燥が速くなってしまいますので注意しましょう。夜間や日当たりの悪い部屋の場合は、窓に背を向け、照明の下にテーブルを設定すると良いでしょう。

## 2 道具の配慮

頸髄損傷の方にとって、市販の道具の中には、そのままでは使用できないものがいくつかあります。ここでは、筆を持つ為の自助具や絵の具を開ける為の道具など、握力がなくても使用できるように加工した道具や代替品を紹介します。

### (1) ニューカフ



手の平を横向きにして描画する場合に使用する自助具で、市販されています。黒い部分を手にあわせて巻きつけます。キャッチ部分は動くので筆の向きを微調整できます。右手用、左手用があります。

### (2) ベルト式カフ



手の平を下向きにして描画する場合に使用する自助具で、市販されています。“輪っか”に手(親指以外)を通して、マジックテープで止めるようになっています。キャッチ部分が人差し指の付け根にくるようにして留めます。

### (3) ポータブルスプリングバランサー (PSB)



腕を持ち上げる力を補助する道具で、市販されています。大きい三角の部分に肘を通し、小さい三角部分に手首を通します。持ち上げる力を細かく調整することができます。装着には介助が必要です。

#### (4) 絵の具オープナー



絵の具の蓋は、オープナー（写真は作業療法士作成）を使用すれば、握力がなくても開ける事ができます。絵の具を持ち上げられれば、蓋に下の歯を引っ掛けて開けることもできます。

#### (5) 文鎮



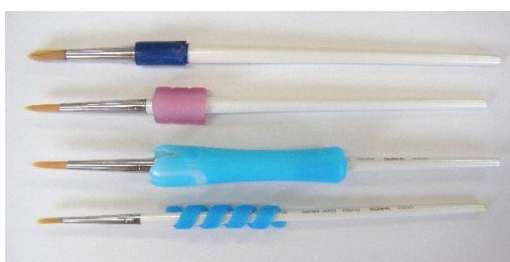
パレットや練習用紙の固定に使用します。もち手に針金で輪を作り、持ち上げやすいように加工します。

#### (6) サンディングブロック



サンドペーパーが立方体の硬めのスポンジに貼り付けてあり、握りやすくなっています。ただ、あまり細かい番手ではないので、荒い仕上がりになります。

#### (7) ペングリップ



筆は細くて滑りやすいので、握力が弱い場合、市販されているペングリップをつけ筆を太くすると、握る動作を維持し易くなります。また自助具に取り付ける際は、ぐらつきを抑える為に筆にビニールテープなどを巻きつけ太くします。

#### (8) 回転台



素材を持ち上げずに回転させながら作業が出来ます。大きな素材や手が届かない場所、側面を塗るときなどにも活用できます。回りすぎるときは、回転台の上一枚タオルを広げて敷きその上に素材を置くと良いでしょう。

## (9) 筆洗



筆洗を持ちやすくする為に、紐をつけます。しきりの両側に均等に水を入れないと傾くので注意しましょう。

運ぶときに不安定な場合はひざの上にトレーを置くと良いでしょう

## VI 作業における介助者の役割

ツールペイントは、わずかなスペースと数種の道具を揃えるだけで、はじめることが出来ます。描画活動を開始する時に、介助者はどんなことに注意すればよいでしょう。

ここでは、介助者の役割について説明します。

### 1 環境整備の為の介助

まずは、本人の意志を尊重しながら、一日の生活の中に作業時間を確保することから始めましょう。実際に描画を始めると、場所や道具、時間など、いろいろな工夫をしても介助が必要な事が出てきます。何について、どう介助が必要かを当事者に良く確認してください。確認することで、自力作業の為の解決策を自身が探すきっかけとなります。

自身が考えるより先に介助者が答えを出してしまう事は、避けたほうが良いでしょう。一緒に考えることが、大切な介助者の役割の一つだと認識してください。

### 2 モチベーション維持の為の介助

モチベーションを維持する為の介助として以下の3つがあげられます。

(1) 他者の作品を見たり、出展などで自分の作品が人の目に触れる機会を作る

(2) プレゼントや記念品など、期限を決めて制作する

(3) コンテスト参加や個展の開催など大きな目標を立てる

外部との接触は、いい意味で刺激となります。展示会に同行したり、記念日やコンテストなどの情報提供や目標設定の提案などがモチベーション維持に有効です。無理のない程度の短期目標を提案しましょう。

**国立障害者リハビリテーションセンター 自立支援局**  
**別府重度障害者センター**  
(支援マニュアル作成委員会編)

〒874-0904 大分県別府市南莊園町2組

電話：0977-21-0181

HP：<http://www.rehab.go.jp/beppu/>

初版 平成27年9月発行