

# 奈良言友会会報

# まほろば



妹が家に、咲きたる花の梅の花、実にしなりなば、かもかくもせむや（万葉集巻3-399）

賀名生梅林

# 第17号

平成28年2月発行

## 私の就労経験

池島 靖人

私の吃音は生まれつきで、学生の頃は、吃音の恐怖で頭が一杯で勉強どころではなく何事も集中できず、コンプレックスのために何もやらない、できない、というような状況でした。

吃音の矯正所に、幼稚園児の頃に母親に連れられて大阪まで通った記憶があります。また、社会人になる前の大学生の時に自らかよいました。結局何も変わりませんでした。社会に出るのが怖く、人前で恥をかいたり、迷惑をかけるのが嫌でたまらず、毎日が地獄のように感じました。

初めての仕事は販売でした。自分には無理とわかっていましたが、内定してしまい、そのまま8年間勤めました。やはり成績が悪く、営業所を転々と回されました。最後は保険事務兼販売の部署に移り、保険事務の資格も取って何とか続けようと努力しましたが、電話対応が苦痛で悩みました。担当部長は理解してくれていましたが、迷惑をかけ続けるのが嫌で結局辞めてしまいました。あとは職を転々とし、工場勤務、PCのインストラクター、事務などで働きました。吃音が原因であいかわらず人間関係が大の苦手なのは今でも変わりません。

私の就業体験で、特に辛かった体験を3つお話します。

1つ目は、転職の際の面接で途中まで順調に進んだのですが、最後に電話対応の話しになり吃音とは言わず、言葉が詰まるのでご配慮願いますか？と言ったらそれなら雇えませんと不採用となりました。

2つ目ですが、得意分野を活かせると思って資格をとって採用されたPCのインストラクターの仕事でのことです。仕事中に言葉が詰まる事を上司に指摘されたので、実は吃音であることを告白しました。すると社長に呼ばれ、会社の信用問題に関わるとの理由で、強制的に自主退職の書類を書かされ辞めさせられました。これは大きなショックでした。

3つ目は、今の会社でのことです。フォークリフトの資格を取って物流代行の倉庫の仕事に就くことができました。来客や電話での対応がないので安心でしたが、唯一例外は朝礼当番でした。私が当番の朝たまたま重役が来られ、よけいに緊張して普段よりも詰まりました。それに対して重役が激怒して、一言一句間違いなくスムーズに行うという会社の朝礼進行マニュアルに違反している、気持ちがたるんでいると怒鳴られました。その重役は厳しい上に人に対する配慮に欠けていたので最も苦手な人でした。その後、しばらくして別の現場に異動になりました。上司は私の吃音を気にせず仕事を教えて下さいました。それで気兼ねがなくなり、徐々に仕事を覚えていき、手作業でしていた管理作業をエクセルを使って役立てたりして、自分に自信がついてきました。上司がいない時は私が代わって対応できるようにまできました。しかし肩を激しく痛めてしまい、現場仕事は続けられないと思い退職願いを出しました。現場に社長が来られて事務への異動を提案して下さいました。そして電話対応も免除して下さいました。

次に私が普段から心がけてしている事をお話します。

まず、仕事場では、シュレッダーのゴミ袋や帳票の入った段ボールケースは重いので女性のパートさんに代わってゴミ捨て場に持って行ったり、事務所まで運びます。朝と昼にコピー機用の紙を補充、朝の給湯の準備など、自分の仕事でない些細な事ばかりですが、率先してやるようにしています。これらは正面切って感謝されることはほとんど無いのですが、ちゃんと見ていて好意的な態度をしてくれますし、言葉が詰まることも大目に見てくれるように思います。

また自宅では、苦手な挨拶の練習を毎日続けています。それでも必ず本番の朝礼当番で詰まります。緊張して自分の話すペースや呼吸が乱れるからです。私は活舌を少しでも良くし、自分の呼吸やリズムが身につけば改善されると信じてやっています。

最後に精神障害者手帳についてお話します。就労が楽になるかもしれないと思い申請しました。吃音そのものではなく、社交不安障害で心療内科に通い診断書を書いていただいて、市役所の障害福祉課に申請し、奈良県から認定されました。

しかし障害者枠で採用されると、障害年金がある事が前提のため労働時間が短い給料が安いものが大半を占めています。また、障害認定をオープンにすると、応募段階で断られるということがあり、結局一般枠で障害をクローズ（黙って）応募せざるを得ませんでした。現在の職場は一般枠での採用でした。

結論として私が言える事は、吃音にとらわれ、自分のことばかり考えて、周りが見えなかったことです。何もできないでは不利になるばかりです。わずかな事でも自分が出来ることを続けて少しでも周りの役に立つことで、味方になってくれる人を作っていく事が大事なのではないのでしょうか。

（この経緯は、昨年、11月1日に『吃音セミナー2016in 奈良』での池島さんの発表の元になったものです）

## 『思うより行動を』

堀 茂

日頃、思っていることを少しばかり書きます。

昔からあれこれ思い迷って、なかなか行動に移れない。よく言えば慎重、わるく言えば優柔不断です。若い頃から私のこのような性癖をなんとかしたいと思ってきて、今、思うことは「思うより行動を」ということです。「案ずるより産むが易し」はお産のことが元ですが、あれこれ心配するよりも、実際にやってみると案外易しかったということが多い。

これについて思い浮かぶ私の経験を二つ書きます。

その1. 用事があり、返事がほしくてメールをするが、待っているのに、なかなか返事がこない場合、どうも落ち着かないし、不安になる。そのうちに気がついたのは、再度メールをすればいいじゃないかということでした。簡単なことですが、「どうして返事をくれないのだろう」ばかり思っているから、気がつかないわけです。再度メールしてそれでも返事がないときは、電話をするようにした。そうすると相手が非常に忙しくて、メールを見る暇がなかったなどが分かるわけです。

その2. もともと人づき合いが苦手で、なるべく人と面と向かうのを避ける傾向がありました。犬の散歩で近所を歩くと、人と出会います。相手が知っている人ならあいさつしますが、知らないひとにはどうしようかと迷うわけです。そこで、近所を歩くときは知っている人にはあいさつするが、知らない人にはしないと、自分なりにルールをつくりました。しかし自分は相手を知らなくても相手は自分を知っているかも知れないと思うと、また迷うわけです。こんなことで思い悩んでいるのがバカバカしいと思うようになって、大らかに心を開こうと思い、相手を知っていようと、いまいと、率先してあいさつしようと決めました。すると、ずいぶん気が楽になりました。相手が誰であろうとにっこり笑ってあいさ

つを交わすと和やかな気分になり、どうして今まで気がつかなかったのだろうと思いました。犬を連れて歩いていると「かわいいワンちゃんですね」と言ってくれる人があると「いえ、このワンコ、もうおばあちゃんなんですよ」などと会話もできます。

私の経験を述べましたが、これが吃音となんの関係があるのかと思われるかも知れませんが、ここでそれを説明するのはむずかしいですが、「吃るんじゃないか」と不安に思うよりも、自分のすべきことに意識を集中するとうまくいくことが多いと自分の経験から思います。「案ずるよりも産むが易し」と心がけて日々やっていると、それは吃音にもよい影響があると思います。

みなさんの今年のご活躍、ご発展をいのります。

## ある出来事

山崎 貴浩

私は橿原市役所で働いております。担当する業務には国際交流もあり、中国にある友好都市・洛陽市との交流もその中に含まれています。先日、その洛陽市からの訪問団を受け入れた時のことです。洛陽訪問団は、上海ー岡山便で日本に入り、岡山での視察の後、岡山から新幹線で新大阪駅に着かれるという日程でしたので、私は市のバスで新大阪駅まで迎えに行きました。新幹線のホームで無事に洛陽訪問団の皆さんと合流することができ、市バスに乗り込んで橿原までは約1時間の行程です。私がマイクで車窓のガイドを始めてからしばらくして、訪問団の一人の方が新幹線の車内にパスポート、財布など貴重品一式を入れたウェストポーチを忘れたことに気が付かれたのです。車内は少し騒然とした雰囲気になりましたが、私は一人の方でも不安にさせてはこの先楽しい旅も台無しになると思ってマイクでできるだけ静かにこう言いました。「皆さん、安心してください。ここは日本です。お忘れになったカバンは必ず届けられます。パスポートはもちろんのこと、財布の中身も変わることはないでしょう。」部下の職員に携帯でJRに電話するように指示したところ、JRの返事は、確認の上折り返し電話することでした。大見得？を切ったものの実は私も内心では不安でした。いくら日本でもすべての忘れ物が戻るわけではないからです。それでも日本人を信じたい気持ちが強くありました。15分ほどしてJRから電話があり、忘れ物は無事に届けられていて東京駅の忘れ物センターで預かるとのことでした。それを車内に伝えるとあちこちから驚きの声があがりました。図らずも日本の素晴らしいところを体験してもらったことをとてもうれしく思うとともに忘れ物を届けてくださった方に感謝する気持ちでいっぱいになりました。ウェストポーチを忘れた方もその後はすっかり安心され、橿原での視察を終えた後、東京に移動されました。後日、ご本人さんから、忘れ物は何一つなくなっているものはなく、財布の中身もそのままだったということと感謝の気持ちを表したメールが届きました。もちろん、是非また日本に来たいという言葉も。

## 吃音セミナー2015in奈良 報告

11月1日(日)午後1時半より、奈良市ボランティア インフォメーションセンターを会場に「吃音セミナー2015 in 奈良 ～ 就労問題について考える～」が奈良言友会の主催で、10月22日の国際吃音啓発の日に合わせて開催されました。就職や就労で悩みを抱えている吃音当事者がたくさんいます。このような状況をふまえて、吃音のあるひとの就労の問題について参加の皆さんとともに考えようとの趣旨でパネルディスカッションを企画しました。また、今回は奈良県共同募金会の助成金をいただくことができ、大きな支援になりました。

当日は8名の奈良言友会員と3名のボランティアスタッフが会の運営、進行に当たりました。

この催しのPRは、大学、ハローワーク、言語聴覚士のいる病院・施設、吃音のある保護者への案内、役所や保健所、ことばの教室を通して吃音のある子どもの保護者、教職員への案内、新聞への記事掲載、などを通して行いました。当日の参加者は24名。内訳は、吃音当事者が9名。保護者5名、医療関係3名、教育関係3名、その他6名でした。パネルディスカッションのパネリストには、就労している吃音当事者、企業で人事採用の実務にあたっている方、人材派遣会社で障害者の就労支援にあたっている方、発達支援センターで就労支援に当たっている方など、いろんな分野の方をお願いしました。プログラムは、第1部と第2部に分かれ、第1部は、スピークアウトとして次の4人のパネリストにそれぞれ視点から15分ずつ意見表明をしていただきました。

池島 靖人氏 吃音当事者。奈良言友会

吃音のために職場で辛い思いをした体験や、理解のある上司に出会ったことで仕事に前向きにとりくめるようになった体験を話していただきました。

小山 裕之氏 名古屋言友会副会長

吃音当事者。言友会で活動しながら、機械メーカーで人事・採用部門も担当。採用する立場からの吃音のある人への助言をしました。

大濱 徹 氏 民間の企業で、障害者への就労支援を行う。障害の認定が吃音者の就労の助けになるということを積極的に考えていこうということでした。

森山 貴司氏 発達障害支援センター「でいあ〜」センター長。 発達障害者支援の面から、就労の支援について話していただきました。

第1部を終えて休憩に入りましたが、その間に参加者にパネリストへの質問アンケートを実施しました。

第2部では、まず吃音のある人の就労の実態についての全言連の調査研究報告がなされました。

その後、休憩中にした質問アンケートをもとに、パネリストへの質疑と応答、フロアから活発な発言があり、多面的に意見を交換し、熱気あふれる会になりました。会は16時30分に終了しました。

アンケートで感想を聞いたところ、いろんな立場の意見を聞いてよかったとの意見が多かったのですが、このセミナーを今後の就活に生かしたいという当事者の意見や、吃音のある人が障害者手帳を取得できることを知った、当事者の生の声が聞いてよかったなど、多くの感想が寄せられました。

今回のセミナーを通して、この問題への理解を深め、吃音のあるひとの就労支援につなげていく契機になればと願います。

---

## 例会報告

### 9月6日(日) 例会報告

参加者7名

#### 第1部 シャドーイングとは

担当・報告 錦戸

同時通訳の訓練の方法として始められ、現在では外国語のリスニング訓練に用いられることが多い“シャドーイング”をテーマに例会を行いました。近年、シャドーイングによる発話中は吃音による非流暢性が軽減するといった報告がいくつかみられ、また吃音のある方の発話訓練に用いられているという報告もありますので、

今回、例会のテーマとしました。

内容は二部構成とし、前半は「基礎知識編」として、シャドーイングの基本的な説明や、シャドーイングの効果に関する研究報告を行いました。後半は「実践編」として、参加された方々に実際に日本語文章をシャドーイングしていただきました。今回の例会でシャドーイングを実際に行い、効果を実感していただきたかったのですが、文章が長かったことや、実践編の時間が短かったこともあり、効果を実感してもらうまでには至らなかったかなと思います。

もし機会がありましたら、シャドーイングをテーマとした第二弾として、シャドーイングと吃音に関するより多くの詳しい研究報告の紹介や、シャドーイングに適した文章や読み上げ音声を用いた実践などを行えればと思います。

<参加者の感想>

○シャドーイングについて詳しく教えていただいただけでなく、演習できたことで、吃音を軽減させるための方策を広げられたと思います。ありがとうございます。A・I

○中学校の時の授業開始の「起立、礼、着席」がチャイムが鳴っている時は言いやすかった。これってシャドーイング？ Y・T

○シャドーイングは少しむずかしいと思いました。M・G

○シャドーイングは話しやすくするひとつの良い方法だと思います。日常のスピーチに生かせればと思います。H・S

○シャドーイングの有用性について理解が深まりました。I・H

○吃音のことについて、いろいろと勉強させていただきました。A・E

## 第2部 吃音検査法について

担当・報告 天羽

通級指導教室（ことばの教室）で、吃音のある子どもたちを指導するにあたり、個別の指導計画を立てますが、そのためには、アセスメントが必要です。

このアセスメントについて、自分の弱い部分であったという反省から、8月に大阪で開催された日本吃音・流暢性障害学会第3回大会の「吃音検査法」講習会に参加しました。

講習会に参加しただけでは、まだまだこの検査法について十分習得できていませんので、9月の例会では、吃音検査法がどのようなものであるかを、簡単に紹介させていただきました。

「吃音検査法」今までから吃音症状に焦点をあてた検査法（評価法）はありましたが、現在、学苑社から出されている「吃音検査法」は、1977年に音声言語医学会言語障害検査法検討委員会吃音検査法小委員会が発足して以来、検討と試案作りを重ね、3年前に日本吃音・流暢性障害学会起ち上げとともに完成したものです。

この吃音検査法は、解説本と検査図版（幼児版・学童版・中学生以上版）3冊からなっています。検査は、基本検査と掘り下げ検査の2段階で設定されています。

中学生以上版の実施は、原則的には、1.質問応答 2.事情聴取 3.単語音読 4.文章音読 5.文音読 6.単語呼称 7.文・文章による絵の説明 8.モノローグ 9.自由会話の順で行われます。

しかし、すべての検査ができない場合、4.文章音読 7.文・文章による絵の説明 9.自由会話が基本検査になっています。検査後の吃音症状の分析は、基本検査と掘り下げ検査の2段階に分けて行います。吃音症状の分析は、①非流暢性、②随伴症状、③工夫・回避行動、④情緒性反応の4つの枠組みで捉え、頻度の算出や主の症状、性質記述を行い、重症度プロフィールの提示を行います。

この分析について、ことばにすると一文ですが、被検査者の発話症状や随伴症状、工夫・回避や情緒性反応を正しく見極め、記録し、分析・評価することは、なかなか難しいなあと感じました。しかし、エビデンスに基づいた吃音の指導には重要なもので、実際に検査・分析する実践と研修を重ねていかなければならないと思います。それとともに、例会でも検査にとらわれた吃音評価にならないかとのご意見が出ましたが、吃音症状だけにとらわれた吃音の指導に陥らないことも、肝の銘じなければならぬと思いました。アセスメントとは、支援を求めている対象が、これからどうしたいと思っているのか（主訴）、対象の特性がどのように主訴に関わっているのかを様々な情報をもとに総合的・多面的に判断し、見たてることを言います。コンサルタントは“相談者のニーズ”と“ニーズに応えるためにどの範囲までのアセスメントが必要か”を考えて進めることが求められます。（国立特殊教育総合研究所）

<参加者の感想>

○発表させていただいたことで、学会で学んだことを復習し、まだまだ研修していかなければと再認識しました。A・I

○着実に分析は進んでいるのだなと感じました。Y・T

- 吃音のアセスメントで言葉の検査について知ってよかったと思います。 M・G
- 新しいアセスメントのねらいなどがだいぶん分かりました。これを実際の指導に生かしていければよいと思います。 H・S
- 色々な吃音の症状をじっさい聞くことができて、勉強になりました。 N・A
- アセスメントの判断基準の多さに驚かされました。 I・H
- 話を聞く中で少しでも生徒に還元できることがあればと思います。日常の中で、何を話すかをじっくり考えて準備して話す場合もありますが、指定されたことをとっさに話さねばならないこともあります。今回は後者に備えた練習とも言えましょうか。

## 10月4日 例会報告

参加 7名

### 第1部 ピアカウンセリング(話し合い) コミュニケーション(吃音)の悩みについて 担当 報告 堀

元の案内では、今回のテーマは、「吃音の悩みについて」でしたが、もう少し広く「コミュニケーションの悩み」としました。吃音をコミュニケーションの中に入れて考えたほうが話し合いが広がるのではないかと、それに、参加者には二人の吃音のないひとがおられ、その人たちも一緒に話に入ってもらえると思ったからです。

いつもは「話し合い」ということでしているのですが、今回はピアカウンセリングというやや専門的な言葉を使いました。ピア(peer)は仲間のことで、仲間同士のカウンセリング、つまり、指導する、される関係ではなく、対等の関係で話し合いをすすめるものと考えます。進行役は、話を意図した方向でまとめようとするのではなく、話し合いの自然な流れにまかせ、以下の話し合い3原則に従って話し合いがスムーズにすすむように配慮します。

- ①ひとの言うことを否定しない ②自分の考えを押しつけない ③話を独占しない

テーマにこだわらず、相手の話を聴いて思いついたこと心に浮かんだことを話します。話し合いの中で結論を出すものではありません。それぞれが話のなかで、気づいたり、共感したり、役立てたいと思うことがあればよいと思います

以上のようなことを説明してから話し合いに入りました。

話し合いでは、コミュニケーションをよくするには、相手に関心をもつこと、そのためには相手の話をよくきくこと、自分のペースを守る、無理をしないことなど、が出され心に残りました。また、「雑談が苦手です」との発言がありました。雑談は「どうでもよい話」ではなく、雑談がうまくできなくて悩んでいる人は多いのではと思いますが、その話をフォローすることができなかったことが残念で、出た話を深めることも大事なことでないかと思いました。

<参加者の感想>

- 相手に興味をもつ、無理せず自分に負担をかけない等参考になる意見が聞けてよかったです。 I・Y
- コミュニケーションと吃音のなやみについてむずかしい問題だと思いました。 M・G
- コミュニケーションのとり方について他の人からいろいろと意見や考え方をお聞きし、今後の参考になりました。 M・K
- 人に何かを伝えるのは自分のために伝えるのではなく、相手のために伝えるのだということが基本ではあまいかと思いました。 H・S
- コミュニケーションでは、余裕が大事ななんだと、話を聞いて思いました。 N・A
- 無理せず自分が話すというより人に興味もち、その人の話を聞くという方がコミュニケーションがとれるのであまいかと言うことを感じました。 T・H

### 第2部 プレゼンテーション 「わが町を語る」

担当 市田 報告 堀

それぞれが住んでいる町について、ひとり五分くらいで話してもらいました。話をする前に、時間をとって、話の構想を練ってから順に話をしてもらいました。自分の町にある有名な寺の縁起の話、神社の祭礼の話、自分の町の水がおいしいなどの生活実感、自宅から見える風景の話など、その町に住む人ならではの話が多く、興味深く聞かせてもらいました。

<参加者の感想>

- 自分の住んでいる地域についての発表。私は話したいことだけを話し、内容がうすい上に時間も短かったです。他の方は、地理や歴史、行事などをふまえて内容が濃く、わかりやすかったです。 Y
- 人の前で話すのが少しむずかしかった。 M・G
- 話したい内容がたくさんあっても時間内に自分の言いたいことを伝えるには、それなりの練習や事前準備が必要と思いました。 M・K
- 奈良県の各地の様子を知ることができ、勉強になりました。 N・A
- 自分の知らない奈良を知ることができて、その場所へ行ってみたいと思いました。 T・H
- いろいろな楽しい話がききました。みなさん自分の住んでいる町に愛着をもっていることがよく分かりました。 H・S

# 12月6日(日) 例会報告

参加 7人

## 第1部 効果的なプレゼン技法

担当・報告 山崎

プレゼンテーションという言葉自体が示すようにもともと日本にはなじみ薄い行為であったのが、この20年ほどであつたという間に認知されるようになりました。よく使用されている手法はパワーポイントをいうソフトを使つてのもので、これはパソコンの画面をプロジェクターなどでスクリーンなどに大きく映し、それを説明していくというのですが、聞き手の注意が発表者と画面に分散されるため吃音者にとっては会議で一人で発言するよりもいくぶんは気が楽なのではないかと思われます。最近ではみんなパワーポイントを利用するので、寸劇や漫才、ニュースキャスター方式などアナログのものも見直されてきています。説明の後、参加者全員にミニプレゼンを行っていただきました。

## 第2部 吃音のある社長さんの話を聞く。

担当・報告 堀

今回は大阪のRP 東プラ株式会社の会長である中川真輝さんのお話を聞きました。中川さんは昔、旧大阪言友会でともに活動していた仲間ですが、近ごろ、そのOB会ですいぶん久しぶりに会いました。時々奈良にも来られるということなので、例会で何かお話ししてもらえないかとお願いしたわけです。会社の経営者として、吃音をもちながら多くの従業員を束ねるご苦労や私たちへの助言など話をしてほしいと。中川さんからは、吃音の経験ということでは、他のひとと変わらない、会社経営者というよりも、吃音の先輩として、自由に肩のこらない話をしたいとのことで、引き受けてもらいました。この例会には、昔共に活動していた二人の旧大阪言友会OBの方も参加しました。豊富な話題で楽しい話でしたが、その中で次のことが心に残りました。・過去には大事な集まりをぶち壊すようなこともあった。・電車で行く先の切符が買えず、一つ先の切符を買うこともあった。・苦しいときの思い出だが、今の自分の糧になっていると思う。

- ・だんだんと、しゃべり方よりも内容を重視するようになった。
- ・50才過ぎてから静かにしゃべることができるようになった。
- ・吃音のコンプレックスはマイナスのものだが、一歩下がって周囲を見ることによって、視野が広がる。相手のこともよく見えてくる。

中川さんの話から、吃音に左右されず、むしろ吃音を糧として、しっかりとご自分の道を歩んでこられたと感じました。

中川さんの話の後、旧大阪言友会の二人の方も入って、話がはずみました。

---

## 3月例会の案内

日時：3月13日(日) 13:30~16:30

<前半> 話し合い 「言友会の将来について」 <後半> 平成27年度総会

## 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 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 <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