

# 奈良言友会会報

# まほろば



我が里に大雪降り大原の古りにし里に降らまくは後 (万葉集巻2-103)

写真は、陀々堂の鬼はしり (五条市)

# 第14号

平成27年1月発行

# 今年の活躍を願って

堀 茂

明けましておめでとうございます。

今年も良い年になりますように。いつもの年頭のあいさつですが、中には「めでたいことなど何もないじゃないか」と言う方もあるかも知れません。でもこのあいさつには「今年もめでたいことがありますように」という願いが込められています。古来日本には言霊（ことだま）信仰というものがあり、よいことを言えば良いことが起こり、悪いことを言えば悪いことが起こる、言葉にはそのような事象を動かす大きな力があると信じられてきました。そして言葉に魂がやどるという考えは、現代でも人の心の中に生きています。

言葉は使いようによって、ひとをなぐさめ、励まし、慈しむ力がある一方で、ひとを傷つけ、おとしめる力もあり、両刃の剣のようなところがあります。そのような大きな力があるからこそ、人は言葉を大事にし、心を配ってきたのだと思います。

吃音のある人が言葉を発するのを恐れたり、ためらったりするのは言葉を大切に思うからこそではないでしょうか。言葉を大切にする人は自分の言いたいことを言葉でどう表現するかをよく考えます。言葉で表現することを専らにする作家や言論人などに吃音のある人が少なくありませんが、それは偶然ではないと思います。

かつて愛読した寺山修司の「書を捨てよ、町に出よう」（芳賀書店刊）の中で、寺山はひとの口を借りて次のように言っています。「吃音者は精神の貴族である。彼らは言いたいことをいっばいためておいてから、一つ一つ考え考え言うのだ。吃音による精神の屈折こそ、人間のことばの喜びを知るものである。大体、ベラベラとしゃべる奴には本当のことは何も言えないじゃないか・・・」と。多少ハッタリ的ですが、「吃音があるからといって引っ込むな」と言われているようです。

吃音のある人は、言葉に対して、並ではない意識と感受性をもっています。言友会の会報にのっている体験談を読むと、そこからまなぶことが多いですが、借り物ではない自分の言葉でよく考えて表現しておられると思うことが多いです。言葉のもつ本来の力にのせて、自分の言葉を社会に発信していく、そんな初夢を見ました。



## WS in 愛知 に参加して 多くの出会いが大きな財産に

松本 勝利

11月1日から11月3日までの3日間、愛知健康プラザで開催された吃音ワークショップ 2014 in 愛知に参加させていただきました。

今回は、名古屋弁のははははは話そみゃ〜！一僕たちが吃音のある人へできること一をテーマに吃音の社会的支援等を中心に熱い議論が交わされました。開会式では、愛知県知事の大村秀章氏が来賓として出席いただき、心温まるご祝辞をいただきました。

アイスブレイクの後、バリバラ・リターンズという事で、昨年7月にNHK（Eテレ）のバリバラで吃音を取り上げられ、放送されましたが、その時の出演者の方が来られるなど普段メディアでしか接する事のない方々（大村知事も）と直にお会いする事も出来て、私にとってはサプライズでした。

分科会では、「吃音と障害認定」ということで、発達障害者支援法との関係で障がい者手帳の取得や社会的支援のあり方について、話し合いの場が持たれました。私は相談支援専門員として日頃から障がいのある方の支援に携わっているため、今回は大変興味深い内容でみなさんの意見を聞かせていただく事ができました。同時に実際に現場で支援させていただいている者として吃音を障がい者として支援の対象として考えて行く、障がいの範囲として含めて行く事の難しさをあらためて感じました。

障がいの認定、手帳取得のあるなしに関わらず、実際に社会生活上、職業生活上において吃音が原因で相当な制限を受けているのであればそれ相応の支援が必要になってくると思われまます。国や関係団体などが明確なガイドラインを作って、体系的に支援をして行く事も今後必要になってくると思われまます。障がい者手帳は申請主義を基本としているので、実際に障がいがあっても、手帳を取得されていない方も多くいるのが現状です。要は、本人が障がい（吃音）をどのように捉えているかで、支援の方向性も随分と変わってくるのではないかと考えます。それよりも障がいの分野でよく使われる吃音を治そうとする「医学モデル」よりも、吃音をもっと社会に周知し、当事者を取り巻く環境や状況を変えて、吃音者が住みやすい、暮らしやすい社会を作って行く事がより私たちにできる大切な事ではないかと改めて認識する事ができました。

夕食後のフリートークでは、連夜にわたり全国から来られた会員の方と仕事の事や日頃感じている事、悩みなどじっくりと話しをさせていただく機会をいただき、大変有意義な時間をすごすことが出来ました。寝不足を我慢しながらの早朝散歩では、愛知健康の森公園内を散策して、木々の紅葉や公園全体の景観に癒されながら身も心もリフレッシュ出来ました。

今回初めて参加させていただきましたが、本音は日頃の気分転換も兼ねて、半分旅行感覚での参加というような私でしたが、多くの仲間との出会いがあり、これからの私の大きな財産となりました。予想以上に大きな収穫があり、本当に実りの多い秋でした。全国大会に誘っていただいた奈良言友会の堀会長をはじめ、この場をおかりしてみなさまに感謝の言葉を申し上げたいと思います。本当にありがとうございました。

## WS in 愛知 に参加して 多様性を認め合える社会に

青木 明大

吃音のある人の最大のイベント、“吃音ワークショップ2014 in 愛知”に参加してきました。若手が台頭し勢いのある名古屋言友会の主催ですので、非常に楽しみにしてきました。

ワークショップでは、毎年様々な分科会が用意されています。今年も分科会も恋愛をテーマにしたものから、社会的支援まで多岐にわたっていました。私は社会的支援に関心があり、「吃音と障害認定」「吃

音者の就労」「吃音者自身で働きやすい職場作りを考える」に参加してきました。

分科会では吃音の障害認定について、理解を深めることができましたし、沢山の気づきがありました。特に印象に残っているのは、「吃音者自身で働きやすい職場作りを考える」分科会です。自分には吃音があり、電話対応といった自分の苦手なことを職場の人に伝えるといった環境を整えることが大切であることを話し合いました。その中で、若い人の中には自分には出来ないことがあることを周囲に伝えることが難しいとの指摘もありました。苦手なこと、出来ないことを周りが理解し支え合えるような、多様性を認め合える社会が求められていると感じました。

ワークショップに参加するまでは、全言連では理事も務めさせて貰っていること、日々考えさせられることが多々ありました。そして、正直なところ、”言友会疲れ”がありました。しかし、全国の大好きな仲間たちと再会・また新しい出会いを通じて、人と繋がりを持つことの出来る言友会活動の面白さを再確認できました。

これからも、言友会活動を楽しみながら続けていこうと思えたワークショップでした。

そして最後になりましたが、主催者の名古屋言友会の皆さん、すばらしいワークショップをありがとうございました！

## WS in 愛知 に参加して からだと心とことばのリンクを求めて

峠谷 治美

「心と体とことば」の分科会に日帰りで参加しました。ヨガでは心と体を中心なので、ことばにつながるということに心引かれました。深い呼吸や腹式呼吸が意外に出来ていない事に気が付き、体がほぐれていくと同時に大きな声で歌もうたえ体から声が出ていました。

やはり心と体とことばはリンクしていました。この事をヨガ教室や保育にも生かして行こうと思います。参加することが出来て本当に良かったと感謝しています。

## WS in 愛知 に参加して 僕たちが吃音のある人へできること

三島 学

久しぶりに吃音ワークショップに参加しました。奈良言友会会長の堀さんと一緒に一泊だけになりました。13:00からワークショップ開会式アイスブレイクというそれぞれのたぶんですが名古屋言友会の会長の挨拶ありつぎに全言連南さんとか県知事さんとかの挨拶ありました。つぎに14:00からバリバリターンズ昨年だったと思いますが、7月菊池先生と言友会の荒木さん、高橋さんの録画したのを見ました。次に初対面自己紹介ありました。

つぎに、分科会がありました。A:吃音のある若者の集い、B:世界の一つ、あなただけのハッピー☆フレクスと、C:吃音と障害認定。D:吃音のある子どもをもつ親の集い、E:体と言葉のレッスンとそれぞれ分科会がありました。私の参加したのは、E:体と言葉のレッスンを堀さんと峠谷さんと私の三人が参加しました。内容は最初に自己紹介があり、次に発声をし、つぎに皆で歌をうたって、二人一組になり息を吸ってはいて腹式呼吸しおたがいに体をリラックスして、声をだすレッスンでした。フリートークで一日目が終わりました。フリートークでは、それぞれ各地言友会の人とお話をしました。2日目午前中分科会は吃音者の就労です。それぞれのグループに分かれて就活と就労について話し合いをしました。就労については面接とかが一番困っているとか自分の言いたいことが言えないとゆう人もいました。就労

では、上司との会話と電話で困っている人もいました。解決策は、吃音のことを知ってもらうためには、学校とか職安とかに吃音をアピールしていけばうまくいけるとか言友会で面接を練習していけばうまくいくとか面接回数も受けて積み重ねしていけばうまくいくとか色々意見がでました。

そのあとは、マイメッセージありました。1時から一日目と同じ体と言葉のレッスンをしました。その後は、「吃音のある人の社会的支援ってなんだろう」音楽療法士の先生と言語療法士で自分も吃音の人と言友会/パネラーなどいろいろな講義をしていました。

報告されていただきました。ワークショップ感想で一番残っていることは、フリートークでいろんな話ができてよかったです。バリバリリターンズが見れたことがよかったです。とてもよいワークショップでした。

## WS in 愛知 に参加して 多くの刺激をうけました

堀 茂

会場の「あいち健康プラザ」は緑豊かな公園の中にあり、大きさと立派さに感心しました。

今回、分科会は3回に亘りたくさんある中からどれを選択するか迷いましたが、1回目と3回目は「からだことばのレッスン」に参加しました。指導の土屋薫さん（南山大学）は名古屋言友会でも指導しておられる方です。コミュニケーションの方法は、言葉以外にもいろいろあるということで、この分科会では「からだ」からのコミュニケーションをしようというのです。いろんな気づきがあったのですが、例えば、相手が私の背に手を触れる場合、手のひらをからだにつけて触れる場合と、手のひらを浮かせて触れる場合では、相手から伝わる感じはちがうことなど、からだでの伝え合いということを経験しました。それから「そうさん」や「はるがきた」などの歌をつかって、ことばと共に、からだで呼びかける、からだで受ける、そんな感じのレッスンをしました。もちろん1～2回のレッスンでよく分かるものではありませんが、新鮮に感じるところがいくつもありました。

2回目の分科会は、「吃音者の就労」に参加。各自の就活、就労で困ったことをインデックスカードに1枚1件で記入してもらい（何枚でもよい）それをボードに貼り付けたあと、6つのグループに分かれて、「どうしたらよいか」を話し合いました。貼り付けたカードで大きなボードがいっぱいになりましたが、書いてもらうことによって、各自の問題が出しやすくなり、話し合いで、多くのよい案がでたと思います。

全体会のマイメッセージでは、発表されたメッセージはそれぞれ心に響くものでしたが、中でも、昨年、自死された北海道言友会の方のお姉さんからのメッセージをうかがって、あの出来事の重みを自分の実感として受けとめました。

二日目の最後は全体でのパネルディスカッション。吃音サポートグループ「ジグフリーツ」の代表者の方から活動の内容が紹介され、それをもとに、話し合いが進みました。われわれセルフヘルプ・グループが、専門職など吃音当事者を支援する人達とどのように協力していくかを考える上でいくつかの示唆をいただきました。ただ、フロアから質問、意見を述べる時間がもっとあったらよかったと思いました。

今回のWSの特徴は、多くの分科会が設定され、それに多くの時間をとってもらったことだと思います。吃音は十人十色と言われるように、吃音に対する考え方もひとりひとり違うわけで、分科会に様々なプログラムが組まれることによって、関心はあったが、今まで取り組めていなかったことにも取り組めたこと、また、自分の考えと違う考え方を理解する機会にもなったと思います。

大会の準備、運営にあたられた名古屋言友会の方々をはじめ、実施に尽力された多くの方々に心から感謝したいと思います。

## 例会報告

11月2日 映画「青い鳥」 上映会 参加2名 担当・報告 市田

この映画は、重松清原作の同名小説を映画化したものです。いじめによって、一人の生徒が自殺未遂を起こし、担任の教師もマスコミから叩かれ休職してしまう。その代理教師として、派遣されてきた先生が吃音者であり、当初は生徒から奇異の目で見られもするが、信念を持った対応を行い、徐々に生徒や教員に自論を浸透させていく。その中で、特に印象的なシーンはいじめ事件を忘れたと考えている生徒に対して責任を持たなければならないと諭す場面です。これは、自身も以前担任のクラスで同様の出来事があったことを、ふまえてのことであると思われる。その後、休職の担任が復帰することとなり、最後の授業で、もう一度いじめの事をクラスに問いかけていく。非常に心に残るいい映画でした。

この上映会は、日程が全言連大会と重なったため、参加者は2名でした。

以下は参加した方の感想です。

今日は青い鳥という映画をみました。主人公の教師が吃音者の設定でしたが、本気で相手と向かいあえば伝わるということを実感しました。”人間は誰でも弱いもの”その言葉に何だか勇気付けられました。(T.J)

12月7日第1部 からだを動かしながら話す 参加6名 担当・報告 堀

会社勤めの頃、職場での会話がうまくいかず思案していましたが、それまで吸っていなかったタバコを吸いながら話すとうわりと楽に話せることに気づきました。ただし、これができる時と場合があり、上司に報告するのにタバコを吸いながらでは出来ません。

他言友会の会報の体験誌には、板書しながら話す、書きながら話すと上手く話せた体験がのっています。また、手首を回しながらあるいはタッピングしながら声を出すと言いやすいことがあります。吃音のあるなしにかかわらず、テレビなどを見ても、みなさん盛んにゼスチュア（身振り）を使いながら話しています。

このように体を動かしながら話す話しやすいことはよく見聞きします。

私なりの理屈付けをすると、身振りによって言葉が押し出されるということもあるでしょうし、また、話すとき、発話器官に力が入りすぎてうまく話せないが、体を動かすことによって力が分散し、発話に加わる力が緩和されて、話し易くなるということがあるのではないかと考えます。

今回、楽に話すひとつのやり方として、「からだを動かしながら話す」ということを例会で初めてとりあげてみようと思いました。

方法としては

- ・歩きながら
- ・ボードに板書しながら
- ・小道具（今回は、扇子、棒、小箱、さいころ）を使いながら
- ・身振りを使って、などを提示しました。

スピーチのテーマは「私の子どもの頃」または自由です。

まず、私がしてから、ひとり5分くらいで、それぞれスピーチしてもらいました。自然に身振りを入れて話したり、小道具を使ったり、板書しながら話す人や、今回の方法を使わずにいつもの話し方で話す人など様々でした。

言葉がつかえたら、この方法を使うというようにひとつの方法を決めてするのではなく、多くのレパートリーをもって、臨機応変にその場に合ったやり方を使うというの、ひとつの行き方であろうと思います。今回試みた方法を手かかりとして、参考にしてもらえたらと思います。

### <参加者の感想>

○それぞれの発声の仕方を知った。O.T

○話しやすい動作や物を使うことで辛さが軽減されることを再認識しました。T.J

○話すとき体を動かすと前から自分も話しやすいと感じていたので、今後もいろいろ工夫します。M.Y

○板書しながら話すやすいぶん話しやすいと思いました。H.S

## 12月7日第2部 アドラー心理学にまなぶ 参加6名 担当・報告 南

アドラー心理学の考え方を吃音の問題に当てはめて考え、如何にすればどもりながらも自分らしく生きることができるかを話し合いました。

### 1. 原因論と目的論

アドラー心理学では人間の行動には全て目的がある「目的論」という考え方があります。その対局にあるものが、人の行動には全て過去の何かしらの原因があるという「原因論」です。

吃音に当てはめると、

☆私はどもるから～できない、諦めた → 原因論

(例：どもりだから笑われた、告白できなかった、就職できなかった、自己紹介できなかった)

☆人は原因にとらわれず、自分の意思で、目的に向かって行動する自由をもつ→目的論

目的を変えれば、行動も変わります。

### 2. 劣等感

次に劣等感について話し合いました。劣等感は他人に対して自分が劣っていると感じることです。似たことばに劣等性というものがあります。これは明らかに誰が見てもわかること(例：目が不自由、足が悪い)です。しかし、必ずしも劣等性のある人がそれを劣等感と感じているとは限りません。劣等感があってもそれ以外のことに對して頑張ることによりカバーすることができます。これを劣等感の補償といいます。例えば、どもる人でも文章を書いたり、パソコンスキルを磨いたり、聞く力をつけることなどでカバーすることができます。

### 3. ライフスタイル

最後に、ライフスタイルについて話し合いました。

アドラーは、人の性格は自分自身で決定したもの、決断次第でいくらでも変えられると言っています(ライフスタイル分析)。以下はライフスタイル分析の手順です(吃音の問題を例にして)

① 私のライフスタイル(性格) ひかえめ、人見知り

② そのライフスタイルが形成されるのに影響を与えた人物、出来事 友達ともったために笑われた

☆自分自身に対する意味付け どもりはかっこわるいもの

☆他者に対する意味付け どもったら仲間はずれにされる

☆世界に対する意味付け どもりはいけないもの

③ 他者や世間に対して違った意味付けができるような出来事はなかったか?

どもっても仲良くしてくれる友人もいた。



④ 他者や世間に対してどういう意味付けができるか？  
人は自分が思っているほどともることを気にしていない。

⑤ 以上を踏まえて、自分自身に対しての意味付け  
結論：どもっても気にせず積極的に振る舞えばいい。

ライフスタイルは変えようと思えばいつでも変えられます。ライフスタイルが変われば意味付けも変わります。

<参加者の感想>

- むずかしかったが、自己分析になった。O.T
- 耳が遠いので皆さんの話が聞きにくかった。SK
- 改めて吃音について自分の気持ちや意見を述べる事ができた。T.J
- 勉強不足の面が多々ありましたが、終わってほっとしました。T.Y
- 他のひとの経験を聞くことができ、また、自分のことを見つめることができ、有意義だったと思います。TM
- 原因を考えるよりも目的的に考えるアドラー心理学の考え方を吃音の問題にも生かしていければいいと思いました。HS

### 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
1月11日 (第2日曜)	ディベート 担当：山崎 あるテーマについて異なる立場から討論を展開します。最近ではゲームや競技としても行われています。	スピーチ・プレゼン それぞれの経験、見聞、所見などを出し合ひましょう。プリントや道具などを使うのも可。
2月1日	小児への吃音指導について 担当：天羽 ことばの教室での指導の実際を知り、こどもの吃音への対応からまなびます。	内容検討中 担当：青木
3月1日	スピーチ・プレゼン ひとによく伝わるよう、話し方に気をつけながらスピーチしましょう。吃音改善につながればラッキー	最近の吃音治療事情 担当：市田 治りにくいとされる成人の吃音、近年、効果をあげているセラピー例も報告されていますが・・・

<その他の予定>

- ・1月11日(日) 新年会。例会終了後、明日香村で行います。
- ・3月15日(日) 次年度例会プログラム検討会と奈良言友会定期総会

※予定は変更することがあります。

奈良言友会連絡先	堀 茂 (ほり 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 <a href="mailto:sigeru1030@yahoo.co.jp">sigeru1030@yahoo.co.jp</a>
	青木 明大 (あおき あきひろ。わいと若いです。) <a href="mailto:akihiro.aoki.16@facebook.com">akihiro.aoki.16@facebook.com</a> URL: <a href="https://www.facebook.com/akihiro.aoki.16">https://www.facebook.com/akihiro.aoki.16</a>

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