

第70回 小中高校生の吃音のつどい(表現アート)

3月20日(日)小学生22人、中学生2人、高校生14人、兄弟姉妹6人、ご両親36人、スタッフ55人の計135名が参加。江東区立南陽小学校ことばの教室にて開催。地元江東区はもとより、葛飾区、台東区、文京区、豊島区、中野区、目黒区、杉並区、練馬区、板橋区、大田区、埼玉、千葉、神奈川、栃木、茨城、長野からと広い参加が有りました。

今回、自身の辛い**吃音(スティグマStigma)の絵を描き(アートセラピー)**、そしてそれを、グループで**(替え)歌にする**というゲシュタルト的試みです。外在化することで、辛い自分自身ではありますが、極力落ち着いて客観的にみることができるようになる。辛いばかりではない、いろんな面もあることにも気付ける。一人孤独の中で、どんどん悩みの、良からぬ淵に沈みこんでしまうことなく、です。ご自身吃音で、表現アートファシリテーターの相澤るつ子さんの大いなるお力で実現できました。また事前のミーティングだけでなく、つどい当日もご協力くださった南陽小ことばの教室の先生方にも、心より感謝いたします。ありがとうございました。(リーダー佐々木真美子、樺沢哲、榊原慶二)

中・高校生グループ

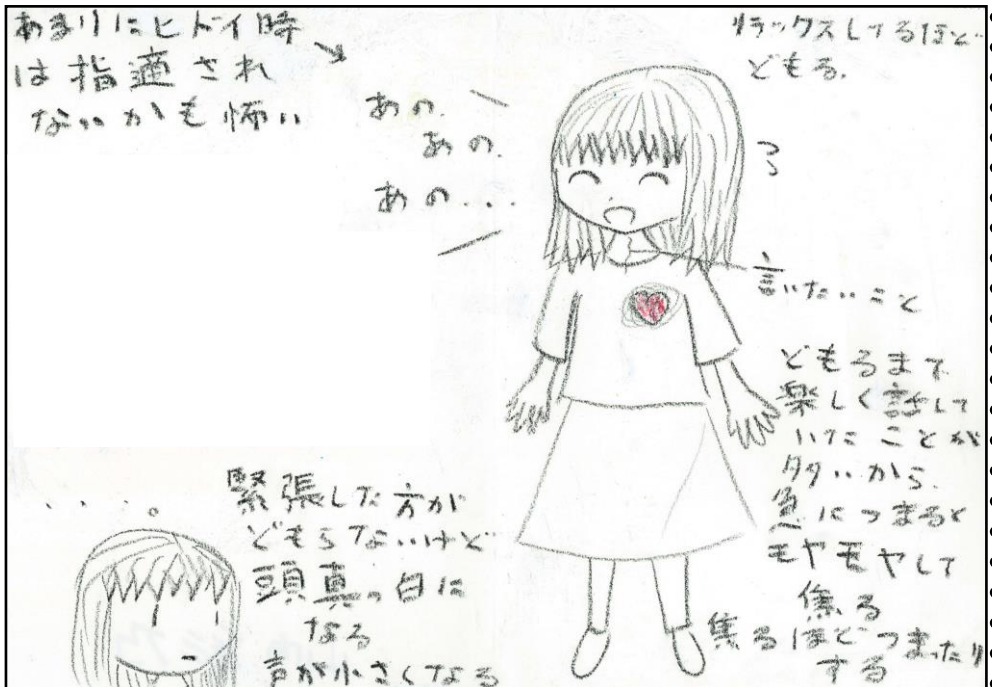
A.Yさん(中1女子)

アートセラピーって何だろう?と思ってたけど、いざやってみると、自分が思ったこと・感じたことを自由に絵にするのがとても新鮮で面白かったです。(マンガについての質問をもらいましたが)私の描く漫画は4コマのギャグマンガだし、キャラクターっぽい絵なので、吃音についてのマンガは描いたことないし描けそうな気もしません…。

=====
吃音マンガ、
気長に待って
いるから、ぜ
ひ描いてほし
いなあ。
(嶋田聖子他
スタッフ一同)

M.Wさん(高1女子)

吃音スティグマをやった時、色々な記憶が蘇りました。「どうして、そんなしゃべり方なの?」「ちゃんと読めよ!」「(音読などで)言葉飛ばさずに読めよ!」などと悪口を言われたこと。家で音読の宿題をする時、題名すら読めなくて泣いたこと。卒業式の練習で舞台の上で将来の夢を言う練習した時にうまく言えなくて、呼び掛けもうまく言えなくて「練習すればできるようになる!」って言われたこと。吃音と上手く付き合っていこうと思いつつ吃音なんか無



くなれ！と思う日がたまに襲ってくる。たくさん
たくさん蘇ってきました。

歌をつくる時、**アンパンマンの替え歌**をつくりま
した！「そうだ！楽しいんだみんなでいると。分か
ってくれる人もいるんだよー！音読、電話不安ちよ
っと辛いけど、行け！たくさんもつとしゃべりたい
ー！」と、辛いこともあるんだけど、たくさんたくさんし
ゃべりたいんだ！という気持ちを込め、つくりまし
た！

みんなとちょっと違う。不安無くなれ！楽しいん
だ！などとみんなの気持ちが込められています！

私はつどいに来て前向きに吃音と付き合えるよ
うになりました！たまに、どれもたくない！と思う時も
あるけど、つどいがあることで生きてることができて
いる！つどいやスタッフさんがいるから、楽しく過ご
せています！どもっても待っていてくれるクラスの
友達、先輩、先生、家族に感謝しています！本当
につどいに出会えて良かったです！

つどいに来ている、参加者の小学生や中学生を
助けられる存在になりたいです！

M. N (中1)

「前に進もうとする心と、自信を無くし、たちどま
ろうとする心と。二つの心と戦う私。

助けの手をさしのべようとする者と、そんな私の
姿をあざ笑う者と。さしのべるべきか、あざ笑うべき
かまよう者と。

助けの者がいることを喜ぶ私の声と、悲痛のさけ

びと。)(最下欄に吃音スティグマ絵紹介！)

初めて参加したので少し緊張したけど、絵を描く
のは得意だったし、Wさんとも知り合いになって、
とても楽しかったです。

吃音に対する思いを、ただそのままに、ありのま
まに表現しました。人を何かの形で表したかったの
ですが、それと同時に人々の心情を表現したかつ
たので、それならハート型が一番いいじゃないかと
思ったんです。そういう訳で、絵の中のハートは全
て人を表しています。中心の大きな半分青で半分
ピンクのハートが、二つの心と戦う私です。下の方
にいる黒いハートが、そんな私をあざ笑う奴らです。
上の方にいる緑のハートが救いの手をさしのべよう
とする方達です。そして、両脇にいるのが、緑の心
を持つべきか、黒い心を持っても良いのか迷って
いる人達です。そして、黄色の曲線が喜びの声で、
赤の曲線が悲痛の叫びで。私の心情と、身の回り
の状況を素直に絵にしました。ただ、それだけで
す。心の向くままに、私の吃音の思いを表現したく
て、クレヨンと指を動かしたら、あんな作品になりま
した。

私は美術部員なのでこんなことを言いますけど、
絵にはその絵を描いた人の思いや願いがこもります。
私の吃音スティグマには、絵にしたこの現状が、
少しでも良くなりますように、今は少ない私達の事
を理解してくれて、救いの手を差し伸べてくれる方
達が、少しでも増えますように。吃音が有る人達が、
もっと快適に生活できる社会になりますように、とい



絵(左)とことば(右)
が同色対応

う思いと願いが込められています。

小学生グループ ご両親グループ

K. H君 (小6)

ぼくは初めて、吃音のつどいに参加して思ったことは二つあります。

一つ目はちがう見方です。ぼくは吃音を治したいと思っていたのですが、話し合いの中で別に治さなくてもいいと思っている人がいて少しびっくりし、そして前向きに考えていてすごいなあと感じました。

二つ目は人数です。来る時は、多くて50人くらいかなあと思っていました。しかし思った人数の2倍の人数で、思ったより吃音の人がいるのにびっくりしました。

ぼくは吃音のつどいに参加して良かったなあと思いました。また時間があったら参加したいと思います。

N. Hさん (お母さん)

段々と、自分の気持ちを親に話すことを恥ずかしくなってきたようで、今回の手紙(つどいの感想)も

私には見せてくれませんでした。(兄には見せてました)

「自分の気持ちを素直に言える場所がある」という事だけでも、彼には大きな心の支えだと思います。今回の参加で吃音との付き合い方が広がったと思えました。

これからも彼が彼らしく主張してもらえるように、見守っていきたいと思います。

民 遼祐 (小学生グループ スタッフ)

午前中の絵のワークショップはとても良かった。自己表現アートで吃音を表現する考えはとてもユニークで、新しい吃音への考え方が芽生えるいいキッカケになったと思っています。右に習え文化の日本では、回りの人と違うモノ・感性・表現などを持っているだけで、変人や異質者など白い目で見られることが多いです。

これは、吃音に置き換えても同じことだと思います。このことに対して、自分を褒め愛でる、回りの人から褒め愛でて貰えるという考え方は本人にとっては励み、勇気づけられるものだと思います。私は、この考え方でたくさん救われてきました。今回のワークショップはとても共感できる内容で、こ

明るく、元気に

さんぽ (の替え歌で)

作詞 榊原慶二

72 ん でー 72 ん でー い い た い こ と かー

お も っ てー と み り に いー えー 72 い ん

で ん れ にー 72 れ せー じー 72 れ いー

お じ さ っ ー いー た い さ せ か ん は い 3 うー

お か っ て 山ー 3ー ん と も い 3ー

つですね。子供が夜寝る前、うちでは毎日おやすみギューー！チュ！をしています。4月から小学4年生になる男の子ですが、いやがられるまではしよう！と思いました。ハグだけはこれからも毎日していきたいですね。

親子別話し合いの午後

A. M (小3男子のお母さん)

グループの中で私は自分の表現を片足を前に上を向いてニコニコ笑う、それをしました。

そう思う自分を作ったからです。榎原さんのお話しとリンクする部分がありますが、我が子は今、クラスの特定の、いわゆるガキ大将な存在の子から「無視」されています。だから私は絵を描く時間に「喜怒哀楽」を表現しました。子供が「喜」なら私も「喜」他もそれに然ります。泣いてその事を話す我が子。胸が締め付けられる思いでした。

子供に私がその時言ったこと。「母ちゃんは何があっても絶対、息子の味方。話してくれてありがとう。一緒に考えていこうね」

私にその事を話すまで、実に2ヶ月近くありました。

作詞 榊原慶二

Handwritten musical score for a song. The score is written on five staves, each with a treble clef and a key signature of one sharp (F#). The time signature is 4/4. The lyrics are written in Japanese and are aligned with the notes. The score includes dynamic markings such as *mp* (mezzo-piano) and *mf* (mezzo-forte). The lyrics are: 1. じー うー じー じー じー じー じー じー じー じー 2. うー じー じー じー じー じー じー じー じー じー 3. じー じー じー じー じー じー じー じー じー じー 4. じー じー じー じー じー じー じー じー じー じー 5. じー じー じー じー じー じー じー じー じー じー

た。気付いてはいましたが、息子が話してくるまで、さりげない声掛け程度にしていました。息子の中で飽和状態になり、吐き出されたものを涙を堪えながら聞きました。嫌なことをされれば、その気持ちが分かる。嬉しい事をされれば、その気持ちが分かる。悪いことをすれば、それは自分に返ってくる。良いことをすれば、それは自分に返ってくる。

母子だけではなく、家族がみんな同じ方向に進む、その為には、話をたくさんたくさんすることだになって、やっぱり思います。だけれども、それが難しい事もあるのもそれぞれの家庭、考え、様々だと思います。そんな時の「ノンバーバルコミュニケーション」貴重なお話でした。

つどいに来られる子供、私達親、何かを感じたく、そして自分の居場所の一つ。それをも実感できる場所。どうか一人で抱えないで。同じ悩みを持つ親同士でしか話せない事もある。子供の歳は違えど、分かる部分はたくさんある。言葉でうまく伝える事ができなくてハグしたママさん。私は実はとてもネガティブな性格です。だから敢えてポジティブな言葉を出すよう心掛けてます。でも性格は変えられないので、ひとりグズグズ泣いたり落ち込んだり、そんな日々の繰り返しです。

どっぴり落ち込んだら、よいしょ！ってまた一歩進もう！と今の私の想いです。

吃音がある、ない。小学生だから、中学生だから、高校生だから、大学生だから、社会人だから、専業主婦だから…。みんなそれぞれ置かれている立場は違います。

つどいに来ている方々もです。一人一人違うように、一人一人やり方は違うかもしれない。ですが、色んな意味合いで、良くしたい、聞きたい、話したい、との想いは同じではないでしょうか。なので我が家は家族揃ってこれからも参加させていただきたく存じます。

もっともっと皆さんとお話をさせていただきたかったな、と改めてつどいに、参加し、思いました。

今回も、準備から当日の司会進行、つどいスタッフの皆様、ありがとうございました。心から感謝申し上げます。また是非参加させていただきたいです。

榎原 慶二（作詞担当、ご両親グループスタッフ）

高校では合唱部に所属しており、そこでの経験を生かしてグループ出た日々の葛藤や悩みを繋ぎ合わせて歌詞にしました。

自分自身の問題ですが、普段は目を逸らしてしまいがちです。しかし、同じ環境にいる人達の中ではそんなことを考える必要もなく、曲に相応しい歌詞がどんどん頭の中で浮かんできました。「この曲がもっと広まって、少しでも悩んでいる人達のためになれば…」という思いも沸き上がってきました。

今放送中の月9ドラマ「ラヴソング」ではありませんが、自然とそういった思いも出てきたのです。

歌詞の内容が飛躍しすぎているなど、まだまだ完全な形ではありませんが、この曲が皆さんのために少しでもなれば幸いと思っています。

あいざわ るつこ（イラストレーター、えほん作家、

表現アートファシリテーター、明星大学非常勤講師）

◆ 表現アートについての解説とおすすめ ◆

アシスタントさんも含めて135名も集まった、3月20日の青少年のつどいは、佐藤さんはじめスタッフの皆さんの長年の献身の積み重ねのおかげで成功しましたね。私は、表現アートという立場で参加のお誘いを受けたのですが、吃音という理解されにくい症状を抱え持った皆様（私も含めてなのですが）のお役に立てれば本望なので、少しここで補足説明させていただきます。

私は、小学5年生から、言葉が思い通りにならない恐怖（吃音）にとらわれて、青春時代を殻に閉じこもっていました。絵は黙って描けるので、ひたすら打ち込んでいましたが、人間関係で成長する部分はかなり偏っていました。

今回行った表現アートは、50歳を過ぎてから、絵本で得たお金でアメリカで勉強しました。50歳過ぎてましたが、それ以降は楽しく、仕事や制作、やってみたかった共同作業に積極的に取り組めるようになりました。人とのコミュニケーションがすごく楽になったのです。

私が吃るんじゃないかという恐怖に耐えられなくなって、表現アートの飛び込んだ時、吃らない人でも、不安に苛まされる人はたくさんいることに気づきました。人間は不安、恐れを敏感に感じ、だからこそ、本来は身を守るはずのその危険予防の感覚（不安、恐怖）に押しつぶされてしまう動物です。私は、表現アートで、恐れ、不安と向き合うことを学んだわけです。うまくしゃべれる練習をしたわけではありません。

絵が下手だと思い込んでいる人は、左脳で描いている！左脳は批判的で、非常に効率良く、世の中、生きようと思うかしい奴なんです。そこでモードを右脳に変える練習をするんです。批判者を黙らせる。批判者は左脳ですから、言語なんです。

言語脳が批判する。私も吃音なんですけど、吃音は言語です。自分で自分を批判しちゃう。「また、どもった！」まわりは誰も気にしていない。自分で一番気にしちゃうんですね。それは、生い立ちもいろいろあるんですけども…。

ナタリーのワークショップには、若いロシアの女性吃音者が来たというも載っています。また吃音者だけでなく、他にパニック症候群とかうつとか、いろんな人達が来ます。それは別に精神病院に行く人達じゃないんです。普通に暮らしている人でも、なんか一杯抱え込んでいる人達がいる、今は。そこで自分を取り戻す。「自分が自分の主人なんだから、私が良ければ良いんだよ！」という世界を、自分で育てないと。親が育ててくれなかったから、育てないと…、育てていくワークなんです。

茅ヶ崎リハビリテーション専門学校 学生

失礼な言い方をしていたらすみません。吃音のつどいに初めて参加してみて、思ったことをそのまま書きました。

小学生グループの話し合いにて、皆自分の吃音に対して様々な考えを持っていることに驚きました。「自分の吃音について友達に話したか」という質問に対して、それぞれ話した人もいるし話していない人もいて、様々でした。様々でしたが、皆それぞれ自分の吃音と向き合っており、悩んでいながらも、過ごしているということが分かりました。本当に自分のことについてよく向き合っていると思いました。

スタッフの中に吃音を持つ人がたくさんいることは、小～高校生にとってとても心強いことだと思います。小～高校生達にこれから起こる色々なことを、スタッフの方達はもう既に経験しており、色々と考えも持っている。だからアドバイスもたくさんもらえる。これは理想の関係だと思いました。吃音の悩みは、その当事者の方がよく分かるし、適格な助言を出来ると思います。

私は、吃音の無い立場からどんな支援をしていくことが出来るのか、考えていかなければならないと思いました。

最後の一人一言のところで「自分以外にも吃音の人がいると知ることが出来て嬉しい」と言ってい

る子達は何人かいて、つどいが皆にとって重要な場所なのだという感じました。と同時に、普段過ごしている生活の中では、同じ吃音の人や理解してくれる人が少ないのだらうと思いました。つどいには、自分の話を出来る場所と、話を最後まで聴いてくれるあたたかい仲間がいるのだから、本当に大切な場所になっているのだなという感じました。

私はこの吃音のつどいに参加するまで、吃音についてあまり知りませんでした。話す時に少しつかえてしまう、話しくそうだな、くらいにしか考えていませんでした。その先にある一人一人の生活に吃音が影響してくるという所まで想像が及びませんでした。しかし、つどいに参加することで吃音がどういうものか、どんな風に困っているか、どんな話し方なのか、一人一人吃音の症状が違う、そういうことを少しだけ知ることが出来ました。吃音というのが、自分が考えていたものとは違いました。正直自分の考えが浅かったので、受け止めることがきつかったです。

自分の目で見ないと、この事実は分からないのだらうと思いました。吃音について話を聞いただけとか、本で読んだだけでは想像出来なくて当然なのかもしれないと思いました。吃音を知らない人に情報を伝えられるということに関しても、つどいは重要な役割を担っていると思いました。

私は言語聴覚士を目指して勉強しています。今回のつどいで学んだことを考え、更に勉強し、少しでも役に立てるようになります。

国立障害者リハビリテーション学院 学生

3月のつどいは参加して本当に良かった…と今でも思っています。また勉強会などありましたら、ぜひ参加したいので、お誘いいただけると嬉しいです。

参加したのは初めてでとても緊張していましたが、皆様の温かい雰囲気によってすぐに緊張もとけて楽しく過ごすことができました。アートセラピーでは相澤先生の前向きなお姿にこちらもエネルギーをいただきました。同じグループのお子さんや親御さんと絵を回しながら描く作業によって、みんなと少し気持ちが近付いたような気がして嬉しかったで

す。

午後の時間で私は**小学生グループ**に参加しました。話し合いにおいて、「分かるー!」と共感し合う子供達の様子を見て、つどいが彼らにとって仲間のいる大切な場所、となっていることが分かりました。

また、子供達が自分の吃音と真剣に向き合い、考えて、吃音と共に生きていこうとしている、その力は本当に素晴らしいと思いました。

参加されていたお子さんの一人が、「吃音は100人に一人っていうから、僕は100人に一人の当たりくじを引いたと思っている」と言っていたのがとても印象的でした。彼がどのようにしてそのような考えに至ったのかは分かりませんが、きっとつどいの存在も大きかったのではないかと思います。

私は将来言語聴覚士を目指しているので、言語聴覚士としていったい何ができるんだろう、どうしていけばいいんだろうと終始考えていました。もちろん、「治したい」と思う方に対して、出来る限りの力を尽くして訓練を行うことは必要なことだと考えます。でも、それだけではなくて、当事者の方が今の自分自身を受け入れて、その人らしくのびのびと生きていくためのお手伝いをしていくことが、とても大切なことなのではないかと思います。

温かくて素敵な皆さんと出会えたことに感謝しています。ありがとうございました。

とで、なんとか逆に耐えることができたということもある。絵にする。ことばにすることの意義は大きい。

(代表 佐藤 隆治)

収支報告&後記

	収入	支出	繰越残高
参加費(81組×700円+午前/午後のみ参加5組×300)	¥58,200		
講師謝礼		¥20,000	
案内状発送費(214家族)		¥17,746	
写真代(11月のつどい)		¥2,730	
道具代(画用紙、ノリ、折り紙等)		¥4,028	
合計	¥58,200	¥44,504	¥13,696

◆ステイグマとは、社会から自身に刷り込まれた傷のようなもの。どもってはいは、だめだ。ろくな人間になれないなどという刷り込み・思い込み。そんなステイグマから、解放されよう。

◆芸術は自身の苦しみを描くことから生まれます。小説もそうですし、短い俳句であれ、それを詠むこ