

奈良言友会会報

まほろば



第7号

久米寺の紫陽花

平成25年6月2日発行

私の楽しみ

吃音から離れた世界に — 将棋 —

辰巳 正充

私の趣味で最高のレベルまで達してやめた。いや、辞めさせられた。この言葉も適当でないかもしれない——それは将棋である。小学4年生から始め中学では先生とよく対戦したものである。会社に入り寮に入りやはり強かった。多くの寮があり寮対抗戦にも代表で出た。そして200人の将棋愛好家で8位まで入った。自身過剰で、ある将棋クラブに試し試合にいった、しかしそこで起こった事が原因で将棋の事は封印している。それは、そのクラブの先生がこの子とやってはと、それはまだ小学生4年生。私は少々舐めていた一回戦負け少し本気に。しかし2-3連敗しかも完敗である。ショックがきつかった。こんなに簡単に負けるとは、しかもこれまでの試合と違う自分でも認める惨敗である。私はこれが最後で将棋はやっていない。いまだに将棋のことは話していない。多分これが初めてかも^^WWW

わたしの楽しみ 同窓会

天羽 郁子

アラフォーならぬアラ還（還暦）のわたしは、ここ最近、同窓会に積極的参加を心がけています。それは、学生時代の友だちと会うと、実年齢はさておき、学生時代にあっていう間にタイムスリップすることができるからです。〇〇ちゃんと呼び合い気取らず話すことができます。特に、少人数の仲良しだった仲間との同窓会は、本人たちは「女子会？」と呼び、家族に婆をかけられ「ババロア会」と呼ばれ、おいしくて安いランチも目当てに、大いに盛り上がります。

おいしいものを食べ、気を使わず、楽しくおしゃべりする、時には愚痴も聞き合う。ストレスの解消にもなり、明日への充電にもなります

私の楽しみ 旅行

青木 明大

私の楽しみは遠方にいる友人に会う事です。気楽なので一人旅が好きなのですが、ずっと一人は寂しくなってしまいます。そこで、一人で遠方まで出かけ、その地にいる友人に名所を案内してもらったり食事をするようにしています。ガイドブックには書いていない地元の人ならではの話が聞け、旅先について多くの情報を得る事が出来ます。そして何より、普段なかなか会う事のない友人に会うのはとても懐かしく楽しいです。言友会活動を通じて、少しずつ各地に友人が増えてきました。最近では今までの旅行スタイルを発展させ、各地の言友会の例会に参加してみたいと考えています。次はどこで誰に会おうかと考えるだけで胸が躍ります。

私の楽しみ 大 曲 り

由山 游

これと云った楽しみは、あまり無い私ですが、しいて云えば電車で大曲りするくらいです。前日にスーパーで弁当とお菓子とお茶を買って、朝、始発か二番の電車で、法隆寺から王寺へ、乗換えて高田又は五條で乗り継いで、和歌山へ行き、関空紀州路快速で大阪京橋まで行き、そこから新快速の湖西線回りで近江今津まで行きます。そこで折り返し北陸線、東海道線で草津までいきます。注意することは同一区間は2度通れないことです。たまに車掌が検札に来ますが、「大曲りです」と言えば何も言いません。草津と柘植で乗換えてディーゼルカーで加茂へ。また乗換えて大和小泉で一旦下車して法隆寺に帰る。和歌山線と東西線のディーゼルカーは長手の椅子ですが、それ以外は普通のシートです。四季折々の景色が見えます。

私の楽しみ 英 会 話

堀 茂

若い頃、職場では吃音の垣根があって、うまく会話ができませんでした。職場の英会話の講習に参加すると、不思議に英語ではどもらず、会話を楽しました。以来、何度か英会話の教室に通いましたが、聞き取り（ヒアリング）はいつも苦手でした。後年、障がい者福祉の研修でイギリスに滞在したとき、普通のスピードで話されると、ほとんど聞きとれず、無念の思いがずっと残りました。リタイアしてからは、ラジオやテレビの英会話を毎日聞くようにしています。必要があるのではなく、楽しいからです。継続は力なり。そうすると「聞きとり」が少しずつ向上しているのが分かります。テレビでは字幕を通さず、じかに相手の言っていることが分かると、気持ちを通じ合うように感じます。冗談がわかるとまたうれしいです。私の夢は奈良を訪れた外国人に英語でガイドすること。さてこの夢実現するでしょうか？

例会報告 4月7日(日)

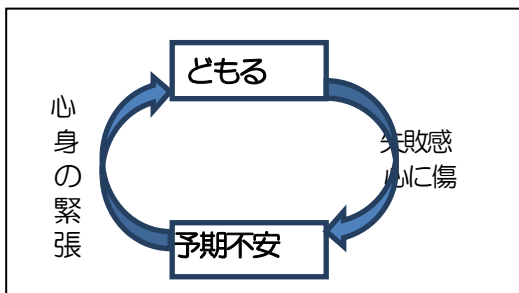
第1部 話し合い(ピアカウンセリング)

担当・報告 堀

参加6名

発題: 予期不安について

今日は強い低気圧の影響で大荒れの天気、そのためかいつになく参加者が少なかったですが、アットホームな雰囲気の良い例会になりました。本題の前に、それぞれ近況報告をしてもらいました。Tさんのビリヤードの話、Sさんのインターネットの話など、いつもは聞けない話を聞くことができました。



さて、今日の発題は「予期不安」です。一度どもると、次の場面でもたどもるのではないかと不安を生む、それが「予期不安」です。その不安がさらに吃音を強めるといふ悪循環の輪をつくる。「吃音にとらわれる」というのはこの悪循環の渦中にある状態といえます。

(図参照)

何十年もこの循環の輪の中にあつた私が、そこから抜け出せたと実感できるようになったのは、そんなに前のことではありません。そこから抜け出して初めて、自分はその循環の渦中にあつたことに気がついたわけです。今回は私がその循環から抜け出すのに役立ったと思うことをプリントを使って、お話をさせていただきました。

「予期不安」について、みなさんの考えを聞きました。若いAさんの「吃音者が100人に1人は居るという中で、隠すことはない」という発言は意気軒昂、頼もしさを感じました。

今回は、私が体験したような吃音のとらわれの中にいる人があるならば、早くこの輪から脱して、世界に飛び出してほしいと願いながら発題しました。

第2部 討論会

担当 堀

テーマ: 日本は捕鯨(クジラ捕り)を続けるべきか、やめるべきか

日本捕鯨の現状を簡単に話してから、それぞれの考えに従って二手に分かれて討論しました。面白いことにかつて日常的にクジラを食べていた年配のひとは「継続派」で、クジラをほとんど食べたことがない若い人は「停止派」になったようでした。停止派からは、日本は調査捕鯨で細々とクジラを捕っているが、反対意見が世界の勢を占めている中で、外国との摩擦を起こしてまでクジラを捕るメリットはないという意見が出たのに対して、継続派からは、日本人が好きで食べているものを外国からとやかく言われたくないなど反論がでて、なかなか興味深い討論になりました。継続派が優勢のように見えたが、これは勝ち負けを決めるものではないので、意見が出尽くしたところで終了しました。どもることはさておき、自分の考えをまとめて、相手に伝えるトレーニングにもなったと思います。

例会報告 5月12日(日)

第1部 3分間スピーチ 担当・報告 寺田 参加者 9名

3分間スピーチと言う事で何について話してもらおうか?好きな事を自由に・・・とも思いましたが、何分お話好きな方が多く好きな様に話すと止まらなくなると思い議題を決めさせてもらいました。①言友会に参加したきっかけ ②言友会に望む事 この2点についてスピーチして頂きました。

言友会に足を向けさせる思いとは、やはり同じ悩みを共有したい。色々なアドバイスをもらいたいという思いは皆に共通するところではないでしょうか。それと共に私が言友会と関わっていくうちに思った事は、同じハンデを持つ人間同士でも考え方や吃音の捉え方など人それぞれ違うところがあるのだと実感しました。しかし、その様な意見の相違も私には新鮮で思いのぶつけ合いも悪い事では無いと思います。自分の意見は意見として述べ人の意見にも傾聴し考えてみる。とても必要な事ではないでしょうか。

言友会に望む事として私自身の思いとは吃音に悩み苦しんでいる人が言友会に出会える様にアピールしていけたらと思いました。

第2部 「吃音改善について」

担当・報告 池島

奈良言友会の皆さんが吃音改善を目的にされている訳ではないので、吃音改善で実行していることの他に普段の生活や職場で気を付けていることの意見交換をしました。全体的にいうと吃音改善は不確実である為に改善に向けて強く意識したり実行されている方はほとんどいませんでした。皆さんは吃音ではありますが、しっかりと声は出ているし内容もきちんとわかるように話されていたので吃音症状に苦しんでいる様子ではないように思えました。私は職場で吃音を激しく責められたあげくに解雇された経験がありますのでつらい思いをしましたが、皆さんのそうした様子を見て感じたことは、吃音症状よりも話し方や内容を重視した方が良いのではないかとということでした。そうする方が吃音にとらわれず話事に集中できる気がしました。それで改めて私自身の吃音について考えてみますと、発声や呂律などの吃音症状そのものに関わる改善とコミュニケーションにおける話し方の改善の2種類をしていく必要があることがわかりました。吃音症状は毎日の練習である程度改善されると信じて毎日発声練習を行っています。ともかく両方の改善を進めることが私の目標と変わりました。とても有意義な時間と考え方・方針の変化を得ることができました。皆様に感謝したいと思います。

参加者の意見

- 吃音ドクター菊池さんの著書を読んで吃音を治すというより集まりに参加する事により新しい出会いや体験をしたい。
- 仕事で吃音を責められ対人関係にも悩み辛い日々を送っていた。解決策を見い出したいと言友会に参加しました。
- 家庭教師の紹介で言友会を知った。吃音の改善のヒントが欲しい。
- 子供の吃音、専門的な治療も含め子供の性格や状態により色々な工夫をし改善に向け取り組んで行きたい。

カミングアウト・パートII

山崎 貴浩

東京・立川にある自治大学校に派遣された。自治大学校とは、全国の自治体の40歳前後の中堅職員を対象とする総務省の研修施設で、研修生が寮に寝泊まりして、3ヶ月間みっちり？研修を受けるというものである。学生以来、久しぶりに独身生活を満喫させてもらった。授業内容は、憲法、民法、行政法から行財政改革、商工農業振興など多岐にわたる。そして、当然というか、やっぱりというか「上手な話し方・説得の技術」「スピーチ演習」なんていう授業もあるわけである。市民ニーズが複雑多様化している現代社会においては、相手を説得する技術やこちら側の話を理解させる能力というのは大変重要であるということらしい。ごもっともである。同期の研修生は全国から140名が集まってきていた。感心したのは、いずれの研修生も自己紹介や自治体紹介をやると非常に流暢かつ上手にしゃべることである。役所に20年も勤めれば話が達者になるのか、それとも全国から集まるのでそういう人材を送り込んでいるのか？

スピーチ演習では、全研修生が5グループに分かれ、全員が3分間スピーチを行う。1週間前にはスピーチの演題が出された。『最近感動したこと』について。私は、自治体の職員に吃音というものを理解してもらえば、地域における福祉政策において、少しでも吃音者に良い影響があるかも知れないと、『吃音』をスピーチの主題とすることにした。先に話す研修生がユーモア・ギャグ路線で来るといけないので、念のため「秘湯の露天風呂で若い女性と一緒にになって感動した」というやつと2つのスピーチ原稿を作っておいた。言友会のおかげで3分間スピーチには慣れている。スピーチの原稿は、一字一句細かく書くのではなく、おおまかに要点だけを挙げておくのである。スピーチ授業の2,3日前になるとみんな「スピーチの内容、もう考えた？」などと言いつけている。やはり、それなりに緊張しているようである。そしてスピーチ授業の当日。講師は話し方教室の先生である。さすがに抑揚があって感情がこもっていて聞かせる話し方である。北海道出身の者と沖縄出身の者がじゃんけんして順番を決める。どちらからにしても私は奈良なので真ん中ほどである。こういう場合は、早く済ましてほっとする方が楽である。先に終えた研修生のスピーチに対して講師が注意を与える。後から話す者は、その注意事項も自分のスピーチに取り入れなければならないから大変である。原稿を細かく書いてきたものは、必死で修正している。私は、直前の人が趣味のボクシングの話がされたので、それも早速自分のスピーチに採り

入れることにした。以下は、私のスピーチの概要である。

前の人がボクシングの話をしたが、詩のボクシングというものがあり、それに友人が出演した模様がテレビで放映され、それを見て感動したこと。なぜなら彼は吃音者であったから。

黒板に大きく「吃音」と書き、読めるかどうか確認する。

あまり知られていないが、この世には吃音という障害があり、緊張して食べることは違うということ。

自分も吃音であること。みんなも緊張しているだろうが、今日の自分の緊張度はみんなの10倍くらいあること。(笑)

人口の1パーセントは吃音と言われており、確率的に今回の研修生の中に自分のほかにもう一人くらい吃音者がいる可能性があること。(なぜか笑)

吃音者を理解して欲しいこと。

もし、お子さんや身近な人が吃音になったりした場合はいつでも相談して欲しいこと。

このスピーチは、ちょっと衝撃的だったらしく、またこれまで吃音を知らなかった人もいたりして、それ以降に私に話し掛けてくれる人も増えた。その中で気になることが一つあった。それは3分間スピーチ授業の前日、研修生の一人が中途退学し帰ってしまっていたことである。もしかしたら、彼は吃音者ではなかったのか。3分間スピーチが苦になったのか？ もしそうであったなら本当に残念だし、話もしたかった。それとなく同じフロアの研修生に尋ねたところ、言葉に障害があったようには思えなかったということであった。私の杞憂であればいいが……。

研修の最後の方で「講義演習」という授業があった。中堅職員なので市民を相手に出前講座や行政の内容を説明したり、新採職員の研修で講師をしたりすることがあるから、講義技術について学ぶというものである。研修生全員が、講義スケジュールを提出し、その内容により140名の中から30名ほどが実際に講義を行わなければならない。宝くじには当たらないが、こういう場合に限って当たってしまう。「神よ、我に試練を与えたまえ」山中鹿之助の心境である。しかし、先に3分間スピーチでカミングアウトしているので気持ちは大分楽であった。

最終日の前夜は、お別れパーティである。140人もいと一度も話さなかった人も多くいる。そんな中、ある人が私に話しかけてきてくれた。「実は、私も吃音なんです。」彼とは何度か演習授業で一緒になり、ちょっと早口で詰まる傾向があったことは認識していたが、明るく積極的に発言されていたので、吃音だとは思わなかったのである。やはり、私以外にも吃音者がいたのであった。彼は、もう吃音で悩んだりすることはないそうで、その意味ではすでに吃音を克服しているようであった。これからはなにかと連絡を取り合うことを約束する。さらに、もう一人、同じフロアでこれまでかなりいろんなことを話し合っていた人が、どうやら娘さんに吃音の気があるようでちょっと心配しているということ打ち明けてくれた。私は、①中学生だと吃音が直る見込みが低いこと ②症状を直すのではなく、話すことの楽しさを引き出すようにし、積極的に話すように日常生活を考えて欲しいこと ③結局それが吃音を直す一番の早道かも知れないことなどをアドバイスした。

40歳も過ぎると人間だれでもあつかましくなってくるのだろうか。最近、私は、職場やちょっとした集会などで、吃音のプチ・カミングアウトをやるようにしている。30代までは考えもしなかったことだ。これからも、できればいろんな場所で『吃音というものについて』機会があれば話をしていきたいと思う。

(2005年1月)

これからの例会予定

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）

	第1部 13:40～15:00	第2部 15:10～16:30
6/2 (日)	話し合い ①吃音での最近の体験を聞く 担当 稲植 ②吃音よりも辛いこと 担当 辰巳	最近の吃音研究事情 京都大学で吃音の研究をされている飯村さんにお越し頂き、ご自身の研究や他の吃音研究について講演をして頂きます。吃音に対する正しい知識を身につけるのに役立てばと思います。担当 青木
7/7 (日)	話し合い ①言友会に対する考え方 担当 笠倉 ②吃音のある子どもへのメッセージ 担当 天羽	ことばの教室の発声・発語指導 ことばの教室で実際に行っている指導について担当の先生から直接お話していただきます。ことばの親子交流会を控えて、こどもの吃音への対応を学ぶ機会にしたいと思います。担当 天羽
8月	ことばの親子交流会	
9/1 (日)	話し方の達人を招いて かつて私は職場の同僚をつぶさに観察することによって吃音の苦しみからかなり開放されました。例会では、人生での「話し方」の変遷とその同僚（非吃音者）に例会に特別参加してもらい、相手を聞かせる話し方とは何かを考えたいと思います。担当 山崎	10月からのプログラム検討会合

※ 例会の内容は、都合により変更されることがあります。予めご了承ください。

※ 平成25年度（4月～3月）の年会費を納入された方は次のとおりです（敬称略 4月21日まで）

庄山静 三島学 松井保典 稲植英和 天羽隼子 田平隆彦 山崎貴浩 青木明大 辰巳正充 堀茂、笠倉毅昭

ありがとうございました

奈良言友会 連絡先

堀 茂 〒636-0915 生駒郡平群町春日丘2-13-15

TEL/Fax0745-45-2857 090-9610-6393 Email: sigeru1030@yahoo.co.jp

奈良言友会HP <http://naragenryukai@hotmail.co.jp>

奈良言友会会報誌「まほろば」編集発行 山崎 貴浩