

# 奈良言友会会報

# まほろば



春の神武祭パレード 古代衣装行列

# 第10号

平成26年3月1日発行

## 社会生活とコトバ

松井 保典

20代の頃に親しくしていた会員のA君と大阪府庁の中で偶然に出会った。彼は職員として働いていたが、この時はひどく塞ぎこんでいたので、思わず「どうしたんだ。」と聞くと深刻な表情で「実は明日大きな会議があるんだけど、それを僕が初めて司会役に任命されてしまって、どうしても断りきれずにもう逃げ場もなく絶体絶命なんだよ。何かいい智慧はないものかと頭の中がいっぱいなんだ」 何と返事をすればいいんだろうか？ いいようもなく僕はただ彼をなくさめ励ますしかなかった。当時僕は大阪市内の小さな出版社に勤めていて、コトバの問題では絶望的に苦しんでいた。頻りに電話のベルが鳴るし、交渉事も多々あって話し合わなければならない。黙々と仕事をこなしている職場ではなかったから、消極的に吃りながら会社にしがみついていた。A君に同情はしたけれどなすすべはなかった。

T君とは妙に気持ちがあい合った。彼は重吃というより、一音を発するのに全身を振るわせてコトバを絞りだす好青年だった。医療関係の研究所に勤めていて、黙々と実験関係の仕事をしていた。彼との会話は成立するのにかなりの時間を要する。その相手をするのは会の中でも僕くらいじゃなかったのかと思っている。常に前向きな姿勢で積極的に話しかけようとするが、それに辛抱強く対応する者はいなかった。彼から遠ざかろうとするのは自然の成りゆきだろうが、僕は彼の真摯な生き方に接しながら自分自身の弱さが恥ずかしかった。 その彼も若くして病死した。

忘れてならないのはM君のことだ。彼は近くに住んでいたため彼のアパートにはよく遊びにいった。とにかく酒好きなのと機関銃のようにしゃべりまくる個性には閉口したものだ。所かまわずどもり散らすのである。僕はそのたびに「もっとゆっくりしゃべれよ」と苦言を呈するのだが改める奴じゃなかった。最後はアツという真に病院で息を引きとったが、愛すべき友人だった。癌の末期で、病院に見舞いに行った時はやせおとろえた両手で僕の手を握りしめながら、相も変わらず吃っているのには、あきれてしまって思わず笑ってしまったのを覚えている。

長年、吃る人とのつき合いを通して思うのは、吃音は治るのだろうかという疑問である。個人差もあって結論は出せないと思うが、先輩の苦勞話を聞くと、治らないはずがないとつくづく思うのだが。ある人は徹底的に複式呼吸にこだわって、今では電話でのやりとりも彼の吸って吐く息からコトバが始まる。絶対に話し急がない。徹底しているのである。吃音の芯は溶解しない。最後まで残る。要は上手につき合うことだ。個性でいいじゃないか。

# 例会報告

12月1日

## 第1部 『話し合い』

参加者9名 担当：松井 報告：堀

① 参加者が二人ずつペアになって対話しました。大勢の人に向かって話すのとはまた違った話の仕方になったようです。そのあと各ペアから話の内容を話してもらいました。

### ② 子どもの吃音への対応

初参加の保育士さん（吃音はない）が、子どもの吃音について保護者から相談があったが、どう話してよいか分からないので教えてもらおうと例会に参加したとのこと。言語聴覚士さんが参加されていたので、一緒に話し合い、意見を交換しました。吃音の発生率、男女比、自然治癒のことや、保護者から「治りますか」と聞かれたら、どう答えるかなど、保護者への応答の仕方、こどもがどもった時どう対応するか、周りの人がどう配慮するかなど、いろいろ話し合いました。

## 第2部 『スピーチ・プレゼン』

担当、報告：堀

次のテーマのうち一つを選んで5分以内で話してもらい、質問や感想を出し合いました。

- ① うまくいったこと、いかなかったこと。
  - ② うれしかったこと 悲しかったこと、くやしかったこと。
  - ③ 面白かった本、映画、TV
  - ④ 吃音がなかったら何をしていたか。
  - ⑤ 言いたいこと（自由）
- ④ の「吃音がなかったら何をしていたか」に人気があり、その話をする人が多かったです。Iさんは「営業から管理部門（あまり話しなくてよい）に変わったが、本当は人としゃべるところで仕事がしたい」。Gさん、「吃音がなかったら人の心の痛みが分からない人間になっていたのではないか。」Yさん「今の職場がどうもじっくりしない。介護の仕事をしたい気持ちがある」「今までは吃音を改善することはばかり考えていたが、最近、自分自身の生きる姿勢、考え方を変えていきたいと思うようになった」。言語聴覚士のAさんは、最近読んだ「キラキラどもる子どものものがたり（堅田利明著）」という本に大変感動した話をされました。Sさん「吃音でなかったら、やはり今と同じ、大工をしています」とのこと、年輪を感じさせる答えでした。

### 感想

□初参加 T、Hさん 保育士 保護者から相談があるが、よく答えられないので、勉強しようと思うとのこと。

- とてもよい話であった。（S、S）
- 吃音のある人の悩みがたくさん出た例会でした。前向きな意見、後ろ向きな意見が出て、有意義でした。（A、A）
- 吃音についての内容がすごく濃くなってきて考えさせられました。自分自身の姿勢、考え方を変えていか

- ねばならない時期だと思いました。個人的な仕事の悩みばかりで場をこわしてしまいすみません。(I, Y)
- 秋田先生はじめ言友会のみなさんのお話はとても参考になりました。子ども達や親御さんたちへの話や対応も心寄り添えるものになるのではないかと少し自信ができました。急に参加しましたのに、ありがとうございました。(T, H)
  - 真正面から吃音についての話合いがありとても有意義だった。様々に思いは異なるが、底辺は同じに人生が重なって気づきもあり、考え込むこともあり充実した内容であった。(M, Y)
  - 色々な話が聞けてためになりました。(I, H)
  - 秋田先生や保育所の先生に参加していただき、当事者の思いや気持ち、感じていることを外に投げていくことの大切さを改めて感じた。(G, B)
  - 貴重なお話をありがとうございました。就職の問題などいろいろ生の声が聞けて勉強になりました。「だからあなたの話には諦められない」の言葉を胸に、また少しづつですが、がんばっていきたいと思います。(A, Y)
  - 保育士さんが、保護者から子どもの吃音の相談を受けたが何も知らないの、と参加されたが、今後も、子どもの吃音の相談にどう対応していくか考えていきたい。(H, S)

## 1月12日 発語・発声トレーニングとスピーチ 参加者11名 担当：三島 報告：堀

三島さんが用意した教材（京都の吃音改善研究会で使われているもの）を用いて、発声練習、ボイス・トレーニングのあと、あいさつ（自己紹介でのあいさつ、セミナー、講演会、朝礼など、特定場面のあいさつ）の練習などを行った。特定場面のあいさつでは三島さんが、ドアをあけて、部屋に入ってくる所から始めたのは、臨場感がでて良かったと思います。教材はよく吟味されたものと思うので、この教材をもとにして、場面の設定などいろいろ工夫して、今後も取り組んでいけるのではないかと思います。

### 感想

- 吃音を改善するというよりも、コミュニケーション技術を高めるというのが自分の目標の一つであり、よい勉強になりました。発声練習も普段意識してないのでよい機会になりました。どちらを優先するというよりも、いずれも私にとって必要なことであり、バランスを保ちながら、取り組んでいけたらよいと思います。(M, K)
- 「ノー」を「イエス」に変える技術では、考えることなくしゃべっていたのですが、これからは意識して考えてしゃべるように気をつけたいと思います。基本練習は今までふれたことがなかったので、勉強になりました。(T, H)
- 発語訓練もされているんですね。鏡を見るという方法は知りませんでした。勉強になりました。(A, Y)
- 久しぶりに言友会に参加できて楽しかったです。(T, J)
- 青木さんの話、興味をもてました。三島さん、楽しかったです。(I, H)
- 青木さん、伝え方少し考えさせられました。久しぶりに例会を担当して、緊張し笑ってしまいました。(M, G)
- 声を出す練習というのは、大切だと思いました。習慣として続けていければと思いました。(A, A)
- 伝える技術、また発声練習のお話し、音読の稽古は頭も少し使い、とても楽しく、ためになりました。(N, Y)
- 青木さんの「伝え方の技術」。「3つのステップ。①・・・②相手の頭の中を想像する③相手のメリットに合うお願いをする」はコミュニケーションの基本として、いつも心に入れておきたいことと思いました。「5つの技術」「7つ切り口」など盛りたくさんで短い時間ではとても扱いきれないので、これから繰り返し例会でも取り上げて、深め、日常生活のなかでも工夫して使えるようにしていけたらよいと思いました。(H, S)

2月2日

## 第1部 『狂言を楽しむ。』

参加者12名 担当：西村 報告：堀

### ① 狂言についての話。

狂言の発語の仕方は、2字目起こし（1音目を低く弱く、2音目を大きく高く「これ<sup>れ</sup>は）と、3段上がり（①これは②このあたりに③住まいいたす、と順次高くなる）で、お腹から声を出します。

狂言はこっけいな話ですが、間の取り方によって、こっけい味ができます。狂言のことは言い方は生活でつかう言い方と違うからどもらない。セリフの中に入り込んで言うことが大切とのことです。

### ② 「あかがり（あかぎれ）」という狂言の台本をつかって、西村さんの指導でけいこしました。

最後に狂言の笑い方でみんな「大笑い」をして終わりました。

<b>あかがり</b>
主（あるじ） これはこのあたりに住まい致す者でござる。今日は山一つあなたへ、茶の湯があつて参ります。まず太郎冠者を呼び出して、供を申し付きよう。
ヤイヤイ、太郎冠者、あるかやい。
太郎冠者 ハア！。
主 いたか。
太郎冠者 お前におります。
主 念のう早かった。汝を呼び出すは別なることでもない。今日は山一つあなたへ、茶の湯に行くほどに、汝は供をせい。
太郎冠者 かしこまってござる。
主 おつつけて行こう。サアサア来い来い。
太郎冠者 参ります 参ります。
主 さて、茶の湯というものは、むつかしいものじゃよって、ここかしこへ気をつけて、よう覚ゆるようにせい。
太郎冠者 何がさて、ここかしこへ気をつけて

## 第2部 演劇に挑戦

担当、報告 山崎

まったくどもらない自分を想像することはないでしょうか？ どもらなければあんなこともこんなことも言えるのに・・・ そう、もう一人の自分です。演劇は自分以外の誰かに成りきるところから始まります。自分が生まれ変わったつもりで、普段とはまったく違う話し方をしてみるのです。大きく抑揚をつけて、標準語で？、関西弁とは違う方言で、大げさな身振りを交えて。初めはだれだって恥ずかしい、周りも変に思うかも知れない。でもそう思うのも、髪形を変えたときと同じで3日もすれば慣れるものです。慣れてきたらもうしめたもの。あなたは人前で演技する快感のとりこになること間違いなし。

1 発声練習と軽い早口言葉の練習

2 短い独り言を普段とは違う調子で

- 3 少し長い目のセリフを一人で
- 4 2人でかけあいのセリフを
- 5 パントマイム

#### 感想

○狂言は知らない世界でしたので、楽しく参加することができました。演劇は別の人になりきることは、難しいですが、やってみると楽しく体がホカホカしてきました。心も体もほぐれました。はまりそうです。(T.H)

○狂言で西村さんの言いまねをすると腹の底から自然と声が出ました。みなさんの感想のように吃音の軽減に役立つと思いました。演劇では、安心して違う自分になろうとできました。例会に集う仲間のもつ安心感の中にあることができたからだと思います。(A. I)

○狂言はことばの練習になった。演劇では違う自分になることがむずかしかったと思います。(M. G)

○狂言のけいこでお腹から声を出すと、お腹に溜まっているものを一緒に吐き出す感じがあって気分がいいですね。演劇では、意識的に、違う自分になろうとすると、テレないで演技ができたように思います。これは新発見ですね。山崎さんの好リードで楽しくできました。(H. S)

○演劇で、恥ずかしさを自分から経緯するの面白いと思います。もう一人の自分をつくり楽しんでいきたい。(Y. T)

○久しぶりに例会で緊張しました。恥ずかしさを振り切ることは、日常でも大切だと思います。(A. A)

○違う自分を見出す例会であり、とても有意義でした。(N. Y)

○狂言の基本は合理的な発想に基づいているので、発話の勉強になりました。演劇は、奥行が深く課題も多くあって、生の自分をさらけ出すので、言葉がスムーズに出てこず、自分自身もびっくりしています。(M. Y)

#### 1月12日例会の後、新年会を開きました。





## もう一つの吃音症状

山崎 貴浩

吃音特有の障害の症状に「対人」ということがあげられる。つまり、一人で話しているときは吃らないのに、相手がいる＝対人 となるとどもってしまうことである。今日は、吃音のことではなく、吃音に近いもう一つの症状について書きたいと思う。それは、今の日本では、男性特有の状況である「立ちション」についてである。

男性は、小用を足すときは、自宅ではともかく家の外においては、他の男性と一緒にいる可能性が高い。日本では、女性は個室に入って用を足すのでトイレに入る時に偶然一緒でない限り、誰か同じトイレに居るのかを意識することはないと思う。しかし、男性の場合は、小用を足すときに誰かと一緒になるとその相手が誰であり、どのような状況なのかお互いにわかってしまう。私は、小用を足すのにトイレに入って他の誰かと一緒になると小便が出ない。特に、ほぼ同時又は少し先に自分がトイレに入ったというような場合には、変なプレッシャーがかかってしまう。それは、次のようなものだ。男性は小便をするとその水しぶき音でその人が小便を出しているかどうかわかる。同時に小便器の前に並んで自分が音を出していないと隣の人に「こいつはいつになったら小便を出すんや？」とか「隣に俺が居るだけで小便が出ないとは気が小さい奴やな」などと思われるのではないかと不安になり、それが心理的なプレッシャーになって小便が出なくなってしまうのである。というか、隣に人が立つだけで体が一種の緊張状態になってしまうのである。後ろに並ばれなぞしたらもう絶対に出ない。だから、イベントなどで多くの人がトイレに殺到するような場合は大変である。そういう状況下では到底小便ができない。どうするかというと大便所の方に入って小用を足すことになる。大便所の個室だと長くても変に思われないし、周りから隔離しているのでプレッシャーはかからない。もちろん、自分一人だけの時は、普通に小便は出る。この症状は、吃音に非常によく似ていると思う。もの心ついた時から、私は、言葉だけでなく、トイレにも苦労してきたということになる。小学校のときは生徒数に割にトイレが小さく、休み時間にはいつも列ができていたので私にはとても使えなかった。小学校には木造の旧校舎が残っており、立入り禁止で幽霊も出るという噂だったが、私はいつもその旧校舎のトイレで用を足していたのであった。幽霊には一度も出会わなかったが、この状況は30代後半以降、吃音症状の緩和に比例して改善されてきてはいるが、それでも小便器が2つしかないような小さなトイレで誰かと一緒になるともう小便が出ない。そういう場合は、すぐにあきらめて次の機会を待つことにしている。私の息子も吃音だが、トイレに関しては私とまったく同じ症状である。周りに誰か居るとおしっこが出ないそうである。高速道路のSAのトイレで並んで用を足しているときに話していてわかった。受験のときにおしっこが気になって失敗するといけないので、そういう場合は必ず大便所の方で小用を足すようにアドバイスしておいた。自分自身がそうだったから。題名は忘れたが、作家の故吉行淳之助氏も自伝的小説に同じ状況であることを書いておられたので、もしかして氏は吃音だったのかも知れないと私は思っている。

・・・と、女性にはなかなかわかりにくい状況について書いてしまったが、女性も中国などで開放式のトイレを使った場合には、私の気持ちが理解できるかも知れない。開放式のトイレを使用した場合、大便でも同じ現象が起きるかどうかは私にもわからない。

## 合同例会 in 奈良

statt 京都、三重言友会、姫路言友会、福井言友会、岡山言友会との合同例会を奈良で開催いたします。きっと新しい出会いがあるはず！是非ご参加ください。

1. 日時 2014年3月8日(土) 午前11時より午後5時
2. 会場 青丹学園 関西学研医療福祉学院  
東館(言語聴覚学科棟) 奈良市右京1-1-5 ☎0742-72-0600  
近鉄京都線「高の原駅」より徒歩3分(下図参照)

### 3. プログラム

10:30 受付

11:00~12:00 開会。オリエンテーション。アイスブレイク。各地言友会の紹介

12:00~13:00 昼食。会場で一緒にとります(弁当をまとめて注文)

13:15~14:45 講演 講師:三木 善彦氏 演題:心の健康のコツ

帝塚山大学客員教授、日本内観学会顧問。大阪大学や帝塚山大学などで臨床心理学を教える。大阪大学名誉教授。夫人と共に奈良内観研修所を開設、内観療法による面接指導にあたる。読売新聞のコラム「人生案内」の回答者を長らく担当。

15:00~16:30 分科会

第1分科会: 狂言を楽しむ 指導:西村 泰宏氏(奈良言友会会員 狂言歴20年)

第2分科会: 奈良の吃音ドクターと吃音を語り合う。講師:佃 宗紀氏

吃音当事者。小児科医。つくだクリニック院長。子どもの発達とことばの診療に従事。

### 4. 懇親会 移動(電車で3駅移動します。近鉄新大宮駅前)

17:30~19:30 個室居酒屋くいもの屋わん 新大宮店  
(奈良市大宮町6-2-15 ミールBLD) 飲み放題 4,080円

### 5. その他 合同例会参加費は無料。

ただし、昼食弁当代、懇親会費は各自負担になります。

※「お水とり」を見学される方は16:30に二月堂に向かいます。当日は午後7時よりお松明10本が出ます。お水取りを見学される方は懇親会には参加できません。



## 奈良言友会例会

日時: 毎月第1日曜日 午後1:30 ~ 4:30

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。わじ年配です。) 〒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。わじ若いです。) <a href="https://www.facebook.com/akihiro.aoki.16">akihiro.aoki.16@facebook.com</a> URL: <a href="https://www.facebook.com/akihiro.aoki.16">https://www.facebook.com/akihiro.aoki.16</a>