

栃木言友会会報

交流会報告 No. 183

2018年5月1日

発行責任者：古川 元一

編集責任者：古川 元一

TEL:090-3138-1507

【目次】

表紙	「NT宮」(N市)	S S P 1
巻頭言		N S P 2
交流会報告	栃木言友会の皆さん	P 3~6
次回交流会案内		K T P 7

栃木言友会は皆さんが自主的に主体的、

楽しく活動できるセルフ・ヘルプ・グループです

巻頭言

栃木言友会に出会って

N S

まず、私の吃音ですが最初に出始めたのは小学校の3年生くらいでした。

当時は特に気にしていませんでしたが、小学校の高学年くらいから気にするようになりました。特に、全校生徒の前で行う劇などではとても緊張したのを覚えています。

そして、中学→高校→大学と進むにつれ、徐々に吃音症状が悪化していき、人前で話すことを苦手と思うようになりしました。

大学卒業後は奇跡的に就職ができましたが、人と話すのが苦手なため、電話がうまく出来ないなど、仕事において吃音をハンディキャップと感じる日々が続きました。

そして、就職から2年ほどが経ち「吃音をどうにかしなければ・・・」と思い、言葉の教室などを探し始めた時に栃木言友会に出会いました。

最初は恥ずかしいという気持ちから、実際に行くかどうか悩んだのを覚えています。しかし、勇気を出して行ってみると、とてもアットホームな雰囲気、周りの方も吃音であるということに安心しました。

また、毎月の集会で3分間スピーチや吃音改善研究会に参加していくうちに、徐々に人前で話すことにも慣れていきました。

集会以外でも、7月頃にある〇例会や年末の忘年会などのイベントでは、自分一人では絶対にしていないであろうことを色々体験することができました。栃木言友会に入り同じ吃音の仲間の方に支えていただいたおかげで、これまでしてこなかった経験をすることができました。以前よりも人間として成長できたと思っています。

また、人前で吃ることに対する抵抗が少しずつ減っていき、以前よりも吃音を気にしなくなりました。そして、吃音も少しずつではありますが、徐々に改善していると感じています。勇気を出して言友会に行って、本当に良かったと思っています。

最後になりますが、栃木言友会の皆さま及び、会長の古川さんには感謝の言葉しかございません。私の吃音が改善しているのは、皆さまが親切にして下さったからだと思っています。これからも言友会を続けていきたいと思っています。是非よろしくお願い致します。



交流会報告

日時：平成30年4月22日(日)

場所：とちぎ福祉プラザ 403会議室

栃木吃音改善研究会 進行：Tさん

栃木言友会総会 進行：古川

参加者：K、TK（初参加）、T、FK、N、F、古川 計7名（敬称略）

1. 近況報告3分間スピーチ（教師になるとしたら科目は）

K：去年の関東ブロック大会以来の参加になります。

父親が実家に一人なので月に2、3回は帰るようにしています。

帰らないと毎日のように電話がかかってきます。80過ぎにしては健康なのですが、とにかくよく喋ります。外食に行ったら店員に話しかけ、近くにいる客にも話しかけます。他の人の迷惑を考えず話しかけます。

父親の一つ大きな心配は車の運転をやめないことです。隣に乗っているとかなり怖いです。高齢者の事故のニュースが多く流れていますし、早く運転をやめてもらいたいです。そのことを言うと、怒りだしてどうにもなりません。

教師になるとしたら歴史の教師になりたいです。

年を重ねていくにつれ歴史が好きになってきたからです。

TK：出身はT県です。M教育大学に通っています。Sで一人暮らしをしています。F先生（M言友会）の紹介で参加しました。

吃音があるので、吃音を卒業研究にしたいです。大学3年生です。

古川：携帯電話が時々クローズになってしまい、使用出来ないときがあります。

バッテリーを入れなおすと使えるのですが、そのつど時刻を合わせるので大変です。時間を見つけて更新に行ってきます。一時はスマートホンを考えましたが、インターネットは自宅のパソコンで充分見られますので、ガラケーの「らくらくホン」にしようと考えております。

自宅の庭に咲いているつつじが満開です。今年は特に赤い花が見事に咲いており、外廊下から座布団を引いて花見をしたいです。

宅配をしてくれる生協からH町の米を買いました。栃木県南は米を作る前にビール麦を作ってから稲作をするので、県南の米より県北の方が美味しいと言われており

ます。妻の実家から送られてくる米と同じくらい美味しいので満足です。

教師は社会科が良いです。歴史や地理などの教壇に立ってみたいです。

F K : 今年に入り T の実家に行く事が多くなりました。父が脳梗塞で入院して、お見舞いに行った時は元気な様子でホッとしましたが、長いリハビリ入院になりました。左側に麻痺が残り、要介護になってケアマネジャーが付いてくれたので安心していましたが、デイサービスを断ったり提案に聞く耳を持たない様子を母から聞いて啞然としました。

ずっと家の中で過ごしているので実家に行くと公園の散歩やお花見を誘いましたが「トイレが心配だから。」「また今度行こう。」の返事で引きこもりの状態になっています。少しずつでも外出できるようになってくれたらと思っています。

教師になるとしたら、体育の先生です。勉強より体を動かす方が得意な気がします。

T : 子供の W 受験の結果がわかり、悲喜こもごもの状態です。

良かれと思ってしたアドバイスが裏目に出てきそうな気がします。

長男は Y 校に通う事になり、私の送迎も増えてきました。

春先に植えたジャガイモの芽が出、種で植えたレタスやオクラの目も出ました。

連休中はトラクターや軽トラックを入れるビニール小屋を再生したいです。

今の職場では以前は朝のミーティングはしていませんでしたが、仕事に緊張感をもたせることと、吃音の私には良いトレーニングと思い、所長ヒヤリングの時提案しましたら、すぐ採用してくれました。ただ月曜日班長になると、話すことの不安が起るため車の中でスマホの音声レコーダーを使って発声練習などをします。

教師になるとしたら、社会科全般です。学生時代から地理歴史は好きでした。そして私の時代は政治経済社会という科目もありましたが、これはあまり好きではありませんでしたが、役に立ちますので勉強していきたいです。

N : まず近況ですが、2 か月ほど前まで仕事が忙しく残業が多かったのですが、それがひと段落しました。仕事後に時間が出来たので、最近 T の勉強を再開しています。

5月20日に試験があるので目標としている点数を取れるように、気を抜かず勉強していこうと思っています。また、5月26日くらいに両親がこちらの方に遊びにくるのですが、それが今から楽しみです。

GW は実家に戻らないので両親とゆっくりするつもりです。

副題の「教師になるとしたら科目は」は、一応理系なので算数を教えてみたいと思います。残念ながら数学にはもう自信がないので、算数くらいがちょうどいいと思っています。

F：今年は桜の開花が早かったですが、G県で花見をしました。

K公園で、I市の中心部にありながら、木が生い茂っていて、植物園もあり、昭和の雰囲気でした。3、4月と2回も続けて行ったほどです。

吃音について。店員さんに商品の場所を聞く時、吃音が出やすいです。話をする時にあまり口が開いていない事に気づき、発話練習を上下の歯が見える位にやるようにしました、結構疲れますが話を聞き返される事はなく、声もいくらか通って効果はあるのかと思いました。教師になるとしたら、道徳の先生です。

3. 感想

FK：今日は総会、交流会ありがとうございました。古川さんには大変お世話になります。今年度も栃木言友会の皆さんとお会いできるのでとても嬉しく思います。宜しく願い致します。Sから来て下さったTさん、また是非来ていただけたら嬉しいです。

今日は父の話をしましたが、Kさんのお父さんのお話と真逆の悩みだったので驚きました。趣味など見つけて親子共々前向きに生活していきたいと思います。お菓子のお土産も頂きありがとうございました。

K：久しぶりに参加して多くの人と話ができてよかったです。もっと参加したい気持ちはあるのですが、長時間電車で揺られていくと思うと躊躇してしまいます。吃音改善研究会のY法は私には合っているのかなと思っています。交流会の後はいつも言葉が出やすくなります。今年度もホームページの担当になりましたので、忘れることなく更新していきたいです。

TK：今日バスの乗り間違えで遅れましたが、話してくださってありがとうございました。吃音改善研究会などいろいろな情報があると勉強になりました。

N：皆さんお疲れ様でした。2か月ぶりでしたが、久々に参加することができて良かったです。まず、吃音改善研究会ではY法で話すことで、吃音が抑えられると改めて感じました。すごく話しやすくなるので日常生活にもうまく取り入れていきたいと思います。また、自己紹介など取りやすい言葉の練習をすることができるのでとても助かっています。これからも毎月の交流会に参加し、練習を継続していきたいです。今年も1年間よろしくお祈りします。

古川：本日の交流会お疲れ様でした。前半、Tさんに研究会をお願いして、後半総会を開催させて頂きました。今年も昨年度の活動内容と会計報告について承認を頂き、ありがとうございます。

3年前くらいから参加者が少なくなって来ています。昨年も同様に、私の身体のこともあり栃木言友会の役割がある程度の成果が出てきて終わってよいかと思い、昨年の総会で会長を辞任する旨をお話させて頂きましたが、参加される方が少なくても来て下さる方のために引き続き会長として活動をさせて頂きます。栃木言友会事務局に問い合わせも時々ありますので、対応を確りしていきます。

また、このような自助グループは細々でも活動をすることで、悩みを抱えて相談する方へ出来る範囲で支援することも大切な役割だと考えております。

3月交流会にY新聞社のT様が取材に来て下さり、記事が4月15日に掲載をされました。記事を見られた方からも問い合わせがありましたので、会の存続は大切だと感じる次第です。(蛇足ですが勤務先の職場からも新聞に掲載されておりましたね、凄いですねと声をかけて頂くと嬉しいです。)今回の交流会にも県外から、T都のTさん、S県のFKさん、M県のTさん、遠方からのご参加ありがとうございます。歳と共に体力は衰えてきているかと思いますが、今年も会長として活動をさせて頂きますので、ご支援宜しく申し上げます。

T：毎年思うことですが、会長、事務局長に活動報告書や収支報告書を作って頂き、ありがたい気持ちと申し訳ない気持ちが交錯します。

今年もお疲れ様でした。そしてありがとうございました。

F：平成30年度の総会があり、巻頭言や交流会の担当を決めました。人数が足りない時がある為、会員や購読会員にお願いしますが、快く引き受けてくださったり、写真も提供して下さるので、感謝の気持ちで一杯です。

事務局として、会報を読んで栃木言友会に参加をしたいと思ってもらえるように事務局の役割を果たしていきたいと思いました。

また、M教育大学のTKさんも初参加され、休憩中お話しが出来ました。

次回交流会は5月26日(土) 14時00分より交流会を開催します 会場はとちぎ福祉プラザ会議室です

5月交流会は第4土曜日の26日です。ご注意ください

今月の交流会担当は古川です。

会報読み合わせ：各地言友会の会報を皆さんで読んで見ましょう。

近況、交流会内容、感想も当日、またはメール（郵送）で、交流会終了後、3日以内に頂ける様ご協力よろしくお願ひします。

栃木言友会会費納入先、お近くの郵便局から

郵便局口座番号 00190-1-760304 口座名称 栃木言友会

会費納入 会員： 購読会員： (敬称略)

5月26日(第4土曜日 403会議室) 6月24日(第4日曜日 301会議室)

次回交流会のお知らせ

日時・開催場所：5月26日(土) とちぎ福祉プラザ 403会議室
14時00分～16時30分 栃木言友会交流会
〒320-8508 宇都宮市若草1-10-6 TEL028-621-2940
1階の案内は栃木言友会交流会になっています

交流会内容：近況報告 「新聞記者として取材したい内容は」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」 担当：T

交流会Ⅱ：「各地言友会会報の読み合わせ」 担当：古川

連絡先 〒329-4425 栃木県栃木市大平町新 1385-33 古川元一
携帯 090-3138-1507 E-mail:genyut@mocha.ocn.ne.jp
栃木言友会ホームページ <http://tochigi.sakkt.net/index.html>