

「意味づけを変えられるか 一可哀そうな存在ではなく」

小中高校生の吃音のつどい代表 <https://kitsuon-tsukiau.org/>

跡見学園女子大学大学院臨床心理学専攻修士課程修了

令和8年度 跡見学園女子大学心理教育相談所インターン 佐藤隆治

はじめに

先生方、ひょっとすると、吃音の子供達をととても可哀そうとお感じになられて、吃音を治してあげよう、軽くしてあげよう、改善してあげようとお考えかもしれません。「軟起声」という最初にふわっと優しく声を出す等、私や仲間が行ってはきましたが、一時的な改善効果しかなく、持続性が無い。Sustainableなものではなかったです。吃音問題の解決の鍵は、吃音の受容、即ち自分の吃音の事実をあるがままに認める、そしてその吃音と共に生きていこうという将来像をこれから描いていこうという思いを持つ事だと思います。今日は小学校の時の話もしますが、それ以降の話が多くなります。吃音受容に辿り着くためには、小学校の間、どのような事を子供達ができていたらいいのか、という点をお考えになられながら、お聞きいただければと思います。

どもり始めた頃

ONCE UPON A TIME. 大阪の天王寺という所に、玉のような男の子が生まれました。友達と遊んだりするよりも虫を捕ったり、動物と遊んだり、植物を育てたりが好きな、無口な男の子でした。学校にうさぎ小屋があり、小学4年の日曜日、世話をしに行きました。

佐「今日、うさぎの赤ちゃん生まれてたりするかなあ？そや！T君、うさぎにあげる（苦しそうな難発の後）……クククッさ、校舎の裏に取りに行けへんか？」

T「え？佐藤君一体どないしたんや？うさぎにあげる草やろ？なんでそんな突然、声出えへんようになったんや」

私自身も、ちょっと怖かったですね。友達と喋ってる時に、突然声が出なくなりました。

月曜日の算数の授業です。「この問題分かる人、手挙げて」。私は分かるので「はい」って、手挙げますが、その時に「ひょっとして、クラスの皆の前で答える時、昨日のうさぎ小屋の時みたいに声出なくなったら、どうなってしまうかな？」と、モヤモヤとした予期不安が生じます。そういう時に限って「はい、佐藤君」と当てられるものです。案の定、「エエエン…（円周率と言いたかった）」と、皆の前でどもり始めると、「ガハハハハハ」とどっと笑い声。

「これっ！笑うもんじゃない！」クラス担任は、パッと制止してくださいました。良い先生でした。予想せぬ事が眼前に現れると、つい笑ってしまうのは、子供達にとってごく自然な反応でしょう。笑うほど面白くもなり、雪だるま式に、笑いが笑いを呼ぶ。「笑っても良いのか？」と勘違いしてしまう子供もいるかもしれない。ことばの教室の先生方は、クラス担任に「そういう時はパッと制止してください」と、コンサルテーションしてあげてください。

そういう事でどもり始める、吃音が問題になり始める事がありました。

中学生時代と合理的配慮について

中学1年の後期です。私はやりたくはなかったんですが、学級委員に選ばれてしまいます。

担任「じゃあ、秋の文化祭。このクラスでどんな出し物したらいいか、この学級会の時間、話し合って決めたいので、学級委員2人前に出てきて司会進行してください」

佐「司会なんてうまくいくかな？」

委員は、私男子1人、女子1人。そこでもう一人の女子に、

佐「田中さん、僕ちょっとどもるでしょ。黒板に書く板書係と司会、代わってくれへん？」

田「何言うてんの！佐藤君。板書するのは女の子の仕事で、司会するのは男の子の仕事やないの。アホなこと言うたらアカン」

佐「（仕方ないな）アアア…秋の文化祭ですけど、このクラスでドドどんな事したらええか、みんな意見あったら言ってください」

意外と結構、特に女子が手挙げて意見出してくださいました。「うちのクラスこんな事やったらいいんじゃないですか。こんな事やったら」って、ありがたい事に。でも、どもり・どもりしながら、司会続けるのはちょっとしんどい…。クラス担任は教室の一番後ろで、黒板に背中もたれかけて、進行ぶりを見えています。そこで私はその先生にテレパシーを送りました。

佐「先生。ちょっと司会が全然進まないんですけど。どもりどもりで。今日はもうちょっとこの辺で勘弁させてもらって、そろそろ先生代わっていただけませんか？」

すると矢のように、テレパシーが、先生から返ってきました。

担「いや、佐藤。良いんだよ、それで良い。時間かかるのは構わないから、やれるところまでやってみい」

佐「（仕方ない。じゃあやるか）（改めて前を向いて）イイイ色んな案が出ましたが、ココこの中からドドどの案が良いか、それぞれ案、出してくれた人に、もう一度説明してもらって、多数決しましょう」

当時、学級崩壊は無かったですが、その代わり、ちょっと不良っぽい子とか、家庭に問題があるのか？暴力振るいがちな子とか

いました。不登校という言葉の代わりに、登校拒否という言葉があり、あまり学校に行けてない子もいた。どもる佐藤が、前に出て汗水垂らして、司会進行するのを見て共感してくれたのか？あるいはあいつ頼りないから、協力してやらな、あかんなどという感じからなのか？大勢が集中して取り組んでくれました。不良っぽいと言っている言い方は良くないのかもしれませんが、そういう子達も積極的に取り組んで、結果的に良い文化祭になりました。

今思うとですが、逃げなくて良かった。多様な価値を持つクラスメイトが、ダイバーシティの形で生み出した、インクルージョン教育の一形態に出会っていたのだと思います。私にとって、良い人生経験・自信となった。合理的配慮という言葉がありますが、もしこの時、「佐藤どうする？」とただ聞かれたら、「配慮してください」と言っていたかもしれません。ですので、しっかりと対話すること無く、物分かり良く？配慮するのは、私は良くないと思います。どこまで頑張れそうかを対話して、「できるとこまでやってみよう。後は先生がフォローする」との信頼関係を基に、まずは背中押してあげるのが教育ではないでしょうか。安易に断るような習慣を身につけてしまうのは、どうかと思うのです。

大学生時代の落語研究会での気づき・学び

1. 向かっていくべし…しかし過去の躓きも記憶に有り

大学へは一浪して、です。浪人は苦しかったので、京都の大学、入った時は嬉しかったです。京都は盆地です。また碁盤の目の街並みの向こうに、山がすぐ近くに見えるような所もございます。あれ大文字かな？てなもんですね。さあ、ここで4年間勉強して社会に出るんだ……うん？でもこの吃音の私が、社会に出られるだろうか？うーん、出れそうな気なんかしない。（考える）そうや、受験する前、大学入ったら、落研（おちけん）、落語研究会やってみよかなって思ってたんやな。そや、落研入ってみよか。本読みは好きで得意でした。

でも高校時代、「私はどもりです。どもりを治す練習をしています」と書かれたプラカードを首からぶら下げて、商店街歩いたり、大阪の環状線の中で吃音治す目的の弁論練習したけども、いくらやっても治らんかった。矯正所の先生は、最初の言葉を「ふわっ」と言い始める「軟起声」が最先端だと言って教えてくれたけども、ちっとも効果無かったよな。

2. 人一倍、いくら練習しても…

落研入って、他の部員の2倍5倍10倍練習したら、どもり治るか治らんかはっきり分かるやろ。もし治らんかったも、どんな心持ちで社会に出て行ったら良いのか、そんな答えが見つかるんじゃないかと、清水の舞台から飛び降りた。

先輩「お！新入部員か？」

佐「はい、そうです」

先「新入部員、来てくれてうれしいな。そこのお座布座って。はい。これから入部面接をします。入部動機は何ですか？」

佐「出身は大阪堺市で、土曜日とか、吉本新喜劇見たりお笑い好きで、落研入ろう思いました」

先「ああ、そうか、なるほどな。じゃああなたの趣味、あるいは苦手な事は何ですか？（いくつかのやり取りの後）はい。入部を認めます！」

佐「はあ良かった。入部できた」

先「でも、えらいどもり癖のひどい人が入ってきたなあ。大丈夫かな。じゃあ、小嘶一つ教えますから、聞いててよ。『イタリアのローマ法王がデコピンをした時の音です。バ・チ・カーーン』（笑い）ちょっとこれ、やってみ」

佐「（こころの声：何やこれ、アホみたいやな）ローマ法王がデコピンをした時の音、バチカーンですか？」

先「そや。今度の新入部員歓迎寄席で、一回生は小嘶だけやけどな、出るねん。これやってみなさい。芸名は丸八でええねんな」

丸八「えー道楽亭丸八（まるはち）と言います。これからどうぞよろしくお願いします。『イタリアのローマ法王がデコピンをした時の音です。（こころの声：さあ、ここで受けるぞ）デコピンをした時の音です。（大きな難発で始まり、連発に移行しようとするが、連発のまま）…バ・バババチッ…』」

客1「（最前列のお客さんが隣の友人を肘でつついて）ちょっとあんた、この人えらいもってのはるけど、（首をひねって）ここでひょっとして（さらに首をひねって）『バチカン』って言いはるんと違うか？」

客2「ああ！『バチカン』ね」

丸「そこのお客さん。ネタ言うたらアカン。言うたらアカン。（悲哀こもって）『バチカーーン』」

3. 先輩・同輩・後輩からの精神的ソーシャルサポート（治ってなぞいないからこそ…）

落研のボックスです。普段練習したりする部室ですね。

天海「ああー痛い、痛い、痛い」

丸「あれ？天海（てんかい）さんどうしたんですか？」

蝶飜「いや、丸八。そっとしといたげて。丸八知らんかもしれんけど、天海二回生やけど、ほんまやったらもう五回生なんや。実

は3回留年しててな、この前、九州の親から電話かかってきて、『お前いつになったら大学卒業すんねん。ええ加減にせんと仕送り止めるぞ』と、親からどなられて、それ以来、急性顔面神経痛や」

天「(苦しそうな声で)丸八お前な。落研やめたい思ってるかしれんけど、やめたらあかんぞ、丸八。この前の寄席の新入部員紹介、『立て板に水』と言うよりも、お前『立て板に鳥餅』やったな。一言しゃべるたんびに、どもりどもりで。そのどもるたんびに、K J大学の落研の女子がもうゲラゲラ笑ってたけどな。ようお前、最後まで自己紹介やり通したな。俺な、あの時、どえらい根性ある新人が入ってきたな思って、感心したよ」

丸「まあ、感心した言われても、私あの時、あれで精一杯やったし。これからどない、落研やっていったら、ええんですかね？」
蝶「丸八なあ、丸八が落研入ったのは、その何て言うか、あのなあ、なかなか声が出ないと言うか、そのどどどもると言うか。言うてしもた。それをなんとかするために落研に入ってきたんやろ。お前ここでやめてどないすんねん」

4年間やめずにいました。人の何倍も練習しましたが、治るという事は無かった。しかし入部目的の答えの一つは出ました。落研言うたら喋るのがうまい口八丁、おもしろい連中ばかり。しかし一方、私は、高座で吃音出して喋りますし、吃音は治ってなぞいない。しかしそんな先輩・同輩・後輩の中で揉まれながら、その中で楽しくやっていける事が分かったのが、実に良かった事です。

結婚の前に (スティグマ vs 自己効力感)

浮いた話になりますが、ごめんなさい。うちのかみさんと出会った時の事です。日曜日、電話かかってきました。

妻「あの佐藤さん、今日、上野にね、うちの母がたまたま来るから、ちょっと夜、食事で会ってくれませんか？」

佐「えらい、いきなりやな。まだ正式にプロポーズもしてへんのに、そんなの会える訳無いよ」

妻「今日来ますから、〇〇時に上野に来てくださいね！(ピシャリ)」

仕方ない。行きました。初めて向こうのお母様にお会いする。これまでにないくらい緊張します。

佐「サッ、サッ、サッ、、、佐藤隆治(たかはる)です。〇〇さんには、トトとてもオオお世話になっています(フウッー)」
食事は無事に終わり、その晩、彼女から電話がかかってきました。

妻「佐藤さん、突然呼び出して悪かったわね。でも、よく来てくれたわ。ありがとう。それでね、うちの母親ね、あの後、私に言ってたんだけど。『お前、あんなどもりひどい人と一緒になって、ほんとに大丈夫か？』って。アハハ…ハ。そんな風に言われたわよ」

私の妻は、その時、そういう事を母親に言われて、「アハハ…」と笑い返す事ができていました。これ、「愛はどもりに勝つ」とかを、言いたい訳じゃ無いです。どもる事は間違いなくどもる。別に治ってなぞいない。しかし吃音であっても、どうにかこうにかでもして、なんとかやっていけるんだという(自己)効力感が、妻にはしっかりとあった。「吃音だったら、この人ダメ」という Stigma (スティグマ) に、大人の人ほど染まっていたりするのですが、妻は「私の彼はどもりますけど、それがどうかしました？お母さん」ぐらいな感じでいてくれてた訳ですね。もちろん私自身も、自己効力感 (Self-Efficacy) 持っていました。得意な事はあるし、色んな仲間もいる。

社会人 新人時代の電話 (仕事に、真摯に愚直に向き合う末に…)

新人時代、仕事するにはほとんど電話です。当時メールなんてないですから。まあ、今でも電話できないとダメでしょうが。電話します。(ダイヤル回す動作して)

佐「ホ、ホ、ホ、、、ホホ本田技術研究所の佐藤です」

鈴「はい。〇△会社の鈴木です。本田技術研究所の佐藤さんですね」

佐「ハハハ8月〇日に打ち合わせしたいと思いますが、弊社までお越しいただく事可能でしょうか？」

鈴「はい分かりました。伺います」

打合せの後日、(ダイヤル回す…)

佐「ホ、ホ、ホ、ホ、、、本田技術研究所のササ…」

鈴「あの失礼でなければよろしいのですが、本田技術研究所の佐藤さんでしょうか？」

佐「はい、そうです。佐藤です。よろしくお願いします」

また後日、(ダイヤル回す…)

佐「ホ、ホ、ホ、ホ、、、本田技、ギ、ギ、ギ技術研究所の。あのあ」

鈴「ひょっとして、本田技術研究所の佐藤さんでしょうか？」

さらに後日、

佐「ホホホ、本…」

鈴「本田技研研究所の佐藤さんですね？」

佐「(ちょっと今日は調子悪いかも？でも電話するしかないなあ)(ダイヤル回す…) HHHH…」

鈴「本田技術研究所の佐藤さん？」

佐「ひええ！息だけで分かっちゃった！でも考えてみたら、なんや便利なもんやな」

まとめ

軟起声・ゆっくりと話す練習を続けて、吃音を改善しよう・治そうとする、その努力・苦労は実を結びませんでした。一時的効果のみです。努力の水面下では、症状が出るか出ないか？常にびくびくおどおど。そして出ない様に出ない様にと息をひそめて時間をやり過ごすかのように過ごす私がありました。今回、たまたまもらず切り抜けられた・隠せたが、次はどうなることか、全く見通しが持てない。後から振り返ると、私にとっては、**吃ることへの恐怖・負の感情の増幅でしかありませんでした**。一方、**症状が有っても、自分らしい良き人生を送れるのだという事実は、時間かけて実体験（人の中で、時に吃音症状を出しながら話す事を、何年も続ける）をしてこそ、見出すことができました**。

「**症状の改善・軽減**」と「**どもる事は悪い事では無い。吃音と共に豊かに生きる**」を共に目指すは、私の場合、**相容れない・両立しえないもの**でした。医学モデル的に、症状を取り除こうとするほど、自分らしさ・良さが零れ落ちてしまう。そうではなく、吃音は治らないという現実に向き合い、共に生きる生き方を、吃音を出しながら模索することで、見つけることができたように思います。どもる自分ならではの良き人生を、です。

職場の電話は、研究開発職としての業務を進めるにおいて、調子良し悪し関係無く、必須なため、5年いや10年以上続けます。20年ほど経ち、ふとした時に振り返ると、「新人時代と比べると、改善したと言えるかもしれない…。結果的には」と感じたというのが実状です。そしてこれは、「改善」目当てで、電話をしていたものではありません。仕事という目的本位で、必要な場合に、必要な電話行為を続けていました。逃げない様にと、自分に言い聞かせて、です。必要と感じたならば、その時にすぐ電話をする。吃音症状の波が悪かろうがそうでなかろうが、後回しにしないです。そんな事を続けた今、電話のみならず、人前での発表も、好きな・得意なものとなっています。吃音症状を私自身のアイデンティティの一つとして、明確に残した形で、です。症状を無くしてしまうと、私ではなくなってしまう。吃音は私の記号・個性のようなものと考えられています。

森田療法生活の発見会で、「あるがまま」「目的本位に生きる」の知恵を学んだこと。吃音のセルフヘルプグループ（1984～2008年度の東京言友会）、日本吃音臨床研究会主催ワークショップ（論理療法、認知行動療法、竹内レッスン、ゲシュタルトセラピー、ナラティブアプローチ等）や会報スタタリング・ナウでの学びの積み重ねもとても大きいです。

注：丸八、天海、蝶飜：落語研究会での芸名。部員は在学時（卒業後も）、本名ではなく、全て芸名で呼び合うのが習慣。

全国公立学校難聴・言語障害教育研究協議会主催「はじめのいっぽ 2025 卒業生に学ぶ 吃音」にて発表した（2025年8月6日、於国立オリンピック記念青少年総合センター）ものに一部加筆。全難言協機関紙第44号『きこえとことば』にても紹介。

先生方からいただいた ご感想

埼玉県越谷市立西方小学校ことばの教室 藤村千恵子

私にとっては、「吃音のつらい代表の佐藤さん」「優秀でリーダーすごい人！」という存在でしたので、経験談を拝読し、佐藤さんにもこんなことがあったんだな、と何か親近感と言いましょか、そんなものを感じたのが第1感想です。文中、印象に残ったのが、「逃げなくてよかった」「吃音は治っていない。しかし、先輩・同輩・後輩の中で揉まれて、そして楽しくやっていけることが分かった」「吃音であっても、どうにかこうにかでもして、なんとかやっていけるんだ」というところです。「配慮」「支援」をするのが、ことばの教室ですが、その言葉をきき違えないようにしようと思いました。文中にもありました「どこまでがんばれそうかを対話して、まずは背中を押してあげる」・・・そんな教室にしたいと思いました。「失敗」という言葉はない、全て「経験」だと聞いたことがあります。子供たちの自己効力感を育てるためにできることをしていききたいと改めて思うことができました。たくさんのお話・資料、ありがとうございました。

埼玉県越谷市立蒲生小学校ことばの教室 前田友美子

佐藤さんの実体験、発吃から大人になるまでのことがリアルに伝わってきました。特に中学時代の学級委員の体験を読んで、はっとしました。合理的配慮はとても大切なことですが、配慮しすぎることは、その子の成長のチャンスを潰してしまうこともあるということに気付かされました。「うまくいくとは限らないけれど、やってみる」児童がそう思えるような関係が築けたら素敵だなと感じました。佐藤さんの担任の先生は素晴らしい対応だったのだなと思いました。このような経験を通して「吃音であっても、どうにかやっていける」という自己効力感が育まれていくのだと思いました。そんな後押しができる担当でいられるよう、日々、子供達と向き合ってきたと思います。

埼玉県越谷市立桜井南小学校ことばの教室 石澤彩佳

私は、大人の吃音者の方のお話を伺うのが初めてだったので、これまでの吃音の経緯について知ることができ、大変勉強になりました。思春期の多感な時期から就職、結婚に至るまで苦しい経験についても赤裸々に書かれており、書籍では分からないリアルな様子を伝わってきました。今、自分が担当している子供たちも成長していくにあたり、進学・就職・結婚等人生のターニングポイントがあると思います。そのような岐路に立った時、どこまで頑張れそうか、乗り越えられるのかという葛藤を経験しながら進んでいくのだなと感じました。「自分は吃音があるから」と諦めたり、回避したりするのではなく、「吃音に関係なくやりたいことをやる、挑戦する」という姿勢で生きていけるようにことばの教室担当者として関わっていきたいと思いました。

東京都足立区立中川東小学校ことばの教室 大森真梨萌

小学生のころのエピソードでは、在籍学級の教員の毅然とした接し方がいかに大切かということを改めて感じました。最近担当している児童からは、学級担任は吃音を分かってくれているけれど専科の先生が吃音を知らなくて「早く言いなさい!」と怒られてしまったという相談を聞くので、在籍校の児童に関わる先生方への情報共有を促していきたいです。

また、中学の先生も、佐藤さんの様子を見ながら、「この子はできる!」と信じて、「時間がかかるのは構わないから、やれるところまでやってみたい」と安心してチャレンジできる言葉選びがとても素敵だなと感じました。佐藤さんの「逃げなくてよかった」という思いを産むことに繋がったのではないのでしょうか。

そこから先の大学（落研）時代や社会人でのお話は、それまで培ったことを土台に、吃音があっても、どうにかこうにかやっていける、楽しいこともある、を体現したような内容でした。

ことばの教室の教員ではあるけれど、吃音のない私が「吃音があっても、楽しい人生を送れるから大丈夫だよ」と子どもに言っても、伝わらないよなあ...と常々思っていました。辞めずに続けていたらなんとかかなった、無くす努力はやってみたものの効果はなさそうということがだんだん分かった、という佐藤さんのような当事者（の具体的エピソード）と子どもをつないであげることも、自分にできることだと思いました。

元埼玉県白岡市立篠津小学校ことばの教室 西田立郎

さすが元落研の佐藤さんのお話でした。経験の浅い先生方（多くは、どうしたら流ちょう性の軽減を図れるかを学びたい）を前に、自己紹介からしっかり吃り、会場を凍らせるマクラから、軽妙な笑いの中に吃音問題の本質を解き明かしていただきました。

意図されていた訳ではないのですが、私には「笑い」というテーマを考えさせられました。吃音のある子どもたちが一番気になる「笑い」、吃音の悩みの最初の出会いとなっています。小さな子どもたちらしい悪意があるわけではないけれど「つい」出てしまう笑い。正に悪意のある「笑い」。不条理を吹き飛ばす「笑い」。愛情に満ちた「笑い」etc。吃音のあるなしに拘わらず、人と人との繋がり様々な側面が現われています。

佐藤さんの吃音と共に生きる選択が、「吃症状」よりも佐藤さんの「ことば」に聞き入る私たちに「笑い」と教室の子どもたちに伝えたいという感動に変化していきました。