

第91回 小中高校生とそのご家族のための吃音のつどい お料理教室へのお誘い



皆さま、お元気でいらっしゃいますか。新学期始まる前の春休みに、吃音に向き合い、如何にして吃音の問題を考え、学校生活を送っていけばいいのか？ 子供達そしてご家族が、共に考える場です。当事者である大学生、社会人のスタッフ、そしてことばの教室教員が、お子さんの吃音の悩みについて、お話を聴かせていただき、そのご相談にも応じたいと考えております。ぜひご参加ください。お待ちしております。

○対象：吃音を持つ小学生・中学生・高校生、吃音のお子さんをお持ちのご家族、ことばの教室の先生、言語聴覚士(大学・専門学校学生可)

○内容：・昼食作り(何を作るかは、当日のお楽しみです)
・吃音(ことばがどもること)などについての相談会・話し合い
・成人吃音者の体験談を聴く等の勉強会

○持ち物：お箸セット、上履きかスリッパ、エプロン、バンダナ、マスク、持ち帰り用タッパ、タオル(お皿等ふき用)、タオル(手ふき用)、筆記用具



小学生・中学生・高校生の皆様へ

午前中は、お料理(昼食)を皆と一緒に作ります。スタッフのお兄さん、お姉さんと一緒ですので、特にご心配ありません。

また吃音を持つ子どもさん主体で、年代別に分かれて、吃音についての話し合い(相談会)を午後に行います。いつも思っていることや、困ったり悩んだりしていること、学校や友達、将来について等、自由にお話ししませんか。同じ吃音の、優しい大学生や社会人スタッフが聴き手や進行役を務めます。

吃音児を持つご両親の皆様へ

午前中は、ご両親の方々のための話し合いやご相談のできる相談会です。成人吃音当事者による体験をお聴きいただく事も出来ます。吃音の問題について、忌憚ないご質問して下さって構いません。ぜひこの機会にご理解を深めてください。

午後に、簡単なデザートを作りますので、エプロン、バンダナをお持ちください。



開催要項

日時：2026年3月29日(日) 10:15~17:00 (10:00にお集まりください)

会場：東京都 北区立 ^{あかばね}赤羽小学校 ことば・きこえの教室 & 家庭科室(地図参照)

費用：1100円(小学生900円、幼稚園児以下無料)

定員：90名 先着順です。お早めに申し込みください。

申込締切：3月14日(土)



お早めに！どうぞ！

申し込み・問い合わせ先(基本的にはQRコードからお願いします)

①右下のQRコードからアクセスください→ (<https://forms.gle/PcMtf4YAouYhVhdB6>)

②メール、電話で申し込みの際、氏名(漢字、ふりがな)、学年、電話番号、メールアドレス、当日相談したい内容についてお知らせ願います。

スタッフ 西谷 青空 TEL:070-5544-1312

メール: aozoraair1213@gmail.com

③ FAX:03-3901-6510 赤羽小学校 ことば・きこえの教室



主催：小中高校生の吃音のつどい 実行委員会 (NPO 全国言友会連絡協議会)

リーダースタッフからのメッセージ

石田 未来 (Miku Ishida)

みなさんお元気に過ごしているでしょうか。今回、とても久しぶりの対面での開催になります。色々な方とお会いできる事を、今からとても楽しみにしています。

「悔しいなあ 名前が出ない 面接で」

大学入試の面接の際、練習の甲斐があって自分の名前は言えたものの、高校名の頭文字が全く出てこず、とても焦った事を思い出しました。今考えると、そこまで気にする事でもないので、言葉が出ない時に自分の息の音だけ聞こえる時間は、実際に流れている時間よりも、ずっと長く感じてしまいますね。

↑↓上下 太字5つは、日本吃音臨床研究会編「どもりカルタ」より、スタッフが今最も好きなものを選択



イラスト 石橋優樹

浅倉 里緒 (Rio Asakura)

こんにちは！今回のつどいでは、みんなで料理を作ります。今までは参加者でしたが、今回からは初めて、スタッフとしてつどいに関わる事になりました。精一杯頑張りたいと思います。吃音の人同士でお話できる機会はあまり無いと思うので、食べる事を気にせずに参加者の皆さんと交流できたら嬉しいです。一緒に時間を共にする事で、吃音の有る人も無い人も、楽しい時間を過ごせたらいいな、と思っています。

「闘うな 仲良くなれば 怖くない」

私はずっと吃音がコンプレックスです。人前で喋るのはもちろん、人付き合いそのものも苦手です。特に自己紹介はダメで、自己紹介の度に、気絶しそうなレベルで緊張してしまいます。でも、お店で口頭で注文したり、バイト先で簡単な受け答えをしたりと、最近は少しずつ喋る場を増やしています。『案外大丈夫なんだな』と少しだけ前向きに考えられるようになった気がします。



↑ ↓イラスト 里緒

浅倉 万緒 (Mao Asakura)

皆さん、こんにちは！今回のつどいはお料理のつどいです。みんなで一緒にお料理を作って、一緒に食べる事は、心を通わせられるかけがえのない時間だと思います。このつどいを通して、皆さんがより心を通わせる事ができ、同じ吃音を持つ仲間が増えたら良いなと思っています。

「あきらめる 治す努力はしないけど よりよく生きる努力をする」

他の人のようにこれができない、と思って自己嫌悪になり、ネガティブな思考に囚われてしまうのは、とてももったいない事だと思います。私自身、吃音ではないですが足が若干悪いので、ただただ「できない自分」に意識が向いて悲しい気持ちになってしまいう事もあったのですが、「よりよく生きる努力」によって、少しでも「今よりもっと誇れる自分」になれたらいいなと思っています。「よりよく生きる努力」、常に心に留めておきたい言葉です。



森田 優花 (Yuka Morita, 旧姓 小松)

お久しぶりです。2年ぶりのつどい開催となりました。中には初参加の方もいらっしゃるかもしれません。私はこのつどいに出会うまで、吃音とはあまり向き合っておらず、誰にも吃音の事を打ち明けずに一人で抱え込んできました。でもこのつどいに出会い『堂々とどもってもいいんだ』『一人で抱え込まなくていいんだ』と思い、安心したのを覚えています。なので、初参加の方でも安心した楽しい気持ちで吃音の仲間とお話が出来る機会になるといいなと思っています。

「大人になった どもる人 いろんな仕事についている」

吃音がある人でも営業職やアナウンサーなど、話す事を仕事にしている方がいます。私も実際にアルバイトとして接客業に就いた事もあります。最初は恐怖や不安もありましたが、話す事が私は好きなので、好きな事を仕事に出来るのは幸せだなと感じました。なので、吃音を抱えながらも、好きな仕事をするって大事だなと思います。



イラスト 優樹

赤羽小学校までの案内図

※当日は、地図を必ず持ち、かつ余裕もってお越しください。小学校正門入口に、始まるまでの間、スタッフがいます。どうぞ気楽にお声かけください。



住所：〒115-0045 東京都北区赤羽 1-24-6

〈北区立 赤羽小学校〉

JR 宇都宮線・埼京線

・高崎線・京浜東北線

赤羽駅 **徒歩 5 分**

※赤羽小学校には複数の門
がありますが、必ず、
正門からお入りください。



赤羽小学校周辺 Map !

※当日、道に迷った際や緊急の連絡は、スタッフ 西谷青空までご連絡をお願いします。

(TEL : 070-5544-1312 / メール : aozoraair1213@gmail.com)

※正門入口から入校後、上履き（持参の物）に履き替え、履いてきた靴は玄関の指定場所にならべてください。そして右側にある **1 階家庭科室** まで直接お越しください！