

奈良言友会会報

まほろば



第15号

平成27年4月発行

例会報告

2015年1月

第1部 スピーチ・プレゼン

参加6名

担当・報告 堀

4つのテーマから選んで、思いついた人から、時間を決めずに自由に話してもらいました。

- ① 私の正月
- ② 面白かった本、映画、テレビなどについて
- ③ 気になるニュースについて
- ④ 言いたいこと（自由）

Gさんは福祉現場の仕事での苦労話。絵を習っているHさんは絵の教室でのこと、映画に造詣の深いTYさんは他では聞けない映画にまつわる秘蔵の話を、旅行の好きなAさんは年末にした一人旅の話など、いろいろ興味深い話が聞けました。ときには時間を制限せず、自由に話してもらうのも楽しいと思いました。

第1部の感想

○みなさんの事がよく分かって楽しい時間でした。まったく別の仕事や趣味の話が聞けて参考になりました。 T.H

○みなさんの近況や趣味の話が聞けてよかったです。A.A

○スピーチの制限時間を決めずにやるのも、いいかも知れないと思いました。 Y.T

○映画の魅力をたっぷり聞かせてもらったり、興味深い話が聞けました。H.S

第2部 ディベート

参加6名

担当・報告 山崎

ディベートとは、「ある特定のテーマの是非について、2グループの話し手が、賛成・反対の立場に別れて、第三者を説得する形で議論を行うこと」とであるとされています。例えば「言友会は、吃音症状の改善に取り組むべきだ」というテーマを与えられたら、聞き手に対し、賛成派はそれによっていかに素晴らしいことが起こるのかを訴え、逆に反対派はそれによっていかに恐ろしい問題がおこるのかを訴えるのです。肯定立論 ⇒ 否定立論 ⇒ 質問 ⇒ 肯定反論 ⇒ 否定反論 といった形式が一般的です。今回は、「ペットには犬と猫のどちらがいいか？」についてディベートを行ってみました。

第2部の感想

○初めての議論の体験は頭を使い、楽しく“脳トレ”をすることができました。 T.H

○反論をするために話を聞くので、ひとの話を聞く練習になる。 A.A

○初めての経験で有意義でした。G.B

○ワークショップで全国言友会の大会を開催するのもいいのでは？ Y.T

○ディベートの正式のルールに従ってするのはまじめですが、ルールに慣れたらもっと面白いものになるのではなにかと思いました。 H.S

2015年2月例会報告 第1部「子どもの吃音指導」について 参加11名 担当・報告 天羽

2月例会で、「子どもの吃音指導」について、お話させていただく機会を得ました。奈良市立済美小学校のこたばの教室で、吃音のある子どもたちに、どのような指導をしているのかを紹介させていただきました。指導の柱は、大きく三つにあり、①環境調整、②発声発語練習、③吃音理解のための学習です。それに、もう一つは、保護者支援です。

②発声発語練習の中で、特に音読指導について詳しくお話ししました。それは、言友会の例会に参加し、吃音のある成人の方々が多く、「学校のとき音読はいやだったなあ」ということを、聞かせていただけたからです。音読は毎回の国語学習の中で必ずと言っていいほど行われます。しかし、音読で吃音が目立つ子どもが比較的少ないからかもしれませんが、学校現場の中で、一番容易に配慮できるにもかかわらず、配慮が怠りがちになっているように思います。子どもたちが、音読で教師に支援を強く求めていることを、そして、だれかと一緒に読ませる・斉読させることは、吃音を軽減させることがはっきりしていることを分かり、音読については、必ず配慮してほしいと思っているからです。この音読指導のように、せっかく、言友会の方々から、いろいろなことを聞かせていただいていますので、そのことを、日々の指導に活かすだけでなく、学級担任の先生方や通級指導の先生方に訴えていきたいと思っています。

もう一つ、詳しくお話ししたのは、吃音のある子ども同士の交流や、吃音のある成人の方との交流についてです。これも、言友会に参加し、こうした交流がいかに大切であるかを肌で感じる事ができたからです。学校でも交流をしていきたいと思っはいるのですが、各こたばの教室では、人数も少なく、また公立の学校ゆえの制約も多く、なかなか実施できていません。ですから、奈良言友会で毎年開催されている「こたばの親子交流会」は、子どもたちの心の支えをはぐくみ、保護者の方々の心の支えとなる、貴重な機会なのです。「こたばの親子交流会」に参加されると、子どもも保護者の方も、確実に表情が明るくなります。それは、奈良言友会の方々が、人間的に魅力があり、子どもの成長の過程で、吃音を軽減させることよりも子どもの人間性を育てることの方がずっと大切であると気づかれるからだと思います。

私がこたばの教室の指導の中で心がけていることは、「こどもたちに寄り添えるようになりたい」と思っていることです。私自身には吃音はありませんが、言友会に参加し、一緒に活動することにより、子どもたちに寄り添うことができるようになりたいと願っています。

2月例会では指導についての話が長く、その後話し合う時間が取れませんでした。また、機会がありましたら、忌憚のないご意見を伺えたらありがたく思います。

第1部の感想

○子どもの心を開くことの難しさを感じました。N.Y

○天羽先生がされている指導について、お話が聞けて、大人である自分にも参考になりました。A.A

○保育士としての対応が求められるはずが、今まで“ママ友”だったと気づかされました。勉強していこうと思いました。T.H

○こたばの教室での発声発語指導や環境調整のとりにくみなどよく理解できました。H.S

○小児のこたばの指導について具体的に知ることができ勉強になった。T.M

○日頃のことをお話しましたが、保護者の方が参加されていて緊張しました。言友会の方々だと自分の中で内輪という意識になっていることが分かりました。A.I

2015年2月例会第2部 「いつ」「何について」クジでスピーチ 参加7名 担当・報告 青木

クジで「いつ」「何について」かを引いて、それについてスピーチをする例会を担当させていただきました。私は話をするのが苦手です。それは、吃音だけでなく、話を組み立てることが下手であると分析しています。何か良い練習が出来ないかと考えていたときに、先日すたっと京都の今回と同様の例会に参加してきました。考える時間を与えられずスピーチをすることが、とっさに話をするいい練習になったと感じました。3分間と決められた時間ないに指定されたテーマで話すには、話しながら文章の構成を考えなければなりません。普段の会話であれば、自分が話したいことを好きな時間の長さで話をする人が多いかと思います。つまり、日常の会話以上に会話の内容を考えないといけないのです。これは、文章を組み立てる練習になると私は考えたのです。

今回、奈良言友会でこの例会を行い、私自身、エピソードを探しながら、また話の構成を考えながらお話をさせていただきました。自分でも思いもよらぬ方向に話をしていたり、その中で新しい発見があったりしました。そして何より、参加者の皆さんの吃音だけでなく、様々な話が聞けたのが非常に新鮮で面白かったです。

例会は、楽しいことが一番大切だと私は考えています。その中で、何か学びや誰かの役に立てればなお良いと思います。これからも、楽しみながらコミュニケーション能力などを身につけることができるような例会を、企画していきたいと思っています。

第2部の感想

○とても楽しい企画で、みなさんの違った一面もうかがえました。 N.Y

○会員の方の、吃音以外の話が聞けて新鮮でした。 A.A

○予知せぬ題になかなか話が広がらず、自分のボキャブラリーのなさに自分自身おどろきましたが、聞いてくださる方がいらっしやるととても楽しい時間でした。 T.H

○時期と課題をくじで組み合わせるとするのは面白いアイデアと思いました。質問しないといけないので注意して聞くようにしました。 H.S

○いろいろなことを話せてよい機会になった。 T.M

○くじを引いて時期と事柄が決まり、そこからお話をするむずかしさを感じました。参加者の方の意外なお話聞けて楽しかったです。A.I



3月例会の様子 (次ページ)

2015年3月例会 第1部 アロマで癒しと心のメンテナンス 参加7名 担当：後藤 報告：堀 講師 中村 光美氏（アロマセラピスト：日本アロマ環境協会認定）

コーヒーの香り、玄関先の沈丁花の香りなど、香りは、目には見えないけれども、日常の中で私たちの生活に潤いを与え、気持ちを和ませてくれます。

今回は後藤さんの企画で、アロマセラピストの中村先生に来ていただいて、アロマ（芳香）療法のお話をうかがいながら、実際にアロマの精油を入れた発泡バスソルト（入浴剤）をみんなで作りました。先生のお話は大変面白く、アロマに包まれて楽しい時間でした。アロマ療法によって、植物（精油）からのパワーをもらい、緊張が和らぐ、体調が整う、また人間関係をよくし、快適な生活を送るのに役立つとのことでした。今回実習した発泡バスソルトづくりでは、6種類の精油を二つずつ組み合わせて入れ、3種類のバスソルトを作りました。それぞれ、気持ちを「リラックス」するもの、「ハッピー（多幸福感）」にするもの、「リフレッシュ」するものと、違った効果があるということでした。

第1部の感想

- アロマのよい気分にはなれました。I.H
- 最近、忙しく動き回っているので、めっちゃ、癒されました。ことばのキャンプで、お母さん方にアロマをしてもよいと感じました。G.B
- 体にリラックス効果などがあることを知り、とても興味が湧きました。自分でもやってみようと思います。A.A
- アロマの勉強ははじめてです。始めから終わりまでずっとリラックスしている自分の体を感じました。今晚のお風呂タイムが楽しみです。T.H
- 色々な香りがあったと思う。M.G
- 日頃あまり意識しない「香り」がコミュニケーションにより効果をもっていることが分かりました。H.S

2015年3月例会第2部 「メンタルリハーサル法」について 参加7名 担当・報告 市田

最近の吃音治療法で脚光を浴びている、目白大学の都筑教授の「メンタルリハーサル法」を著書「吃音は治せる」から紹介しました。

発話訓練をせず、過去のマイナスの出来事をプラスの経験にすり変える作業をしていくというのはイメージトレーニングに近いと思われます。ただ、本の内容だけでは詳しい治療内容が分かりにくい面もありましたので、もっと詳しい言語聴覚士の方がおられたら、話を聞きたいと思います。

個人的には発話訓練よりも良い治療法だと感じました。

第2部の感想

- 初めて知った方法。心理療法に近い形だと感じました。何かいやな経験を変えていく、きっかけとして面白いと思った。ただ、環境を整えることも大切。G.B
- 何かよく知らなかったメンタル・リハーサルについて知ることができて勉強になりました。A.A
- メンタルトレーニングは吃音ではない人にも適応できているのではないのでしょうか。もっと勉強したいです。T.H
- アロマでお伺いし、後半も参加させて頂きありがとうございました。吃音のことをこのように深く考え教えてもらえ、大変有意義な時間でした。また、私も何かできることがあれば、お声かけ下さい。N.T
- メンタル・リハーサルをこれからも勉強していきたいと思います。I.H
- メンタルトレーニングすごく説明があってよい時間でした。M.G
- 発話練習をしないというのは新しいと思いました。実際の行動ではなく、イメージの中でいろいろすることで、本当に上手いくのかな？と思いました。H.S

私が出会った心に響く言葉

ブリッジ 橋

三島 学

私が出会った心に響く言葉は、今も、ロックグループのハウンドドッグが好きで、心に響く言葉はハウンドドッグの歌「ブリッジ」の言葉です。それは、ひとには、渡らなければならぬ橋がある、渡るべきか迷ってしまう橋がある。渡るには厳しい橋がある。橋すら見つけれない人がいる。橋を探そうとしないひともいる。瞳をそむければ、橋はみえるか。自分の橋を見つけるのが中々むずかしいと思っている自分がいるので、これから橋を見つけないかと思っています。これが私が出会った心に響くことば「橋」です。

私の忘れられない出会い

峠谷 治美

私には忘れられない人がいます。その人の名前はさっちゃんです。学生の時心身障害施設での実習先で知り合った、ダウン症の女の子です。さっちゃんは色白で人なつっこく、私の髪型や着ている服を「可愛いね」と褒めてくれました。「あのね、あのね…」から始まる話はいつもとりとめがなく、話の途中で何処かへ行ってしまうので、結末をいつも聞けずじまいでしたが、どこか憎めない可愛い女の子でした。

実習最後の日曜日にさっちゃんはトイレで大きな声で泣いていたので、施設の先生にどうしたのですかとたずねると、「週末は親の面会日だけど、さっちゃんの所は来ないから、いつもここで泣いてるんだよ」と教えてもらいました。

親になった今、子供の面会に来れないと言うことは、何らかの事情があったに違いないと思えるのですが、その時はさっちゃんと一緒に泣きました。

何処かで泣き声が聞こえると、今でもさっちゃんの事を思い出します。

「・・・正しいことを言うときは、相手を傷つけやすいものだ気づいているほうがいい・・・」

堀 茂

これは詩人吉野弘さんの「祝婚歌」という詩の一節です。最近のNHKの「クローズアップ現代」でとりあげられましたが、吉野さんの詩集が今、多くのひとに読まれ、共感を呼んでいるとのこと。この「祝婚歌」は結婚式の祝辞にもよく取り入れられるとのこと。自分が正しいと思うことを言うときは、相手の気持ちをあまり考えないのは、身に覚えのあることです。

この詩にはこんな一節もあります。「・・・立派でありたいとか / 正しくありたいとかいう / 無理な緊張には色目を使わず / ゆっくりゆたかに / 光を浴びているほうがいい・・・」
気持ちが広く、大らかになるような詩なので気に入っています。

吃音人物誌 その1「韓非子」

山崎 貴浩

中国4千年と言っているが、歴史がはっきりしているのはそのうちの3500年ほどである。史料で実在が確認できる最古の王朝は殷墟の甲骨文字で有名な殷王朝だが、殷は紀元前1500年頃に周にとって代わられる。さらに時代が下げると周王朝の力が弱まって各地で諸侯の力が強まり、互いに討伐を繰り返すようになる。日本の戦国時代もそうだが、食うか食われるのか時代になると人も必死になるので政治制度や軍事・民生技術は昇華されて長足に進歩し、未開地の開墾が進んで国土は拡大する。周王朝が形骸化し、秦の始皇帝によって統一されるまでの間を「春秋・戦国時代」というが、この戦乱の世は550年も続いた。百家争鳴と言われる今に伝わる中国の思想のほとんどがこの時代に生まれている。「老子・荘子」「孔子」「孫子」「墨子」…そして「韓非子」である。ちなみにそれはわが日本ではようやく弥生時代が始まる頃のこと。大きく広まった中国を初めて統一したのは秦帝国だが、秦は春秋時代には西域の野蛮国と中原の諸国から蔑まれていた。しかし、秦は遅れた国という自覚のもと、家柄出身を問わず広く人材を登用し、ためらうことなく新制度を導入して国力を増大させ、ついに中国統一という偉業を成し遂げた。秦の力が強まったのは「法家」の思想を政治に採り入れたからである。法家とは、信賞必罰、厳格な法の適用によって国家を運営していくという考え方である。秦は始皇帝が登場する100年ほど前からこの法家思想によって制度の改革を進め、みるみる国力を増強させていった。例えば、日本ではつい150年ほど前まで大名がそれぞれに領地を治める封建制度であったのに、中国ではるか2200年前から官僚が地方長官になって各地に派遣されるという現代とほとんど変わらない政治制度を採っていた。これなども法家思想による制度なのである。

さて、本日の主人公・韓非は秦の東隣の韓の国の王族に生まれた。かなり重度の吃音だったらしく、幼少のときは兄弟から「吃非」と呼ばれたようである。韓非は吃音であるために人とのコミュニケーションがうまく取れない。そのためいかに要点を人にわかりやすく伝えるのか、また、人に話す前に論理に矛盾がないように仮定法による自問自答を素早く展開する術を身に付けるようになっていった。長じて人間性悪説で有名な荀子の門に学んだ。その頃の韓は常に西の秦からの侵攻に悩まされており、そのような事態を憂えた公子・韓非は国を強くする方法を『韓非子』に著述したのである。この著述が隣の秦にも伝わった。幼い頃から自分の考えを書き記す訓練を積んできた韓非によってわかりやすく書かれた法家の書籍が法家思想の権化ともいべき秦の始皇帝を魅了したのは当然であった。韓非子を読んだ始皇帝は非常に感動し、韓非が同代人とは知らず、これを書いた人と話すことができるのなら何も惜しくないと言った。そのとき始皇帝を補佐していたのは韓非と同じ荀子の門下生であった李斯であった。李斯は自分より優れた韓非のことを始皇帝に知られるのはあまり気乗りしなかったのだが、いずれはわかることであるため、韓非が隣国・韓の公子であることを始皇帝に伝えた。李斯は始皇帝を補佐してすでに長く、秦の国策の多くは李斯の建言によるものだったが、その李斯が韓非には及ばないと思っていたのであるから、韓非の才能は並々ならぬものだったと推測さ

れる。始皇帝は韓を攻めれば外交交渉には韓非が派遣されるだろうと攻撃を仕掛けたところ、狙い通り韓非が秦の都に来た。しかし、李斯は韓非の才能が自分の地位を脅かすことを恐れて讒言した。独裁者は気まぐれである。著述さえあればそれでいいということで、始皇帝は韓非を獄につないだ。李斯は早速毒薬を届けて自殺を促し、韓非はこれに従ったという。始皇帝が後悔して韓非を出獄させようとしたが後の祭りであった。この背景には当時、外国人が数多く登用されることに秦国内で反感が高まっており、「逐客令（外国人追放令）」が発令された（すぐに取り消される）ため、韓非は「外国人の大物」としてスケープゴートにされたという経緯がある。以上が『史記』の伝えるところである。ちなみに逐客令を取り消すようにはたらいたのは李斯（李斯も他国出身）であるが、この時に李斯が書いた「諫逐客書」は名文として知られ、後に文選にも収録されている。

これからの例会予定

日時：毎月第1日曜日 13:30 ~ 16:30

場所：奈良市はぐくみセンター（JR奈良駅西口 南へ歩3分）

開催日	前 半	後 半
5月10日 (第2日曜)	スピーチ・プレゼン。 ひとによく伝わるよう意識してスピーチしましょう。吃音改善につながれば・・・	話し合い。吃音とライフヒストリー 長い吃音との付き合いで自分の吃音像・観がどう変わったでしょうか。 担当 堀
6月7日	演劇で吃音改善 役の人物になりきるとどもらないことがあります。演劇で、違う自分をみつけましょう。 担当 山崎	スピーチ・プレゼン。 それぞれの経験、見聞、所見などを出し合いましょう。プリントや道具などを使うのも可。 担当 市田

※予定は変更することがあります。

奈良言友会連絡先	堀 茂 (ほい しげる。わいと年配です。) 〒636-0915 生駒郡平群町春日丘2-13-15 TEL/Fax0745-45-2857 090-9610-6393 sigeru1030@yahoo.co.jp
	青木 明大 (あおき あきひろ。わいと若いです。) akihiro.aoki.16@facebook.com URL: https://www.facebook.com/akihiro.aoki.16

奈良言友会HP <http://nara-genyukai.jimdo.com/>
奈良言友会会報誌「まほろば」 編集発行 山崎貴浩