

奈良言友会会報

まほろば



僕の前に道はない。僕の後ろに道はできる。

山田寺跡

第11号

平成26年5月11日発行

奈良言友会3年目

堀 茂

奈良言友会は発足して3年目に入りました。会の足元が少しずつ固まってきたのを感じます。また、ことばの親子交流会や吃音セミナーなど吃音の社会的な認知、支援に向けた活動で奈良言友会は確かな存在感を示しています。ここでは、一度、原点に戻って、言友会とは何か、言友会をどう活かすかについて考えてみたいと思います。

1. セルフヘルプのグループであること

セルフヘルプとは何かというと、いろいろ考えがありますが、私は「自分の問題は自分で解決していこう」ということではないかと思います。それは自分だけで解決しようということではなく、他のひとのたすけや協力があって、他（ひと）との繋がりの中で、よりよく行うことができるということです。言友会は教育機関でも医療機関でもありません。ですから、教える人と教わる人の区別や、治す人と治してもらう人の区別はありません。言友会はみんな対等に、互いに「教えたり、おそわったり」「助言したり、されたり」するところだと思います。

2. ボランティアなグループであること

言友会の活動は、「自発性」が命であろうと思います。会が主体ではなく、参加する一人ひとりが主体です。世話役の人は自分の出来る範囲で会のために働く。自戒も含めて、「自分はこれだけやっているのに・・・」という考えはいけません。それぞれが言友会で自分がしたいことを、できる範囲で協力しあいながら取り組んでいきましょう。

3. 吃音はひとり一人みな違う。

吃音の人は自分の経験に基づいて吃音を考えることが多いと思います。吃音の経験はひとり一人みな違いますから、吃音についての考え方も吃音の悩みも一人ひとり違ってくるでしょう。自分はどうだから、他（ひと）も同じだろうと思いがちですが、これは注意したいところです。また、自分と違う考え方を否定することから、対立や諍いも起こることもあります。違う考え方を否定するよりも、それを理解しようとするのが大切だと思います。偉そうなことを言っていますが、これは自分自身に言い聞かせていることでもあります。「吃らない話し方を身につけたい」という人もあれば「吃音をもって生きていこう」という人など、いろいろな考えのひとが集まって言友会が成り立っています。「彼（かれ）は彼、吾（われ）は吾、されど仲良し」の心でいきたいものです。

4. 他（ひと）の体験からまなぶ

何年もあるいは何十年も吃音をもって苦労してきた、その経験の蓄積は大きいと思います。話し合いで、自分の体験を語り、また会報に体験談を載せるなど、それぞれが体験を出し合えば、互にまなぶところが多いと思います。自分が見聞きする中から、自分に合っていると思うことを取り入れましょう。そして他（ひと）に伝えるだけでなく、自分の体験を言葉にすることによって、自ら気づき、自らの体験からもまなぶことができるのではないのでしょうか。

5. おわりに

私は一方で、例会の参加者が増えないとも感じています。地域の吃音のある人にも言友会の存在自体が知られていないと思うので、いろんな方法でPRしていきたい。そして、参加した人が「楽しかった」とか「役に立った」と思うような会にして行こうではありませんか。ともに取り組んでいきましょう。

言友会・合同例会 in 奈良

堀 茂

春まだ浅い奈良で、「言友会・合同例会 in 奈良」が行われました。すたっと京都、三重言友会、姫路言友会、福井言友会からの参加と、奈良言友会が運営を担当して行われました。奈良言友会のメンバーがスタッフとして働きました。

参加者は各言友会から26人、青丹学園言語聴覚学科の学生7人、ことばの教室から3人の先生方も参加しました。会場は、青丹学園 関西学研医療福祉学院のご好意で、言語聴覚学科の教室を会場として使わせていただくことができました。

11時開会。アイス・ブレイクでの自己紹介ゲーム。初対面の人が多く緊張気味だった会場の空気が、これでリラックスして、和やかになりました。その効果があっただけでなく、参加各言友会の紹介では、みなさん余裕をもって和やかに話をされていました。昼は会場での昼食。今回は、弁当のコンクールで1等になった奈良名物のお弁当と一緒に歓談しながら味わいました。

午後のプログラムの前半は、臨床心理学者で内観療法を実践・指導してこられた三木善彦先生の講演です。吃音の問題にも通じる「心の健康づくりのコツ」の演題で、内観療法のお話を交えて講演していただきました。

先生は、心の健康にはユーモアが大切と言われますが、得意の手品の技を披露されながら、「人は他の人たちに助けられ、支えられながら、自分の力に気づき自立していきます」との言葉に、手に持ったヒモが、支えていないのに不思議やスックと立ち上がると会場から笑いと拍手が起こります。まさにユーモア溢れる講演でした。先生は会のはじめから終わりまで参加され、参加者に気軽に話しかけながら、集いに溶け込んでおられました。それを拝見すると、人とかわるコツを教わったように思いました。

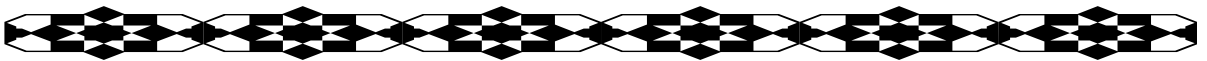


後半は分科会。第1では、わか奈良言友会の西村泰宏さんの狂言のけいこ。朗々と響く西村さんの声に続いて順に声を出しました。腹から大きな声を出すだけでも快感があります。低い声から段々高くなる三段上がりなど、吃音にもよい発語で狂言を体験しました。

第2分科会は、ことばと発達の診療をされている小児科医、佃宗紀先生を囲んでの話し合い。佃先生が吃音で苦労されたご自分の体験を話され、医師としてよりも吃音の仲間として話に参加され、実のある話し合いができました。

分科会の後、新大宮の居酒屋での懇親会に向かいました。一方、希望の方は東大寺のお水取りを見学にでかけました。その日は十本の松明が二月堂の欄干を走ったそうですが、古都に春を呼ぶ風物詩と言われる行事を満喫されたことと思います。

言語聴覚士の卵の学生さんたちもともに楽しみながら参加されていました。和やかで有意義な会でした。参加された他県の言友会の方々、会場を提供してくださった青丹学園はじめご協力いただいた方々に感謝いたします。



私が出会った少年

峠谷 治美

重松清著「きよしこ」。

友人から借りたこの本を何気なく読むと、吃音のため自分の思いを告げられずに生きにくさを感じている少年の姿に、私が出会った少年の事を思い出しました。

私が静岡へ転校した小学校3年生の時、きつい方言の為「吉永(旧姓)もう一度しゃべってみろ！」とからかわれ、悲しくて下を向いていると、何かの拍子に筆箱がガッシャーんと音をたてて床に落ちてしまいました。散らばった鉛筆を「だだだいじょうぶ？」と優しく声をかけ拾ってくれた少年がいました。彼はいつもニコニコしていて、どもっていてもそれは人を笑わせようとして、わざとしていると思っていました。私の辛い気持ちに寄り添ってくれたのに、私は彼の気持ちを少しも理解していなかった事に気づき悲しみを覚えました。

現在、方言というのは、さんまさんのおかげで個性ようになってきています。方言の方が親しみやすく、セールスポイントになると聞きました。ジャパネットのタカタ社長さんが良い例だと思えます。これからは吃音もこの方言のように個性として理解されてゆけばいいのと思うのです。

その為にはより多くの方が吃音を知る必要があります。私ができる事、それはSNSでの発信と言友会の活動に参加する事だと思っています。

あの時言えなかった言葉を彼に伝えたい「もう大丈夫だからね」と…

しょうちゃんの事

西村 泰宏

今から45年くらい前のお話です。私が生まれ育ったところは四方を山に囲まれた過疎地で、多くの人は農業と近くの町に働きに出かけ、生計を立てていました。近くに住むしょうちゃんは私より5、6才年上でした。山登りや木登りは誰よりもはやく、川ではカッパのように泳ぎ、庭ではバック転もするすごい人でした。みんなが憧れるしょうちゃんとは毎日のように暗くなるまで遊んでいました。数人で山深くまで入り、沢山のマツタケを採り、怒られたこともありましたが、しょうちゃんにはいいことも悪いこともたくさん教わりました。

そんなしょうちゃんは中学校を卒業したらすぐ就職しました。その頃よりずいぶん疎遠になり私も地元を離れ、一人暮らしをはじめていました。そんなある日のこと母から電話がありました。

「驚きなさんなよ、しょうちゃんが自殺しちゃったよ。」 夏の暑い時分、私が二十歳くらい、多分しょうちゃんは二十代半ば過ぎくらいだったのでしょうか、若くして自ら命を絶ったのです。

帰省した折、私はしょうちゃんの遺影に手を合わせに行きました。久しぶりにお会いしたしょうちゃんのお母さんはずいぶん老けられていました。それから二人で結構長い時間、思い出話をしました。しかし、しょうちゃんが自殺した理由などは一切語られることなく、また私から尋ねることもありませんでした。

しょうちゃんには吃音がありました。それもかなり重い吃音でした。社会人になったしょうちゃんの暮らしがどのようなものであったかわかりませんが、吃音の苦しみは手に取るようにわかります。きっと差別やいじめもあった事でしょう。人には言えない辛い日々を過ごしていたことでしょう。死にたいと思ったことは一回や二回ではなかったはずですが、私はしょうちゃんが大好きで、その吃音の話し方を真似ていました。むしろそれは喜びだったのかも知れません。気がつけばしょうちゃんと同じ吃音になっていました。しょうちゃんと同じ苦しみの始まりです。恥ずかしいと思い、辛い思いは数知れず経験してきました。しょうちゃんと遊ばなければよかった、話し方を真似なければよかったと、何度も思いました。幾度となく涙も流しましたが、どうすることもできません。

『死んだら楽になるかな』とも思いました。でも死ぬ勇氣はありません。私は常日ごろ、最後は勇氣の有る無しで大事をなすか否かが決まるものだと思っています。幸か不幸か私には勇氣がありません。いつの日にか吃音が治ることを信じて、それまでは嫌々おつき合いをしていくことに決めました。

暑い夏がくるたびにしょうちゃんを思い出します。もちろん楽しかった思い出です。人との出会いが人生を変えるとはよく言ったもので、もしもしょうちゃんとの出会いがなければどんな人生を過ごしていたでしょう。しょうちゃんとの出会いがなくても、決して順風満帆ではなかったはずですが、これまで多くのひとに支えられて生きてきました。これからは人を支えてあげる人生を送る事ができれば、とても幸せなことです。

これからも多くの人との出会いを楽しみに生きていきます。吃音の先生、しょうちゃんに、感謝。

人生万事塞翁が馬

山崎 貴浩

今年の2月に小学校の学年同窓会が40年振りに開催された。私は中学校に上がる時に奈良県に転出したから、小中高大とそれぞれ全部違う顔ぶれの同級生を持っている。さて、同窓会に出席して、クラスメートによく指摘されるのだが、私は「当時何があったか」ということを特別によく覚えている性質らしい。同級生と思い出話をしていると「よくそんなこと覚えているなあ」としきりに感心されるのである。執念深いのだろうか。

同窓会には当時の担任の先生方も招かれていた。私達の担任の先生は、親よりも一つ歳下だったから今年80歳の筈である。元気で同窓会に来てくださった。正直にいうと私はこの先生があまり好きではなかった。かなりの気分屋で感情の振幅が激しく、我々生徒は朝から今日は先生の機嫌がどうなのか、教室で先生が来るのをいつもドキドキしながら待っていたものである。日教組バリバリで、「ストライキ」という言葉の意味や「先生も人間だから」「先生もサラリーマンだから」ということを教えてくれたのもこの先生である。我々に朝日新聞を購読することを薦め、クラスの全生徒に少年朝日年鑑を購入させた。毛沢東の崇拝者で、授業で毛沢東と中華人民共和国がいかに偉大かということも繰り返し話してきかせてくれた。我々が卒業した後のことだが、毛沢東が死んだ時に教室で一日中泣いていたため、さすがに保護者からクレームが来たと聞いている。

ある日、先生は私たちに歌を教えてくれた。中国の民謡である。「草原情歌」という。

『遙か 離れ〜た〜 そのまた〜向こう〜 誰にでも好かれる きれいな 娘がいる〜』

私たちは素直にその歌を歌い、そして（私は）覚えたのである。何でもすぐ丸暗記できる年頃であった。この歌は中国でも西方の遊牧民族系の歌だが、それゆえ、日本人にはどことなくエキゾチックな雰囲気を感じられる歌である。

それから月日は流れた。私が橿原市役所に奉職して25年経った。橿原市は日本で一番古い都・藤原京があったところである。藤原京は中国の都・洛陽城を参考に造営されたといわれている。この故事をきっかけに橿原市と洛陽市は友好都市の盟約を締結した。私は市民訪問団の訪洛の事前準備のために職員2人で洛陽市を訪れた。夜は当然ながら洛陽市主催の歓迎会である。ちなみに洛陽市は人口800万人で、日本語ができる職員もかなり居る。宴たけなわになって、多くの人が日本の歌を歌ってくださった。「昴」や「四季の歌」、smapの「世界に一つだけの花」も中国ではポピュラーである。自然な流れで、では次に橿原市側からも歌をお願いしますとなった。「やばい！ 中国の歌なんて知らんぞ…」年配の方なら「夜来香」か「蘇州夜曲」くらいを歌えるかも知れないが私たちの世代には無理である。気まずい沈黙が続いて座が白けかけたその時、私の口から小学校の時に担任の先生から教えてもらったあの「草原情歌」が自然と出てきたのである。日本語ではあるが中国の歌である。会場から大きな拍手が沸き起こった。「どうしてそんな歌を知っているのですか」と不思議がられ、その後、洛陽市側は私には一目置いてくれるようになった。

まさかこんな日が来るとは思いもしなかった。それにつけても「人生万事塞翁が馬」である。私はこの先生のことを京都言友会のHP 文集「吃音と先生」にも書いたが、あまり良いようには描けなかった。実際、愉快でない思い出も多い。ただこの先生に私が褒めてもらったことが一つあった。作文である。私は今、このような文章を書くのはまったく苦痛ではなく、どちらかという楽しめる方である。仕事でも作文を依頼されることが多い。これも先生に褒めてもらったお蔭であろうか。文集に先生のことをあまり良く書けなかったのを反省する今日この頃である。

奈良言友会の意義

市田 浩志

皆さんいかがお過ごしでしょうか。私は日々、吃音を悩みながらしんどい日常生活を送っています。常に吃音を意識するあまり、他人とのコミュニケーションに人一倍気を使い、なかなか自分の思う事も言えず疲れてしまいます。もう一人の方が楽やわと思い、引きこもる様に孤立してしまう。そんな鬱々とした毎日を過ごしています。自分の性格も生き様も吃音の影響を大きく受けています。ただ、どこかでそんな自分を助けてほしいという気持ちがあるのだと思います。奈良言友会の月1回の例会はそんな自分にとって強い味方です。同じ様な悩み・経験を持った人との時間の共有はとても貴重な時間となっています。その時だけは、吃音という負い目を感じずに、他人と向き合えます。自分の言いたい事も積極的に言えて、人との触れ合いの楽しさを再認識できます。4月度の例会では総会も滞りなく終わり、5月からの例会スケジュールも決まりました。新しい会員増を目標に吃音改善を前面に打ち出そうという後藤さんの意見もありました。また、奈良言友会を広く発信していくにはどうしたらいいかという前向きな意見も多く出されました。個人的には他府県の言友会との交流を増やしてほしいと思います。私にとって仕事以外のコミュニティが無いので、言友会を盛り上げるために尽力していきたいと思います。また堀さんが色々やられて大変そうなので、少しでも力になれる様サポートしていきたいです。ただ、最終的には吃音を意識しなくなり、奈良言友会を卒業するのが自分の目標です。という訳で、また今年度も宜しくお願いします。



平成 25 年度奈良言友会定期総会の報告

26年4月6日 午後1時半より、奈良言友会25年度定期総会が奈良市ボランティア・インフォメーションセンターで行われました。奈良言友会の正会員13人、出席が7人、委任状4人で総会が成立している旨、報告があった後、後藤文造（敬称略、以下同じ）が議長となり議事に入りました。

活動及び決算報告では堀茂が、25年度の例会、3つの行事（ことばの親子交流会、吃音セミナーin奈良、合同例会inなら）の活動報告と会計報告を行い、天羽郁子が監査人として25年度決算が適正に行われた旨、認定しました。

続いて、議事に入り、26年度の世話人は、5人全員が留任し、会長（会計兼任）堀茂、世話人として、山崎貴浩、後藤文造、青木明大、天羽郁子が引き続き任ずることになりました。その後、26年度の例会や行事のもち方について話し合わせ、3時半散会しました。

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）

	前半 13:30~14:55	後半 15:05~16:30
5/11 (日)	吃音の改善 成人吃音の流暢性の形成の実例を提示し、体験してみます。担当 後藤	話し合い 「あるがまま」について 森田療法の考え方を吃音の問題に役立てる。担当 堀
6/1 (日)	強い言葉をつくる 1月の例会に続き、「伝え方が9割」の技法を実習します。担当 青木	話し合い 「あからずく話せるようになる本」をもとに、よりよい「コミュニケーション」について行います。担当 市田
7/6 (日)	演劇で吃音の改善 役の人物になりきると吃らないことがあります。演劇のけいこで違う自分を見つけましょう。担当 山崎	話し合い 内容未定 担当 西村
7/26(土)	ことばの親子交流会 於 生駒山麓公園	
8月はお休みです。		
9/7 (日)	後期プログラム検討会	映画上映会「英国王のスピーチ」 吃音に悩むジョージ6世が、ドイツとの開戦にあたり、国民の心をひとつにすべく渾身の力に挑む。担当 三島

奈良言友会例会

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奈良駅西口から南へ歩3分）

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 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