

栃木言友会会報

交流会報告 No. 193

2019年3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	「S通い」(栃木市) F T P 1
巻頭言	F K P 2
交流会報告	栃木言友会の皆さん P 3~7
次回交流会案内	F T P 8

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

「Sちゃんは自分のNが言えない」

F K

この映画の事を交流会でお聞きしました。
昨年の夏に公開していましたが、なかなか観に行けなかったので良いきっかけを頂きました。

ストーリーは、高校一年生のSは上手く言葉が話せません。
入学式の朝から自己紹介の練習をしていたのにNが言えずクラスメイトに笑われてしまいます。周囲と馴染めない志乃と、音楽が大好きなのに上手く歌が歌えない加代が、音楽を通して葛藤しながら変わっていきます。

原作者のOS氏が吃音に悩んできた体験がベースになっているそうです。志乃の心情に共感したり、学生時代を思い出しながら映画を観ていました。

映画、テレビ、新聞、さまざまな啓発活動により吃音が知られる社会になってきています。
毎月送っていただく会報では新聞からの転載記事や各地の言友会の活動や大会の報告、いろいろな情報を知る事が出来ます。

交流会での腹式呼吸や自己紹介、スピーチ練習などのおかげで苦手な場面での緊張度合いは減っています。
皆様、ありがとうございます！
また交流会でお会いできるのを楽しみにしています。



交流会報告

日時：平成31年2月23日(日)

場所：コンセーレ（栃木県青年会館） 302号室

時間：14:00～16:30

交流会Ⅰ 進行：T

交流会Ⅱ 進行：S

参加者：SB、TD、O、S、T、古川、F 計7名（敬称略）

1. 近況報告3分間スピーチ（節分の思い出）

TD：S県K町からきましたTDです。

年明けから目が充血して、カスミ、光が眩しくて夕方になると疲れてしまいました。やっと良くなり、参加する事が出来ました。

節分について。節分の日にU市に泊まり、しもつかれが食べたくて、何件か周りました。寿司屋の裏メニューでやっていて、食べる事が出来ましたが、決しておいしく食べられるものでは有りませんでした。

O：遅くなりすみません。NS市から来ました。

前回参加させて頂いて、悩みを打ち明けることができ、仕事上でもどもる回数が少なくなりました。

言友会に参加させて頂いてから、3日間位はどもる事もありましたが、それ以降はどもる事はありませんでした。

今週、社内で私の支店で全員を含めた大きな総会があり、司会進行をする事になりました。

司会進行は今回で2回目ですが、吃音も調子が良いので落ち着いて無難にこなすことが出来るのでは…と思います。

節分ですが、娘は1歳になり歩けるようになり興味津々です。豆まきをしたら歩いて食べようとして、豆まきをした後、直ぐに回収する変わった豆まきをしました。幼稚園でもどういう豆まきをしたか、妻が先生に聞いたら、豆をティッシュに丸めて食べないように豆まきをしたそうです。

SB：Tの東Y市から来ました、SBです。

最近仕事は忙しく、終わらない分を休日にこなすことがあります。本日は遅れての参加となりましたが、交流会の一部に参加することができてよかったです。

S : 皆さん、今日は。そして有難うございます。

昨日のうちに、H2が、Rに1度着陸し、サンプル採取ができたことを、今朝のニュースで知りました。地球人類史上初の快挙だそうです。私も嬉しく思います。

私の身体的なことでは、昨日の夕食後に、左上の奥歯からの3本ブリッジが、ツマヨウジの力ではずれてしまい、今朝、診療40分前にかかりつけの歯医者さんの所に行き、2番目に治療していただきました。

また今日は、父の十三回忌の祥月命日です。今月のご供養行事はできないので、2月21日にお坊さんの資格のある方に来ていただき、自宅で法事を行いました。

副題の節分の豆まきですが、私の育った家では「福は内、福は内、鬼は外。」と言いながら、「福は内」の時は天井に豆を投げ上げ、「鬼は外。」の時は、豆を外に投げ終ると同時に、母がイワシの頭の焼いた半焼けをヒイラギの枝にさした物を戸口の内側に置き、戸を閉めました。

一升マスの中にいり大豆を持って父が手本を示した後、子供も一緒に豆まきをし、母は半生焼きイワシの頭の枝を持ってついてまわり、家の中の窓や戸のある各部屋で行いました。

ことばの教室担当となり、それぞれの過程でそれぞれの豆まきのやり方や言葉があり、おもしろいなあと感じていたので、今日参加の皆さんの家ではどんなふうにいやっているのか、またはやっていたか、またはやらないのか、お聞きしたいなあと感じております。

皆さんが育った時のこと、または今のご家庭でのこと、教えていただけましたら有難いと思います。

O市から来ましたSでした。

T : 小学校時代のクラス会を行いました。学年1クラスで42人でした。

42歳の厄除け以来毎年2人幹事で変わり行っています。参加するのは地元に残っている人ですが、還暦の時はTなどからも来ました。ただ6割くらいの参加率でした。

就活3箇所くらい何とかかなりそうですが、5~6年くらい使って貰えそうな所を考えています。

節分の豆まきは、子供が小さい頃は『鬼は外、福は内』でした。今は部屋が汚れると言われ最小の豆をまき、言葉は同じで、その後恵方巻を食べています。

F：いつも乗っているスクーターを修理に出しました。保険の更新、バッテリー交換、椅子の修理、オイル交換もしました。イスは縫い目がほつれたまま、テープで処置して乗っていました。店にあった同じHONDAの古いスクーターのいすと交換しても良いと言って貰い、随分安く直せて、親切な自転車屋と思いました。

先週、Yに行きました。専門学校1年生の頃の親友が、年賀状に会いたいですと書いてくれ、こちらからメールで連絡を取り、Y駅近くで食事をしました。お子さんが6歳とのことで話を聞いたり、元気を頂いた時間でまた今年中に会いたいです。

俳優のHTさんと水泳のIHさんが大きな病気にかかり、どちらも好きな人なので動揺しました。どうか治って欲しいと思います。

節分の豆まきは、私の育った地域（農村地帯）では「鬼は外、福は内～」のフレーズで蒔いていました。北海道、東北は落花生を蒔く割合が高く、興味深いデータでした。私は豆まきは落花生を蒔くものとずっと信じていたからです。節分の頃やそれ以外の日も、実家には落花生がおやつにあった気がします。母親が買ってきたものです。好物なのでそれを食べていました。

H出身の言友会の仲間にも聞いてみた所、落花生が多かったそうです。
K東では大豆と聞いて、成る程と思いました。

古川：2月19日(火)に確定申告に行ってきました。

例年ですと2月15日頃～3月15日頃の間は大平町の施設で開催しているのですが、今年は2月18日～2月28日と日時が短くなっております。

午後に受付をしてしばらく待ちましたが、日時が短くなった分、職員の方がたくさんおられ割と早く申告ができました。今年も戻り金があり、助かります。

映画の祭典で「第61回BR賞」で「Sちゃんは自分のNが言えない」の新人賞で女優の「NS」さんが受賞されております。吃音の事を題材にした映画で賞を頂くことで、世間に吃音の事が少しでも理解されるようになればよいと思います。

子供の頃の豆まきでは、気性の激しい母親から声が小さいとか言われたり、まき方を強要されたりして良い思い出はないです。

4. 感 想

T : 今日の開催場所のコンセーレに来るのは、約 10 年前の栃木吃音ワークショップ以来ですので懐かしいです。あの頃、栃木以外からも多くの支援者も来られて、全国大会が出来ました。S さんはその時が栃木言友会初参加と思います。

当時のコンセーレのフロント担当のHさんが今日見えましたので、10年前と変わらないですね、と言ってしまいました。

S : トイレ休憩の時、3階の階段のそばの方のトイレに行ったので、Oさんと出会えてよかったです。道案内ができました。今日は、ご多用の所、来てくださって有難うございます。

SBさんも、ご多用の所、遠くから来てくださり、有難うございます。また用事で夕食会にしか参加できないとのことでしたが、腹式呼吸の最後の所から参加でき、ラッキーです。

TDさんもご多用の所、遠くから来てくださり、有難うございます。お泊まりはお金もかかるのに参加していただき、有難うございます。

Tさんには毎回吃音改善を担当してくださり有難うございます。大学受験生をかかえる親としてのいろいろな用事がある中でのご参加、有難うございます。

Fさんのご参加は、女性として本当に有難く思っています。特に宿泊を伴うもので女性1人では参加できません。Fさんが参加してくださったので、私も安心して参加できます。有難うございます。

元一さんには、健康に気を付けて生活いただき、今回の会に参加していただき、本当に有難いと思っています。会長職は来年度も更新していただけたらなあと思っています。

最後にOさんが、先月初参加の後、吃音改善のきざしが見えて来たことはラッキーと思います。きっと前回で学んだことを実践しお仕事に活かしておられるからだと思います。大谷さんのしゃべりは99.9%流暢なのだから、そのしゃべりを続けて成功体験を増やして行って欲しいと思います。

古川: 本日の交流会、お疲れ様までした。Tさんの研究会では自分を誉める内容のスピーチ、良い結果だけではなく自分が動きやすくなるように考えるので3月も元気に活動できます。

Sさんの交流会、体を横にすることでさらに楽な姿勢で呼吸ができ、体の中から疲労が抜けたように思います。BGMを使用しての呼吸法、若い時に仲間と大きな夢を語った思い出や、A大陸を車でゆっくりと横断しているイメージが浮かびとても楽しい時間でした。

今月も T から S さん、S 県から T D さん遠方からの参加に感謝します。

S B : 腹式呼吸では体に余計な力が入っていないか感じる事ができ、リラックスできました。どうもありがとうございました。

T D : おいしい物を食べ、おいしい酒を飲み、そして楽しい 2 日間でした。
ただ残念だったのは、会食の前に風呂に入りたかった事です。
ひさしぶりに仲間と会い話をして、心もリラックスする事が出来ました。

F : 長い時間腹式呼吸をして、体も呼吸も調いました。話し方も綺麗になった気がします。
聞き上手は、以前から自分でも模索しており、検索をしていました。相手の印象にのこったフレーズを繰り返す事は、アウトプットされ記憶に残ると思います。
BGM に「H ライト・T ライト」を流して下さって、個人的に好きな音楽です。H ライト～T ライト～♪の部分のみ唄って下さいとの事でしたが、無意識に他の歌詞の部分も口ずさんでいました。

次回交流会は3月23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¹¹プラザ会議室です

今月の交流会担当はSさんです。ご期待ください♪

表紙の写真を提供して下さる方、おられましたらお願いします。表紙の写真が不足しています！景色、植物、観光地、食品など提供頂ければ幸いです。

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いします。

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 購読会員：E、TD（2年分）（敬称略）

4月21日(第3日曜日 403会議室) 5月26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：**3月23日(土) 第4土曜日の開催となります**

とちぎ福祉プラザ 3階 301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 「あなたにとって平成とは？」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」

担当：T

交流会Ⅱ：「腹式呼吸と聞き上手への道 その3 一上級への道一」 担当：S

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>