

栃木言友会会報

交流会報告 No. 201

2019年11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	「Nウイスキー工場敷地内」(HY町)	SSP 1
巻頭言	S言友会	ISP 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		TTP 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

離島への旅

S言友会 I S

こんにちは。S言友会のIです。2回目の記事になります。先日の台風19号では栃木県も被害が甚大だったと聞いています。被害に遭われた皆様にはお見舞い申し上げます。私の住むところは川の増水はあったものの、幸いにも無事でした。

さて今回記事にさせていただくのは旅行で行ったTについて、旅の魅力とともにお伝えします。私の趣味は旅行です。少しまとまった休みが取れると、カメラを手に今までに行ったことのない場所で、町並みを散策し、風景を撮ったり、現地の料理を食べたりすることを楽しみにしています。N県は栃木県と同様海なし県なので、私は海や島に対する憧れがありました。Tについても初めての場所であったのでとても楽しみでした。

TはN県の離島ですが、Kまで50キロという最も外国に近い場所の一つと言えます。観光客のほとんどはK人であり、今回の旅行でも多くK人を見かけました。しかし昨今の日NK関係からK人観光客は著しく減少しているようです。歴史的には古代よりNの防衛の地であり、大陸との外交の玄関口でもありました。飛行機でFまで行き、H港からフェリーに2時間ほど乗りTに着きました。Tは離島といえどもとても広く、道を走るとすぐに山道になり、島の端から端までは車で2時間ほどかかります。地形が複雑で晴れているときにはリアス式海岸による絶景を見ることができますが、私の行ったときはあいにく雨がちで、あまり良い景色は望めませんでした。

旅行の醍醐味は食ですが、Tの名物は穴子です。ふっくらして肉厚な穴子は今まで味わったことのないおいしさでした。石堀のある町並みや神社を散策したり、2時間ほど登山をし立派な石垣のある山城を見たりしました。また旅の楽しみの一つは宿泊先を探すことですが、今回はTでも比較的大きい町である巖原で、歴史ある禅寺に泊まりました。泊まることができるお寺を宿坊と言いますが、近年宿坊がブームともなっています。きれいに手入れされた庭もあり、静かでお巖かな雰囲気、ゆったりした時間を過ごすことができました。

Tはアクセスが良いとは言えない場所ですが、その分、旅行の気分を味わえました。

今回の旅で歴史や異文化を知ることができとても楽しい旅になりました。皆さんも離島に行ってみてはいかがでしょうか。

交流会報告

日時：令和元年10月20日(日)

場所：とちぎ福祉プラザ 201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：FK（初参加）、F、T、古川、F、S（敬称略）合計6名

1. 近況報告3分間スピーチ（消費税の増税で変化した事）

FK：出身はE県M市です。U市には21年在住しています。

先日の吃音講座でSさんの講演を聴いて、自分の事が理解できました。言友会は昔から知っていて、ISさんやK者宣言も知っています。

吃音歴は2歳半からです。遺伝なのか弟も現役の吃音者です。

仕事はG書士で、外国人関係の仕事もしていて、講演等もしているので、私が吃音者だと知っても信じて貰えない事があります。

高校を卒業し、大学入学した時に今までの自分をない事にしようと思っていました。

先日のSさんのお話が自分の中で整理されました。

T：小学校時代の1泊のクラス会に参加しました。学年で1クラスの小さな小学校でしたが、42人の同級生がいました。42歳の大厄の時から毎年幹事交代で、日帰りの飲み会はしていましたが、年も年ですしこれからは毎年1泊でしょうということになりました。K川温泉のホテルでしたが、12人の参加で、BやTからも駆けつけてくれました。

小中高校と一緒にいましたが、あまり親しい話をしたことがない奴と今回は親しい話をし、彼も小学3年の担任から嫌な思い出があるということを知り、意外でした。彼は勉強はそこそこでしたが、軟式テニスで高校の時はインターハイに出たこともあります。私はその3年の担任のお陰で、言葉が詰まっても発表や話すことが好きだった行動を、たびたび指摘され心身ともに吃音児に区分け？された思い出があります。そんな私ですが、彼ほどではないですけど、高校時代は応援団に在籍し、社会科系のTといえは少しは知られていました。

彼は調理師の専門学校に行きレストランのオーナーをし、今は年なのでU駅東で居酒屋をしているそうです。

副題の、消費税の増税で変化した事ですが、仕事に追われあまり関心なかったです。強いて言えば、食料品は8%でその他のものは10%ということを知りました。

F：先日の台風では、家の前の道路を近所の人たちと総出で泥かきをしました。

靴もズボンも泥に汚れました。長靴を準備しておけばよかったです。

先月の吃音講座がきっかけで、SF障害の本を購入して読んでおります。

SF障害には投薬治療かN行動療法が有効的のようです。ハードルを下げて、行動してゆくといいそうで、いきなり大勢のお茶会に参加などはレベルが高いため、趣味のワークショップに参加したりなどして慣れていくと、圧迫感が減るような事が書いてありました。その本を読んだだけで自分の社交不安障害の傾向も少し治ったような気がしました。

消費税の増税で変化した事は、100円ショップを利用していましたが、100円ショップも今110円なので、ガムテープなどがホームセンターの方が安い場合もあるので、そちらを利用します。

S：皆さん、こんにちは。O市から参りましたSです。

台風19号で、皆さんの家や財産は大丈夫でしたか？幸い私の住む家も近所の家も、風が弱かったため、被害を免れることができ、有難いと思います。しかし、SのW川のそばに実家のある親友のお父様は、親友がご夫婦で無理矢理に車に乗せTの自宅に連れて行ったお陰様で、命をとりとめることができたそうです。

10年程前に立て替えたご実家は、今風の全面フローリングの三間だけある平屋だったので、水没した後の手入れは田の字型の旧農家の家屋よりも簡単とのことでした。それでも二家族総出で、浸水ゴミを出したり、水ぶきを三回以上行ったり、その後0-157の殺菌もできるジ亜塩素酸ナトリムの溶液も使って消毒をするとのことでした。

今まで私はとても欲張りで、1日にいくつものことをやろうとして、疲れてしまったり、終わらなかつたりしていました。しかし、最近は、1日に一つのことをしようと心がけるようになり、やり残し感が少なくなり、良かったと思っています。これは夫からの助言を素直に受けた結果です。例えば今日は栃木言友会交流会に参加できました。昨日は、O北小学校140周年記念フェスティバルふれあいタイムの将棋指導(回り将棋)に行くことができました。また10月13日三連休の中日の夕方は、中学校の同窓会「OS先生を囲む会」に参加できました。

しかし、今日は栃木言友会に来る前に、朝2時過ぎから朝7時過ぎまで、明日の誕生日に間に合うよう、教え子で27歳の誕生日を迎える青年とその家族に当てた言葉を綴り続けていたので、先程、すごく眠くなりました。頭へのエネルギー補給と頭を

休めるため、ハートフル福祉募金のある自販機でAジュース(130円AファミKが入っていて失敗しました。)と、トマトジュース(130円)と、ウェルチ50グレープ(アセシルファミK他化学物質が多くあり失敗130円)、最後にBLACKコーヒーキャップ一杯を飲み、やっと眼が覚めました。

消費税が上がって、Fなどのコンビニでは、Sなどの電子マネーを使うと、2～3円割引になったりして、少し得した気がします。(Sで鰯の缶詰め一つが消費税は8%のままで、3円安いことを今朝確かめました。オリンピックの頃まで電子マネー支払い割引が続きます。)

安くて美味しいMレストランでは、消費税は10%となりましたが、以前と変わらず現金のみなので、カードを導入しないお店もあるんだなと分かりました。もともと安くて、クラシックのいい音楽が流れる雰囲気の良い店なので、少しでもお金のある時は、利用したいと思っています。130円に消費税だけで長居しても大丈夫です。その金額で美味しくて体にいい豆乳甘酒が、アイスでもホットでも年間頼むことができます。さらに在庫のある時は、スーパーにも売っていない上等のおからを、頼めばいただけます。M県産の大豆で作った豆腐の副産物です。お茶とスープは飲み放題です。

古川：台風の凄さには驚いております。近くの小さい川が氾濫して、我が家の路地まで水が迫って来ました。屋敷には入って来ませんでしたが、すれすれまで水位が上がっております。8時頃には水も随分引き、町内の皆さんと泥の片付けなど1時間程度行っております。勤務先では床下、床上まで浸水した方も居られるようで聞いて驚いております。

大阪の吃音ワークショップは、台風の影響で12日(土)～14日(月)までのスケジュールを13日～14日までにプログラムを変更して実施したようです。私は12日総会のみ出席を予定しておりましたが、交通機関が運休になり欠席しております。近況では扇風機を片付け暖房器具を出しました。23日に石油が配達されますので、寒さ対策は大丈夫です。

増税への対策は、近くのスーパーでキャッシュレスカードを使用するとポイントがついてまた、還元にてのポイントも付きますので活用しております。

F：台風19号の上陸から1週間が経ちますが、被災地では大変な生活が続いていて自然災害の恐ろしさを感じています。皆さんのお住いの所は被害にあっていないか気になって

いました。Sもいろいろな場所が水害に遭いました。私の住居の辺りは大丈夫でしたが、携帯が何度も鳴って川の氾濫や避難勧告の知らせが入り不安でした。

最近、視力の衰えを感じています。以前は新聞や小さな字の説明書まで読めて困る事はなかったのですが次第にぼやけて見えづらくなりました。それらしい眼鏡を掛けると目の疲れや頭痛があるので眼科に行こうと思っています。

消費税が増税になりましたが、大きな買い物なく外食の機会は少ないのであまり影響はありません。pはよく分からず活用していませんがnカードなど電子マネーカードでポイント還元のある店をよく利用します。ドラッグストアなど携帯会員登録してある店から割引クーポンが送られて来るので重宝しています。

4. 感想

F：近況報告では皆様の生活が垣間見れ、楽しく聞きました。台風の後だったので、災害関連の話が多かったです。「吃音かるた」は名前は知っていました。ユーモアがあって川柳のような感じでした。私は絵札を6枚とれました。読み札1枚ずつに皆様の吃音に対する考えや体験談が聴けて、笑いが起きたりと話も尽きなかったと思います。

T：1週間前の台風19号は、思いのほか被害が大きかったです。3月まで土木関係の職場にいましたので関心があります。

我が家は少し高台にあるので雨水の被害は少ないですが、東日本大震災の時は結構な被害がありました。これからは自然災害が多くなってきそうな気がします。

交流会Ⅱの「吃音かるた」を担当されたFさん、Sから来られてお疲れさまでした。ゲームはあるあるで楽しめました。このように楽しめる吃音の話題もこの会に集うからと実感します。

S：先日の吃音講話に参加して、交流会に参加されたAさんのように、長年、それが吃音だとわからず、一人で悩んで来られ、参加したことにより、吃音理解ができ、自分が吃音であったことを自覚でき、少し心が軽くなって帰られる方がいらっしゃいます。自分の吃音が改善し、栃木言友会を巣立ってゆかれた方々もおられますが、まだまだ吃音に関する事で悩んでおられるのに、栃木言友会を知らない方々のためにも、これからも、交流会や講演会などのお知らせを新聞に掲載することは大事なことだと思います。また、私はこれからも、体の続く限り、栃木言友会に参加することを続けてゆきたいと思っています。

今回の交流会も楽しかったです。女性が4人、男性が2人、参加でき、有難うございます。感謝します。ついでいます。

F：先月の吃音講座に参加されていたFさんが交流会に来て下さり、今日は女性が多かったです。いろいろなお話が出来て良かったです。カルタを用意して下さいましたSさん、大変ありがとうございました。皆さま、楽しい時間をありがとうございました。

古川：本日の交流会、お疲れ様でした。研究会、Tさんにご指導頂くと身体がピシッと気合が入り、1ヵ月間意欲を持って行動出来、感謝しております。

「かるた」を読んだり、お聞きしているとなるほどと思える内容も沢山あり、とても貴重な時間でした。本日は9月に開催した「吃音講座」に参加された方も交流会に参加して下さい、活気がありまた充実した時間にして下さった皆さんに感謝したいです。本日交流会を担当して下さいましたFさん、遠方のS県から参加して下さいありがとうございます。本日の交流会は6名の皆さんが参加して下さいますが、4名が女性の方で華やかでした。栃木言友会は発足当時から女性の方がたくさん参加して下さいますので会話が楽しく良いです。

次回交流会は11月24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

11月はKさんが担当です。ご期待ください。

Kさんから次回交流会についてメッセージです。「最近吃音で困っていることを話していただいてその対策を話し合おうかと思っています。」

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：N、YH、T、S

購読会員：YA、Sさんの知人 （敬称略 納入順）

12月22日(第4日曜日 403会議室) 1月26日(第4日曜日 403会議室)

次回交流会のお知らせ

日時・開催場所：11月24日（日）とちぎ福祉プラザ 402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 「雨の日は何をしておごしますか」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」 担当：T

交流会Ⅱ：「最近吃音で困っていることは何ですか」 担当：K

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>