

栃木言友会会報

交流会報告 No. 225

2021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ちゃん」(N市)	Y A P 1
巻頭言		K K P 2
近況報告	栃木言友会の皆さん	P 3~7
次回交流会案内		K M P 8



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

思い出の宝箱を発見！

K K

朝晩の冷え込みもあり、少しずつ街路樹のイチョウの木が色づいてきました。皆さまお元気でしょうか？

今回は同居の義父（86歳）のことを書かせていただこうと思います。80代になってから転倒による骨折を3回、さらに心臓の手術や頸動脈の手術もして入院生活が多くなりました。繰り返す入院で体力が落ち、先のことを心配するようになったのがきっかけで、身の回りの整理をすることになりました。高齢の人にとっては、体力も注意力も判断力も必要となるため、一人ではとても大変で私が手伝うことにしました。

クローゼットに入っている段ボール箱の中身を出して、いるものいらないものを分類する中で、多数のノートがでてきました。義父が学生寮に住んでいた時の日記や入社当初の仕事仲間との旅行について書いてあるもの、仕事内容の記録など様々な内容が書かれていました。読みながら「そういえば〇に皆で行ったな」とか「こんな仕事もしていたんだ」と楽しそうに振り返っています。

何十年もの月日が経って、その当時の出来事を思い出し楽しむことができます。本当にそのまま捨てないで良かったと思いました。

私自身も毎日数行の日記を書いています。いつか懐かしく思える日まで大事にとっておこうと思っています。

交流会報告

日時：令和3年10月24日(日)

場所：小山市立生涯学習センター 和室

時間：14:00～16:50

交流会 I 担当：T、S

参加者：SB、KM、F、古川、S、TN、T (敬称略) 合計7名

1. 近況報告3分間スピーチ(東京2020オリンピック・パラリンピックについて思う事 「興味を持ったこと・出会い・自分の生活に関連して・学んだこと・感動したこと・生で見たい競技・自分でもやってみよう競技」)

古川：元同僚から電話がありました。スマホ(携帯電話)を失くしてしまったので、連絡する場合は固定電話にお願いしたいとのこと。彼は以前にも紛失したことがあります。その時は冷蔵庫にあったそうです。次に亡くした時は小屋にあったとのこと。電話があった時、携帯電話会社に入っている保険で一台貰えるのではないかと話したら、1月にも紛失してスマホ(携帯電話)提供を受けているので、更にもう1台は出来ないとのこと。その旨、M君(元同僚)にも伝えてほしいと依頼がありましたので、M君には私から電話にて連絡しております。

電話する時、今でも予期不安はあります。名前が言えるかなといった不安です。でも相手が電話口に出ると何とか名前が言えるのです。不思議です。以前、H先生は不思議とは仕儀しないことだと言っておりました。Hカウンセリングを卒業した多くの方はなぜ話せるようになったのかわからないと言っておられます。それがカウンセリングとのこと。ともあれ話せるようになって嬉しいです。もちろん言友会活動の成果もあります。

自宅の外廊下の網戸を交換しました。パッキンを少し切ってホームセンターに持って行き、同じ太さのパッキンと網を購入して数日かけて交換しております。2階の網戸も劣化してきましたので交換しております。

オリンピックで印象に残った競技は野球と女子のソフトボールです。私自身、球技が苦手であり出来る方を尊敬してしまいます。会場まで足を運んで見てみたい競技は馬術です。テレビでは何回か見ておりますが、選手と馬の意思が一緒になった時の動きは素晴らしいです。

S B : 段々とK感染が収まってきましたが、まだ油断はできませんね。勤務先のBでもK病床はまだ残したままです。

両手にじんましんが出てしまいました。変なものを食べたわけでもないと思いますが、原因が分かりません。もしかすると仕事が多忙だったので、ストレスなのかしら?とも思ったりします。早く治したいと思います。

オリ・パラリンピックは、Kの感染拡大もあって、最初は否定的でした。ただ選手たちがそんな環境でも、パラリンピックでは障害を持つ方々に改めて光が当たったことを考えると、やってよかったかもしれないと感じます。

私はテレビでもよく取り上げられたボッチャがとても興味深かったです。「的に自分のボールをなるべく近づける」という単純なルールですが、様々な投げ方・近づけるための作戦があることを知りました。オリンピックの競技になってもいいのではと感じました。

F : 9月、N言友会主催でオンライン開催のT大会に参加しました。参加したプログラムは、開会式と分科会です。参加した分科会はD S T (デジタルSリング)です。他の参加者のK体験談を動画作品で3分位にまとめた物を見ました。

語りも写真もひじょうに良く、ドキュメンタリー番組のようでした。内容は話せないことになっていて割愛しますが、またぜひ見たいと思いました。

私は聴き手で参加しました。

東京オリンピックは日本開催なので、ほとんど視ていました。やってみたい競技はスポーツライミングです。生で見たい競技はサーフィン、競泳です。

興味を持った競技は、バスケットボール、バレーボール、卓球、スケートボードです。パラリンピックを見て、陸上のファンになりました。選手、伴走者とも速く息も合っていました。閉会式も見て、多様性をテーマにした演出だそうですが、ダンサーたちの衣装、表情がよかったです。HAさんも出ていました。

オリンピックとパラリンピックをきっかけに世界地図を買って、国の場所を覚えたりしています。

S : K禍で死亡者も増していたここ1ヶ月程は、まず一番に自分の身体を整えること、夫の体を整えることに専念しました。

オリンピック・パラリンピックでは、母校の後輩が金メダル第1号となり、O市出身のOK選手が親友と切磋琢磨の泳ぎで入賞したこと、同じくO市出身の車椅子バスケットボール日本代表T選手が銀メダルとなったことが嬉しく有難いです。

T N : H町のTNです。職場で施設の利用者さんと結構話す機会がありますが、あまり語は出ません。特に自分の話し方を変えて話すと、出にくいです。しかし同僚同士と話す時は、速いテンポで話す人は苦手ですが、そういう時は結論や要点から話すようにしています。

吃音は脳からくるもの？と言われていますが、良い経験を積んで上書きしていくと良いのかなと思います。なかなかそのようなプラスの体験は出来ていませんが、Tの吃音矯正所でお世話になった先輩で、プラスの行動の積み重ねで、吃音を克服されたと思う先輩がいます。J隊を定年退職された人で、今でも年賀状をやり取りしています。

単管パイプ（鉄パイプ）でトラクターや軽トラックを入れるカーポートを作っていますが、大きく計画しすぎ、作業時間が本業の仕事の合間の日中で暑かったり、用事が出来たりで時間が取れない、経験が無いに等しい（若い時ブドウ棚を作ったくらい）ので友人の建築業者のアドバイスを貰っています。今やっと柱を建てるのが終わり、次の段階に入りました。それでも楽しみながら取り組んでいます。

YTを結構見っていますが、30代後半くらいの吃音者が複数の会社の経営者であると同時に、NPOのK者団体を発足させたことに興味があります。

副題のオリンピック関係です。今回の東京2020オリンピックで印象に残っているのは2人の子供がやっていた卓球で、IMの日本人女子初の銅メダル、男女混合ダブルスでIM MTコンビの金メダルです。I選手は若いのに凄いガッツがあり、始めた年齢が3歳？頃からラケットを握っていたことを知り、今更ではありませんが頂点に立つことの大変さを感じました。長男の友人に卓球の為に越境で強豪の中学に進み、高校大学と卓球の為に選択した学校に行きましたが、全国レベルでは一般的な話題にも上りませんでした。

T : S県K町から来ました。TMです。

K市から持ってきた鉢植えの松を植えたら、電線に届くようになり、切ったら頭と尻を打ってしまい、腰と膝に来てしまい、痛くて歩くのも大変で、47日たった今でも膝の裏側が痛くこまっています。

KM : K感染者がだいぶ減ってきたので2年ぶりくらいに交流会へ参加いたしました。

O市立生涯学習センターは遠方から来る人には駅からも近く、参加しやすい場所でした。今月初め咳が出るようになりました。初期の喘息かなと思いましたが、K禍というこ

ともあり人の視線が気になりすぐ病院に行きました。予想通り喘息でした。薬をもらい服用したらすぐに良くなりました。喘息の発作は3回目でしたが、過去2回は病院行くのが面倒で咳込んで夜眠れなくなるまで我慢して大変な思いをしました。症状が出たらすぐに病院へ行くことの大切さを50過ぎてやっと学びました。

医者に言われたのですが、アレルギー体質は生まれて1年くらいでわかるそうです。ただアレルギー症状が発症するかどうかは環境に大きく左右されるそうです。私の場合、5年くらい前にTで来てから喘息も花粉症も発症しました。SのHや栃木のNにいたころは全く問題ありませんでした。やはりTの空気は私には合わないのだなと感じました。

Tオリンピックですが女子のバスケット卓球が見ていて楽しかったです。バスケットはアメリカ、卓球はNが圧倒的に強いのですが、その国に立ち向かっていく姿は好感を持ってました。スケートボードもよく見ました。ボードと足がくっついているかのように滑っているのを不思議に思って見ていました。

4. 感想

K：数年ぶりに参加して皆さんの顔が見られてよかったです。Tさんの吃音改善研究会に参加した後は言葉がいくらか調子よく喋れるようになります。Sさんの交流会は久しぶりでしたが、内容が毎回変化にとんでいて楽しく参加しています。

ノート制作会社へのありがとうの手紙はなかなか思いつかずありきたりの文章しか書けなかったのが残念でした。

T：Sさんが担当された交流会Ⅱの「有難う」の言葉を伝えよう ですが、私も言うようにしています。家では妻は冗談は好きですが照れ屋なのか、妻から有難うの言葉を聞いたことがあまりありません。私は時々言っています。職場では折に触れ言うようにしています。言葉でちゃんと伝えることは、人間関係の潤滑油でもあり大切な事だと思います。

S：O駅直結の会場のせいか、遠くからも参加していただき、有難く思います。二年ぶり以上の参加者もいてくださり、嬉しく思います。《「有難う」を伝える》では、その人ならではの個性が輝き、素晴らしい体験を共有させていただき、ラッキーです。次回私担当の2月交流会の時も、《「有難う」を伝える》第二段を実施する予定です。

F：ワクチン接種2回終わって20日経ち、安心して参加出来ました。7名も集まって活気もありました。K禍で人と会わず荒んでいましたが、言友会の良さを再認識しまし

た。Sさんが早めに来て、会場の点灯、換気、テーブルの準備、襖外しをしてくださって感謝するばかりです。おかげ様で和室を広く利用できました。皆さん県外や、県内でも遠方から参加して頂き、集まれる場所がある事は凄い事だなと感じました。

S B : 感謝の言葉を述べる練習をしました。ノートを制作した会社に感謝のはがきを送るアイデアには驚きました。でも些細なことにも感謝する気持ちは大切だなと感じました。そのあとは各自が感謝を述べたい相手に手紙を書く。私は前に勤めていた脳卒中病棟のメンバーに向けて手紙を書くことにしました。退職時に「栃木のイチゴを持っていくね」と約束したまま、コロナ禍で訪問することができていなかったのです。書き上げて、発表することになったのですが、読んでいるうちに当時の懐かしくなり、思わず涙がこみあげてきてしまいました。楽しく働けた、とてもいい職場でした。この冬は、イチゴをもって遊びに行けたらいいなと思います。

古川 : 本日は栃木県南部の小山市立生涯学習センターへ来てくださり有難うございます。久しぶりの研究会、とても身体が温かくなり元気を頂いております。

交流会ⅡにはSさんご担当された「有難う」を言葉で伝えようの内容。ただ単に有難うを話すのではなく、感謝の気持ちを言葉で表しての文面は相手の方に良い印象を与えたいと思います。この様な企画をしてくださったSさんへ感謝します。

本日も県北からS Bさん、県央からTさん、県外からはK県のKさん、S県のT Dさん、皆さん遠方からのご参加に感謝します。皆様のご協力もと、素晴らしい交流会が出来、充実した時間を過ごせた事有難うございました。

次回交流会は11月28(日) 14時00分より交流会を開催します 会場は小山市立生涯学習センター 会議室です

11月交流会はFが担当です。

マスクの着用されての交流会ご参加をお願いします。
皆様のご参加お待ちしております。

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：S

購読会員：(敬称略)

S S様から2,000円の御寄付を頂いております。ありがとうございました。

12月の交流会は年末により中止になります

令和4年1月はオンライン近況報告会を予定(日時・詳細は未定)

対面交流会は令和2月 日 とちぎ福祉プラザにて開催予定

次回交流会のお知らせ

日時・開催場所：11月28日 (日) 小山市立生涯学習センター 和室会議室

14時00分～16時30分 栃木言友会交流会

〒323-0023 小山市中央町3-7-1 ロブレ6F TEL0285-22-9111

入口の案内は「吃音に関する研修会」になっています

交流会内容：近況報告 「K禍が終わったら入ってみたい都道府県」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」

担当：T

交流会Ⅱ：「ガムトーク」

担当：F

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>