

栃木言友会会報

交流会報告 No. 196

2019年6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	「ヤギ・Nハイランドパーク」	Y A P 1
巻頭言	S言友会	N N P 2
交流会報告	栃木言友会の皆さん	P 3~5
次回交流会案内	古川 元一	P 6



この栃木言友会会報は、赤い羽根共同募金会の助成金により発行しています。

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

コンプレックスの向こう側

S言友会 GT士 NN

「大切な青春時代が、吃音の事でいっぱいにならないように。」

「吃音に向き合うことが早ければ早い程、大人になって吃音以外の事に目が向くようになると思います。」尊敬する、GT士の先生がおっしゃった言葉です。

私が、吃音のあるお子さんに接する時に、いつも思い出す言葉です。

息子の吃音をきっかけに、広告の営業から転職して、GT士になった私。

私の顔には、20歳前後に、交通事故で負った縫い傷が十数針分あります。

「言われなければわからない」

皆、そんな風に、言ってくれるのですが……。鏡を見ることも、人の目を見て話すことも、怖くて、怖くて仕方のない時期がありました。鏡を見るたびに、泣いていた時がありました。足りなくなった皮膚を伸ばして無理に縫った鼻は特に、曲がっているような気がして……。そんな私が営業マンになった時は、本当に大変でした。お客様の顔を見るたびに、背中に汗が走ります。顔を見られる度に、顔中汗だらけになります。でも、変わりたかった。変わりたくて、変わりたくて、皆の倍、飛び込み営業をしました。1回の訪問では伝えきれないから手紙やメールを駆使し、自分でできない提案は、上司に同行を頼んで……。営業成績がトップになる頃には、顔の傷のことなんて、忘れていました。

これぞ、荒治療……。

20年近く経った今、ようやく、「顔さえケガをしなければ、今頃H女優だったのに～」なんて冗談も言えるようになりました（笑）。

目に見えないコンプレックス、人にはわかってもらいづらい悩み。そういう悩みは、知らない間に頭の片隅に棲み着いて、油断すると頭いっぱい広がります。こらえきれなくなります。苦しくも、なります。大切な時間を奪っていきます。だからこそ、どうか、どうか、今、大切なこの時間が、吃音のことだけで埋め尽くされませんように……。そう願って止みません。悩んで、向き合って、頭が吃音でいっぱいの時期を通り越したその向こうに、きっときっと、本当に見つけたかった何かはきっとある。吃音が小さくなったその影に、何か必ず見えてくる！そう信じて、長い目でずっとずっと、見守れる人でありたいと思います。

今、吃音で苦しい人が、吃音のことを忘れちゃうぐらいに、毎日が輝く何かに少しでも早く出会えますように。

交流会報告

日時：令和元年5月26日(日)

場所：とちぎ福祉プラザ 301会議室

時間：14:00～16:30

交流会Ⅰ 担当：T

交流会Ⅱ 担当：F

参加者：T、H(初参加)、F、古川 (敬称略) 合計4名

1. 近況報告3分間スピーチ(10連休はどう過ごしましたか?)

古川：玄関にツバメの巣、今年も出来てしまいました。最近見かけるようになったかな…とっておりましたら、今朝には立派な巣が出来ておりました。

少し迷惑ですが、今年は何羽のヒナが生まれるのかも見守っていきたいです。

先日の診察で、勤務先から6月以降も勤務して頂きたいと依頼がありましたと、主治医に話したらどの様なお仕事をしているのか聞かれ、詳しく内容を聞いてもらい何とか了解してもらいました。

やはり仕事をすることが心配なのかもしれません。主治医から運動は控えるように言われております。ウォーキングは大丈夫と聞いておりますので、時間を見つけては歩いております。やはり長い時間は身体に負担をかけることになってしまいますので、1時間以内にして後は自宅でホームシアターまでは行きませんがDVDやブルーレイを見て楽しんでおります。

以前、妻が購入した小型のDVDプレーヤーも妻の部屋にまでセットアップして茶の間と違った環境で見る映画も楽しんでおります。将来的にはブルーレイプレーヤーとモニターを購入して、2階の部屋も見られるようにして身体を休める体制を整えていきたいです。

6月末、Sの勤務が終了しますが、数人の方から慰労会のお誘いを受けております。参加を検討されている人数が1グループ10名位になるので、治療中の事もありお断りさせて頂いております。これからも同様の誘いを受けても理由を聞いて頂いて、丁寧に断りをさせて頂く事を考えております。

自家用車の定期点検で夏タイヤの交換を進められました。スリップサインは大丈夫ですが、側面に微細なひびが確認されたので、交換するように話があり、見積もりの結果B社をお願いしております。

10連休は、映画、庭の植木の手入れ、買い物です。

T : 4月より働いている職場、長年働いてきた職場と勤務時間が違うので対策を考えようと思います。同僚同士の間人間関係は今までに良く良いです。

約10人のメンバーで、ひと月に2回ある会議で、先日急に意見を求められました。長めに話しましたが、吃音改善研究会でしている少し速いテンポの抑制法が自然に出ました。

毎月行っているお陰かなと思いました。

10連休あけの11日に、古川会長やS県のTさん他2名の言友会メンバーさんとN町のNさんのコテージに泊まらせて頂きました。

囲炉裏やロフトなどがあり魅力的でした。

我が家の納屋（農業用倉庫）はあまり使ってなく、モノがあふれているので、断捨離して部屋らしきモノにしてはと思いました。

F : 日射しが強くなってきたので、日焼け止めスプレーを使っています。

頭皮にもスプレー出来、顔につける場合は手に一度噴射してからつけますが、冷たくさらっとしています。苦手な液体状と違って頻繁に使っています。

もっと早く知っていればよかったです。「Sカット Pテクト UVスプレー」という名前です。

10連休について。5月1日、親友から元号が令和に変わったとメールを頂きました。その日、時代が変わって1日じゅう賑わっており自分は年が変わって正月がきたような感覚になりました。

後は、K山神社（S市）に夫と行きました。山道も社殿も整備されており、ツツジが咲き誇っていて、地上は暑いのに、K山は涼しく別世界でした。

参拝する所に可愛いイノシシの大きな絵馬がありました。

K山神社は別名、猫神社とも言われていて、神社で飼われている猫と、野生の猫合わせて十数匹が居ましたが、白猫がまずは入口で出迎えてくれたので、挨拶をしました。驚いた事に全部の猫が逃げなかったのです。観光客が猫たちのブラッシングしていたのも、感動的な光景でした。猫じゃらしをもって歩いている観光客もいて、その後を黒猫が付いて歩いていました。K山は不思議でとても面白い場所でした。

3. 感想

H：今日、言友会の交流会に参加させていただき、この交流会を通じて自分の吃音と向き合っていたらいいなと思いました。

T：Fさんが用意して下さった『栃木の掟』という本、普段疑問に思っている事や確認が難しい事実なども載っていますので、時間のある時に読むのに最適な本と思いました。今更ですが、吃改研で行っている抑制法の効果を実感しました。即効薬ではありませんが、長く続けていて身につくものと実感しました。

F：交流会担当をしました。先週から担当の準備を進めるため、「栃木のおきて」の本を家で読んでいましたが、面白くて1人でも笑ってしまうような内容でした。

沢山読んでしまうと交流会での楽しみがなくなると思い、最小限に留めました。

7人集まればと思い、Aで中古で7冊購入しましたが、参加者4名で、進行で早く終わるのでは…と頭をよぎりました。50分かかり、時間オーバーでした(笑)

本当は、ある人(Aさん)が選んだおきてを、さらに他の人(Bさん)が読む方法でもう1周したかったなという気もしましたが、とてもよい経験が出来ました。

古川：本日の交流会、お疲れ様でした。Tさんにご指導頂いている研究会です。毎回同じことの繰り返しに見えるのですが、月ごとに天候も違いますし、気温も肌で感じるものが毎月環境も変わってくるなかでの研究会。同じようですが自分の息使いや体調、考え方などありますので、とても有意義な時間だと思っております。

Fさんの担当の交流会。今まで担当して頂いた「食レポ」や「かるた」など楽しく貴重な時間でした。そして今回、「栃木のおきてについて語ろう」はタイトルからして興味がありました。駅弁の発祥は栃木県と聞いており、私はK駅かと思っておりましたがU駅だったのですね。おにぎりたくわんは合っておりました。たくわんがなぜ二切れなのかは以前ご年配の方からお聞きした話では、一切れでは足りない、三切れだと身を切ると縁起が悪いから二切れになったと聞いた事があります。

本日4名に参加者で少し少ないかと心配しておりましたが、Fさんの内容と進行が上手くとっても楽しい時間にして下さった事に感謝します。

本日初めて参加して下さったHさんお疲れ様でした。

また、お時間がありましたら参加されてください。

次回交流会は6月23日(日) 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

今月はSさんが担当です。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**

7月交流会(今年も猛暑が予想されますのでより中止) 8月24日(第4土曜日 301会議室)

次回交流会のお知らせ

日時・開催場所：6月23日（日）とちぎ福祉プラザ 201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 「父の日と母の日に自分がすること・

考えることは？」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」 担当：T

交流会Ⅱ：「ストレス対策～聞く・話すを練習する～」 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>