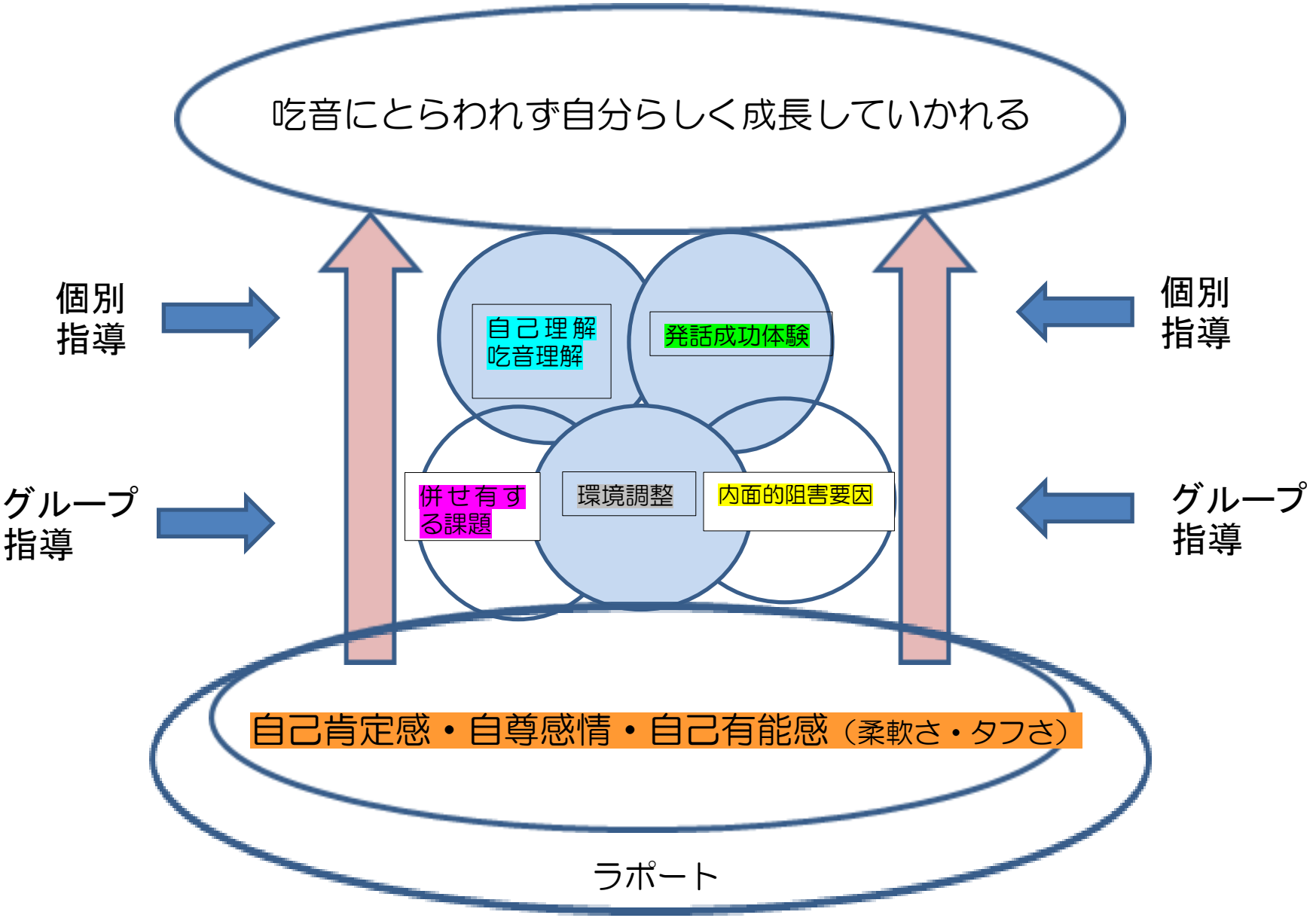
吃音の指導で
実際やっていること

「２０２１はじめのいっぽ」

東京都稲城市立向陽台小学校きこえとことばの教室
櫻澤　浩人

〇基本として考えていること
〇第一回通級時のこと
〇以降の指導のこと

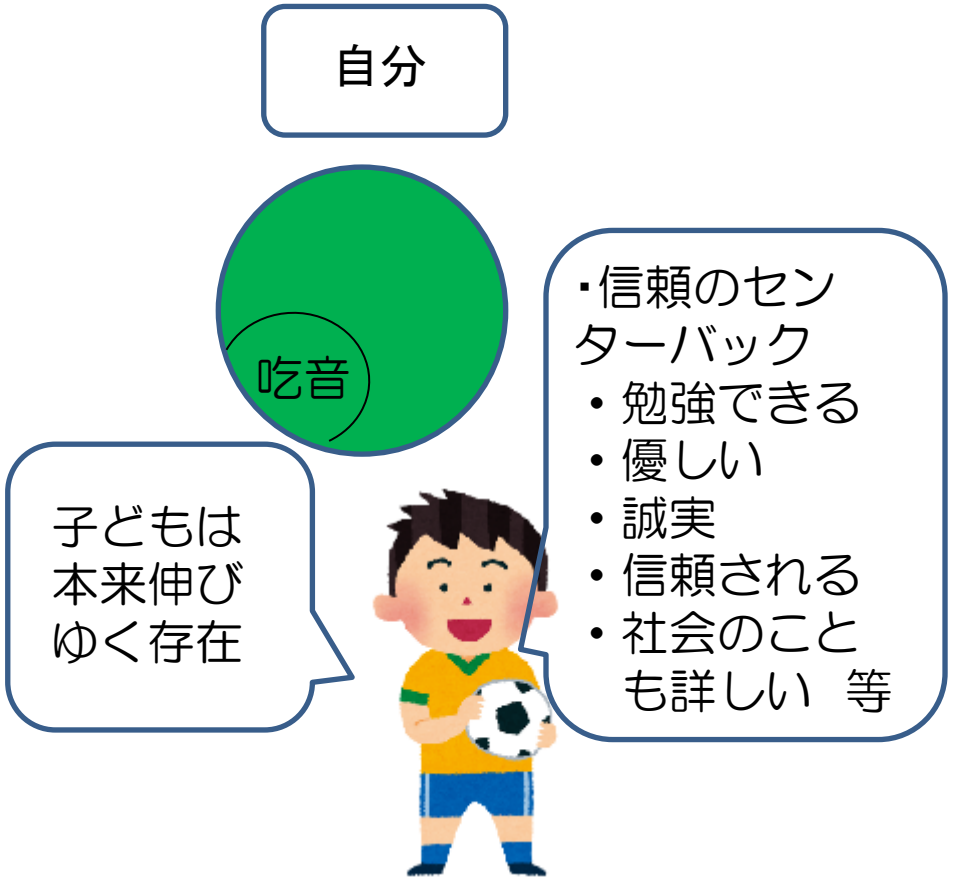
現場で行なっていて　今考えてる吃音指導の構造図

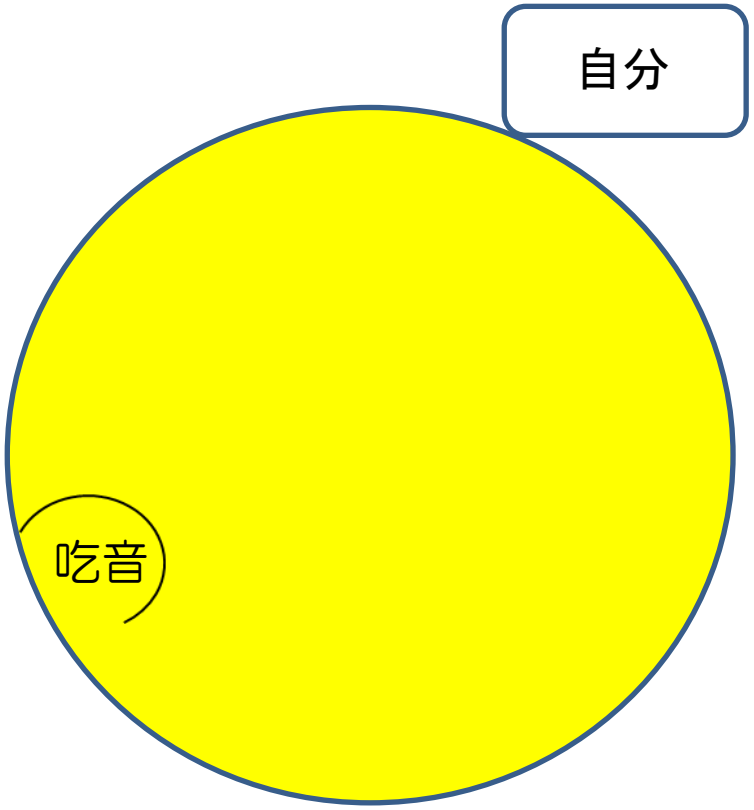


自己肯定感・自尊感情・自己有能感

- 自己像の中の吃音

- 自己像が大きく豊かになる中で相対的な吃音の割合の減少





＜１＞第１回目の指導①

（１）ひたすら自己紹介（相互にやる）３０～４０分

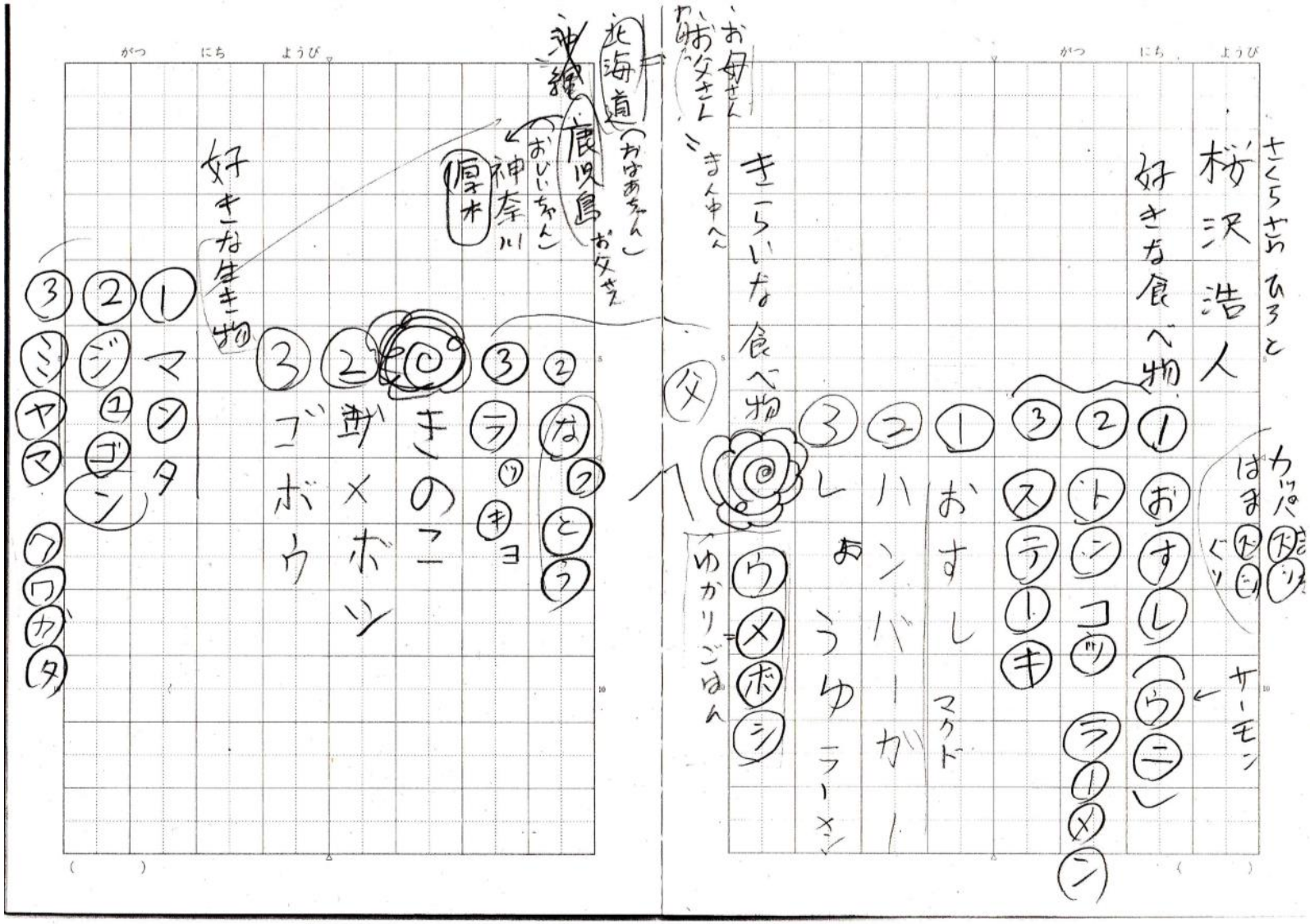
〇好きな食べ物　☆嫌いな食べ物！
〇好きな生き物　☆嫌いな生き物！
〇好きな遊び・テレビ　〇嫌いな遊び・テレビ

全身で「安全だよ・・」のオーラ出しつつ会話

「このおじさん面白いかも！」「話してると楽しい！」

※「嫌い」「苦手」先生方の楽しいエピソードの山を！！
「駄目じゃん！」「なさけな！」に近寄りやすさが

実際のノート



＜１＞第１回目の指導②

（２）教室の紹介（自己紹介で関係近づいた後）
（来ている子３８人・１１の学校から）

○「サカナがシャカナやタカナになったりする子」

○「書くのが苦手だったりする子」

○「話すときボボボボクとなったり、ボークとなったり、
つまって出なくて・・・ボク！となったりする子」

➡ １００％といっていい位「あ、ぼくそれ！」

＜１＞第１回目の指導③

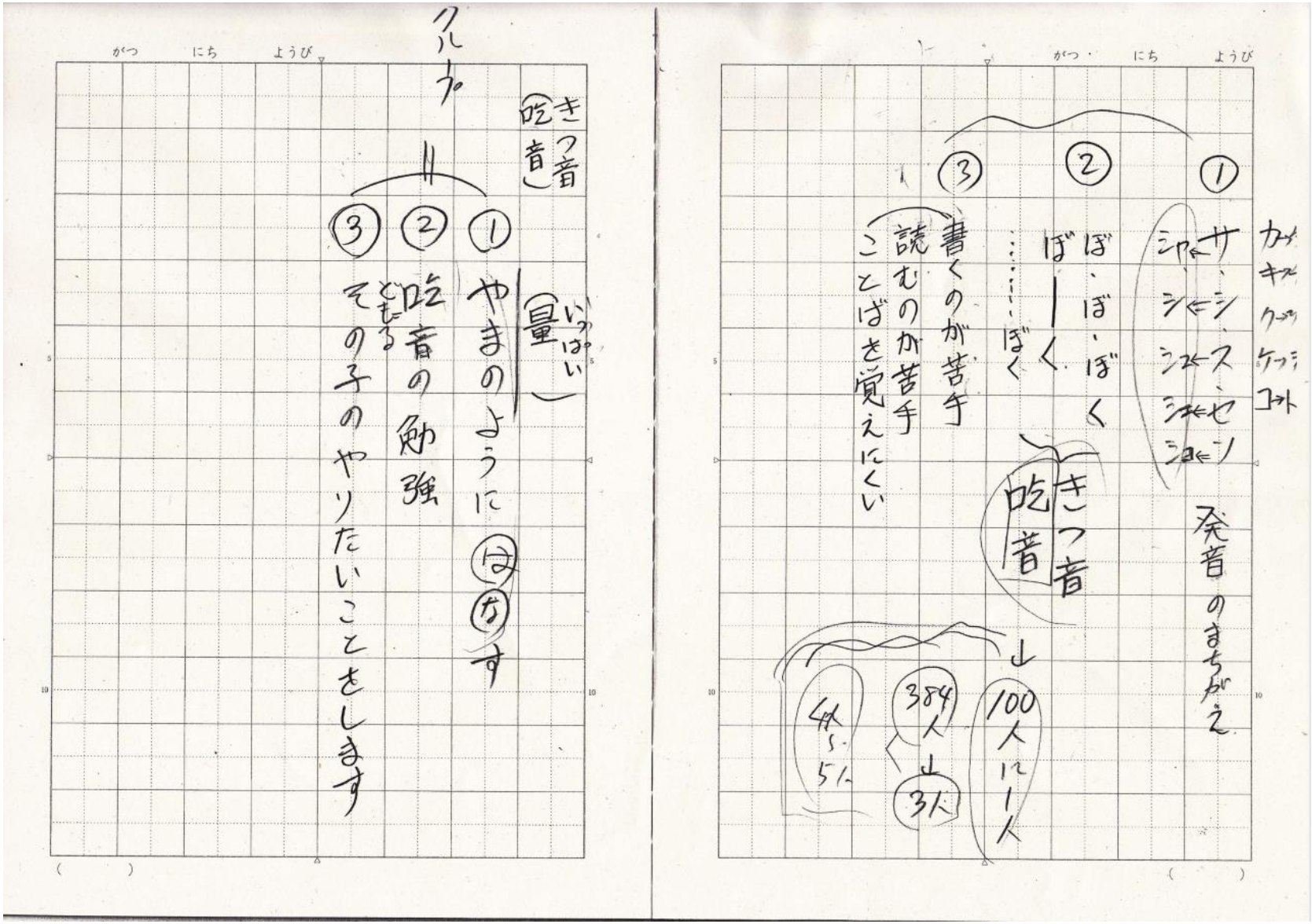
（３）その子達とやっていることの説明

・構音の子には・・・

・書くのが苦手な子とは・・・

・「ことばがつっかかる子とは」
①たくさんおしゃべりします
②つっかかること「きつおん」の勉強をします
③その子のやりたいことをやります
（サッカー、野球、卓球、ドッチボールなんでも）
（大まかなことでいい　「なんか楽しそう！」）

実際のノート



がつ にち ようび
クループ
きつ音（吃音）
① やまのように はなす
② 吃音の勉強
③ その子のやりたいことをします
（量 いっぱい）
がつ にち ようび
① サ、シ、ス、セ、ソ
シャ シ シュ シェ ショ
② ぼ、ぼ、ぼく
ぼーく
……ぼく
③ 書くのが苦手
読むのが苦手
ことばを覚えにくい
きつ音 吃音
発音のまちがえ
100人に1人
384人
3人
4人〜5人

＜１＞第１回目の指導④

（４）たくさん話したから
「何して遊ぶ？」
思い切りその子のやりたいことを行う（２０分位）

「あー楽しかった！」そして、正面から「気にしていることを話せた！」という子どもの思い

「楽しい表情」の子を見る親のまなざし・安心感

親子それぞれが「来て良かった！」と思える初回の通級を

＜２＞２回目以降の指導の実際

◎Ⅰたくさん話す(発話成功体験)
◎Ⅱ-1自己理解-2吃音理解
◎Ⅲ環境調整
○Ⅳいろんな読み方・話し方(発話成功体験)
○Ⅴプレイセラピーのような関わり方
○Ⅵ言語力の向上、伝わりやすい伝え方
　構音指導
〇→◎グループ指導
※どのことをやっていても自己肯定感を育む関わり方は、基本（Ⅴのような関わり方はベース）

Ⅰたくさん話すということ
（発話の成功体験）

・吃音に捕らわれずに、話したいことを思い切り話して楽しかった・・・（会話の達成感、話しきった楽しさ）

子どもがよく言うことば

「なんかわかんないんだけど、先生と話していたらいつの間にか話しやすくなったんだ」

不思議とたくさん話せば話すほど楽な吃り方になってくる・・

※ただし、ブロックの波の時には別な解釈→楽な吃音・楽な発声

※環境調整の大切さ！

＜第一回吃音・流暢性障害学会から＞

「吃音の悪化・進展の回転を逆に回す」

「連発だった子が『吃らないように・・』と工夫、意識することで余計に力が入り伸発、難発、随伴と悪化していくのではないか。
だから、吃音があろうが
そのまま話したいことをどんどん話していくことで、力が抜け、工夫も意識しすぎも減ってきて、結果的に吃音が軽減していくのではないか？」

＜第五回吃音・流暢性障害学会から＞

- 吃音をタブー視しない。「今辛い？」「ことばのことを質問されたらなんて言う？」等、吃音について自然に会話のできる環境が大切。
  そんな環境で自由にのびのび吃音を出しながら話せると、心の負担が減る。
  すると、吃症状が軽減してくることが多い。
  吃音の症状が軽減してくると、症状が出てしまうことよりも「伝えたいことが伝わった！」という気持ち、達成感が強くなり自己肯定感も高まる。

自分は語れる相手になっているであろうか？

テキストｐ１２４（子どもと対等な立場で・・・）

Ⅰ「話す」について

〇吃音にとらわれずに話す楽しさ
〇話すこと、表現することでの解放感、自己肯定感
〇話すことへの自信
〇話すことでの自分の考えの整理、自己理解
〇じっくり聞いてもらう中での安心感、信頼感
〇自己と他者の考えを比較、検討　多面的な理解へ

「話す」ことには、たくさんの意味がある

Ⅱ－１自己理解①

- 「吃音理解」の前段階、導入として、自分にさまざまな面がある。そのさまざまな面がある自分の一つの面として『吃音がある自分』と捉えていくことが必要ではないか。

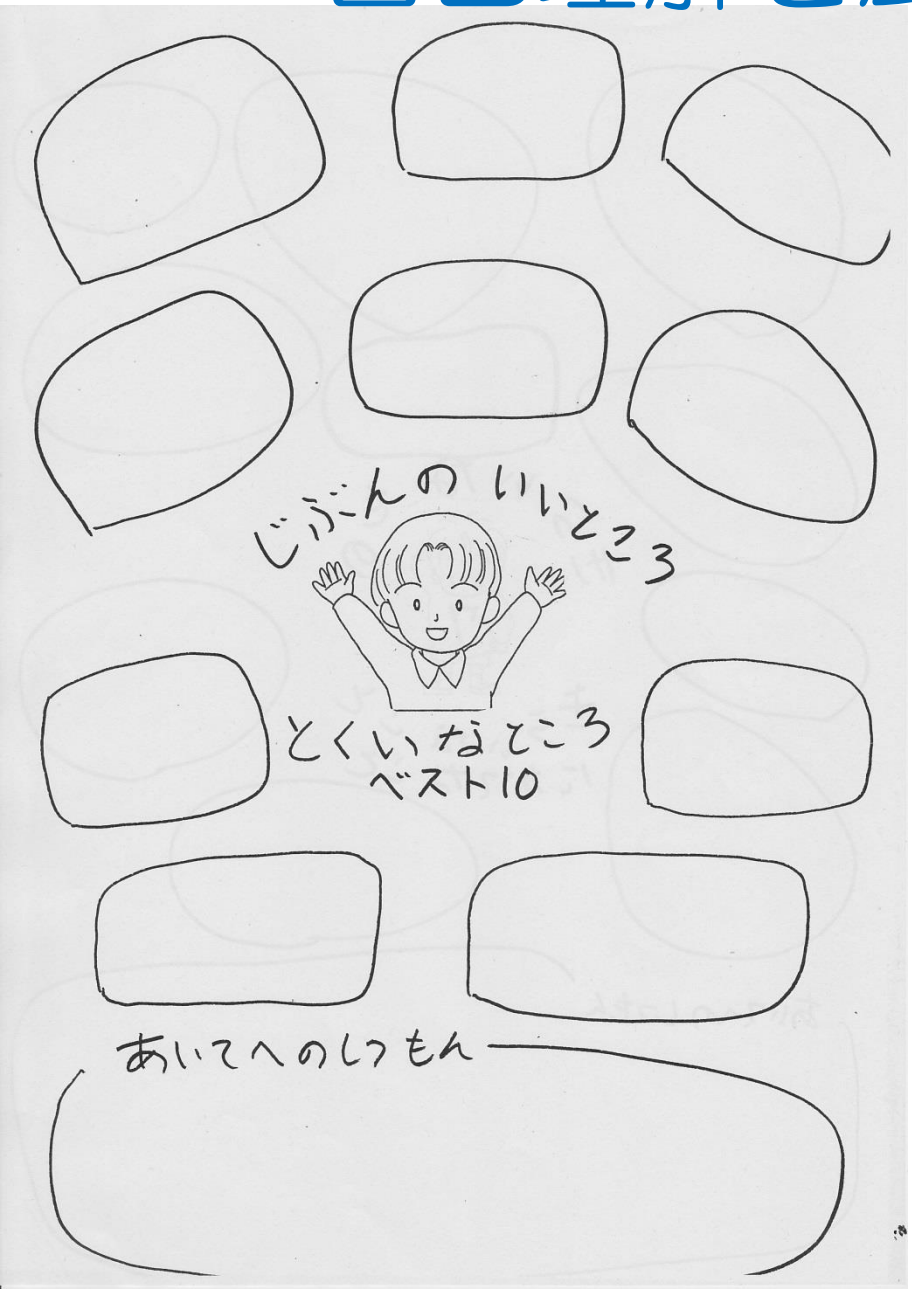
（その大前提のかかわり方として、全面的に肯定してくれる存在がいて、安心感をもって自分を出せる場を我々担当者が形作れていることが必要）

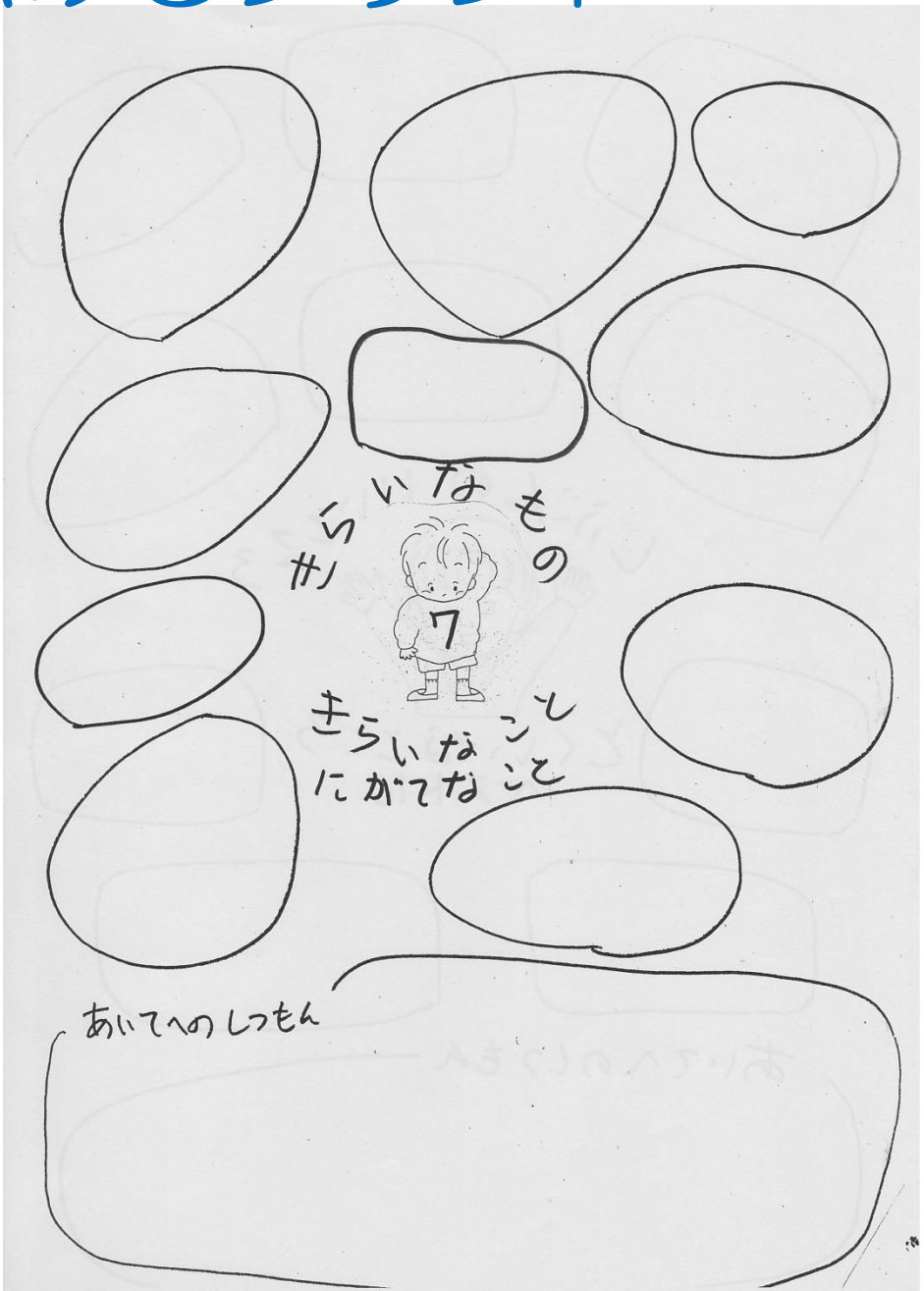
・・・・信頼のないところでは、子供は自分の弱い部分を出せるとは思えない。

Ⅱ－１自己理解②

※いろんな特徴を自分はもっている。吃ること以外にたくさんの自分がある（プリントを書き、交換、質問）
〇「得意なこと、いいところ」
〇「苦手なこと、嫌いなこと」
〇「今まで良かったこと」
〇「今までやだったこと」
〇「こまること」
〇「自分にとって大事なこと」
〇「自分で成長したと思うこと」
〇「だれでもいやなことがあるけど、どうやって気分転換している」　　等

自己理解を広げるプリント





Ⅱ－２吃音理解①
個別で⇔グループで

〇吃音の本、プリントを一緒に読み、自分の事を話していく
「どもるってどんなこと」「中学生になる君へ」
「取扱説明書作成」「吃音リーフレット作成」
「吃音かるた作成」
ホームページ「吃音ポータルサイト」のプリント　等

〇DVD「ただそばにいる」を見る
（３枚のどれを、どの部分を見せるのか）

使っている教材例

ただそばたいて
どもるって
どんなこと
中学生になるきみへ
吃音とのつきあい方

学齢期
吃音
の指導・支援
イラストでわかる
子どもの吃音サポートガイド
1人ひとりのニーズに対応する環境整備と合理的配慮
吃音
ワークブック

Ⅱ－２吃音理解②

個別で⇔グループで

○「みんなはからかわれたときどうしている？」
「『なんでそうなるの？』と聞かれたらどうしてる？」
「吃音についてどう考えている？」
等について様々な考えを知る
○「今担任の先生にどうしてほしい？」一緒に考える

吃音のある自分としてどうしていくのか。
主体的に、積極的に対応について考えていかれる。
（吃音の波に応じてどうしてほしいのか、吃音について自分で新しい担任や仲良しの友達に話せる）
さまざまな場で吃音のある自分のまま自己決定し主体的に生きていかれる。

「どもるってどんなこと？」に対応させたプリント

吃音（きつおん）・どもる

英語では・・・・スタッタリング（stuttering）！

タイプについて

問題1

吃音のタイプはおもに3タイプあります。線で結んでください。

くりかえし・　　・難発（なんぱつ）

ひきのばし・　　・連発（れんぱつ）

つまり・　　・伸発（しんぱつ）

吃音の波

みーんなある波・・・・・・

・季節（きせつ）

・体調（たいちょう）

・場面（ばめん）

・ことば

・相手（あいて）

・緊張（きんちょう）

問題2・その他

Ⅲ環境調整①

- 吃音はゼロにはなかなかならないと思う。

　吃音があるという中で日常が生き生き過ごせる、本人らしさを発揮でき自己肯定感を育てるためには、本人の吃音の受け止めと共に、周囲の吃音への受け止め方、通級児への関わり方がとても大切になる。

からかいや、間違った対応は吃音を進展させてしまうため。

そのために・・・・・・・

Ⅲ環境調整②

大部分の時間を過ごす家庭、学級での過ごしやすさ

〇家庭への情報（面談の大切さ）
　プリント、吃音ポータルサイト、ＤＶＤ、
　小中高生の集い、書籍の貸し出し「キラキラ」他、
　保護者会、　講演会
「聞きたいこと」アンケートの実施と還元

＜他のお母さんに聞きたいこと・・・＞

※今回の回答を無記名でまとめ、それを記入したお母さん全員にバックする（個別にｏｒ回答いただいたお母さんたちだけの保護者会を行って）予定です。是非お考えを記入してください。

１．母親も、子供も吃音のことをあんまり気にしていないのに、周囲のお母さんたちがとっても気にして触れないようにしてくるのだけど、皆さんはそんな時にどうしていますか？

２．今まで吃音が原因でお友達とトラブルはありましたか？どんなトラブルでしたか？

３．うちの子供は学年が上がるときの環境の変化や発表会前に吃音の頻度が高くなるけれど、どんな時に吃音が出やすいですか？

４．進級するごとに吃音をもっていることを先生や本人からクラスメイトに伝えたり、保護者会などで話したりしていますか？

５．御兄弟がいらっしゃる場合、その兄弟へのケアは何かされていますか？
（口に出すことはなくても、きっといろいろな思いを抱えているだろうなと想像できるので）

6.「吃音は親のせいではない」と文献で読んだり、言ってもらったりしても、やはり時々「自分が何かいけなかったのかな」とマイナスに過去を振り返ってしまうときはありませんか？

Ⅲ環境調整③

〇担任の先生が平然としている ➡ １年生もありのままの受け入れる、そこからの積み重ね
（低学年から環境作りをすることの大切さ）
「だって、みんな慣れてるもん・・・」
〇様々な情報発信
教室通信、校内の会議、他校の研修会、市研究会、校長会、養護部会、幼保連絡会、乳幼児の通園施設

〇クラスでの吃音理解の授業（理解者の広がり）
〇習い事（九九についての手紙など）

Ⅲ環境調整④

〇担任や周囲のみんなにどのように伝えるかをことばの担当者と話し合い、自分の考えを入れて環境に働きかけた経験

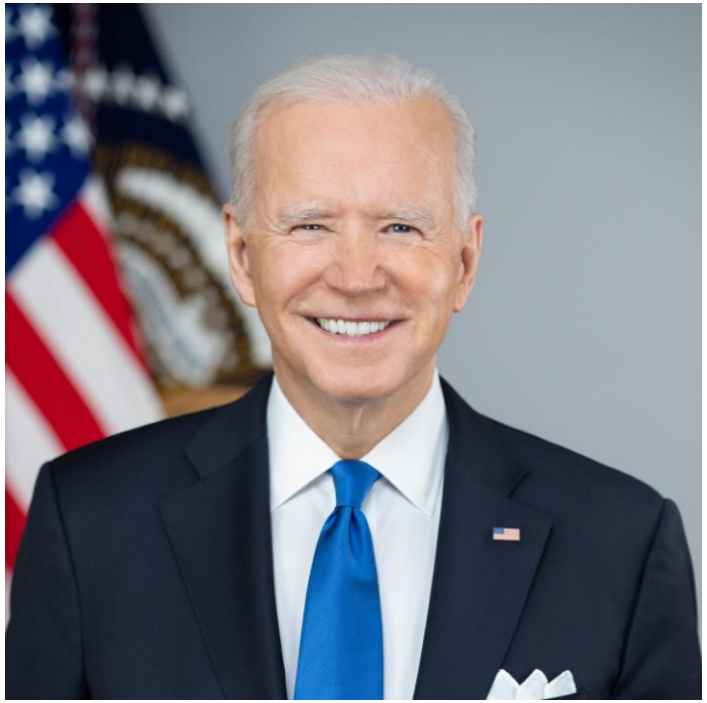
↓

〇本人が環境に自分で対処し、自分で周囲との関係を形成していくことが可能である、という自信につながる。（学年が上であればあるほど主体的に考えさせたい）

↓

〇通級がなくなった以降の生活の中で、どう自分で越えていくかのヒントになり、力になるのだと思う。

吃音の説明で使う写真



Ⅳ　いろいろな読み方・話し方①
（発話成功体験）

○「なんか知らないけど、先生とたくさん話していたらいつのまにか話しやすくなった」（5年男子）

○なんか工夫しているの？
「水面に水しぶきが上がらないように『スッー』と入る感じで言う」（3年男子）
「普通に言うよりもゆっくり言うと吃音が出にくくなる」（２年男子）
「心配しすぎると力が入るからリラックスして言う」　（3年男子）
「一回止まってもう一回言い始めるといい感じ」　（3年男子）等

（子どもは、教え込まなくても自然にやっていたりする）
➡「すごいね！」と評価
（吃音の本を見せつつ　「大学の先生の考えと同じだ！」）

Ⅳ　いろいろな読み方・話し方②（発話成功体験）

いろいろやってみる
〇ロボットの読み方、話し方
〇歌うように読む、話す
〇柔らかく読む、話す
〇語頭をわざと繰り返す・伸ばす（難発は苦しい）
〇一緒に読む

※吃音の改善、軽減というよりも読み方、話し方は色々
　あっていいのではないかという意味
※熱さまし、非常事態の回避としての自分なりの引き出し
「よろしくおねがいしまーす！」・・みんな結構いい加減
「・・・き・き・き」→「おきがえ行ってきます」
※音読が大変という子への意味（恐怖感の軽減）

Ⅳ　いろいろな読み方・話し方③
（発話成功体験）

〇音読で困っているか ⇔ 困っていないか
〇会話でブロックや随伴が顕著で
　困っているか ⇔ 困っていないか
※この２点でまず考えることが必要と思う。
波によって今しばし「パス」もありだと思う。
自分で主体的に考えて行かれるような素地
　こんなやり方だと・・・・
　相談してみようかな・・・

Ｖプレイセラピーのような関わり①
（心理の安定・内面的阻害要因）

〇思い切り活動する中での解放感、自己肯定感
〇自分への自信
〇挑戦する意欲
〇安心した関係の中で、負けや失敗をすることへの慣れ
〇自分の負の表現、混沌とした表現も安心して出せる
〇ことばにうまくならない思いを整理できる
〇一緒に活動する中で育まれる信頼感

⇒ 子どもは本来伸びゆくもの・伸びやすいように

内面的阻害要因のパーソナル特性

- 高い要求水準（吃）
- 完璧主義（早）
- 失敗の恐れ・過度の用心深さ（早・小）
- 神経質・過敏性（早・小）
- 対人緊張の強さ（早）
- 自信の欠如（早・小）
- 欲求不満耐性の欠如（早・小）
- 自罰性（早・小）
- 自己感情表出の抑制（早・小）

（吃）日本吃音・流暢性障害学会　（早）早坂菊子　（小）小林宏明

Ｖプレイセラピーのような関わり③
（心理の安定・内面的阻害要因）

〇ことばの担当者との
「子どもが安心して自分を出せる場、表現できる場、好きなことを思い切りでき、好きな話を満足いくまで楽しく話せ、傾聴してもらえる場」の体験

↓

〇結果的に
子どもの積極性や、自己肯定感、自信が育まれ
日常生活の積極性に波及するのではないか
（※環境調整と併行していることの大事さ）

Ⅵ　言語力の向上、伝わりやすい伝え方、構音指導
（併せ有する課題）

※伝わり方がうまくなることでQOLが・・・

〇語彙の拡充
〇間違えて覚えていることばの正しい理解
〇伝わりやすい言い回し
〇側音化、構音の指導
〇相手意識、状況認知

グループ指導①

＜前提の考え方＞
①グループは発達段階によって内容が異なってくると思う。
※ただ必ずしも学年の流れでいくとは限らない。個の状態によって変わってくる。
②個別指導の指導内容と連動していくことが不可欠と思われる。
③個別指導での担当者との結びつきがあってこそのグループ指導であると思うが、グループ指導での他の教員の指導や、他の児童の発言などが個別指導の次につながる転換点になることもありうることは否定しない。

グループ指導②

＜どの段階においても大切と思うこと＞
　ピアサポート・・当事者、対等な関係の場
※個々の意見が尊重される場であること
　正解は１つではない！
〇自分以外の吃音の児童に出会う中で、「自分だけ・・・」という思いの緩和が図られる。
〇吃音にとらわれないでいい環境の中で、話す楽しさや自由に自己表出する楽しさを体験できる。
〇自分以外の吃音のある他者の意見や思いを知ることで、吃音に対する見方が広がる。
〇吃音のある他者の考えを自分の行動に活かす選択肢が広がる。

グループ指導③

低学年の目標（慣れる・気づく）

a．吃音のある他児に出会う。
b．一緒に楽しむ。
c．先輩の話を聞き吃音の話題に触れる。

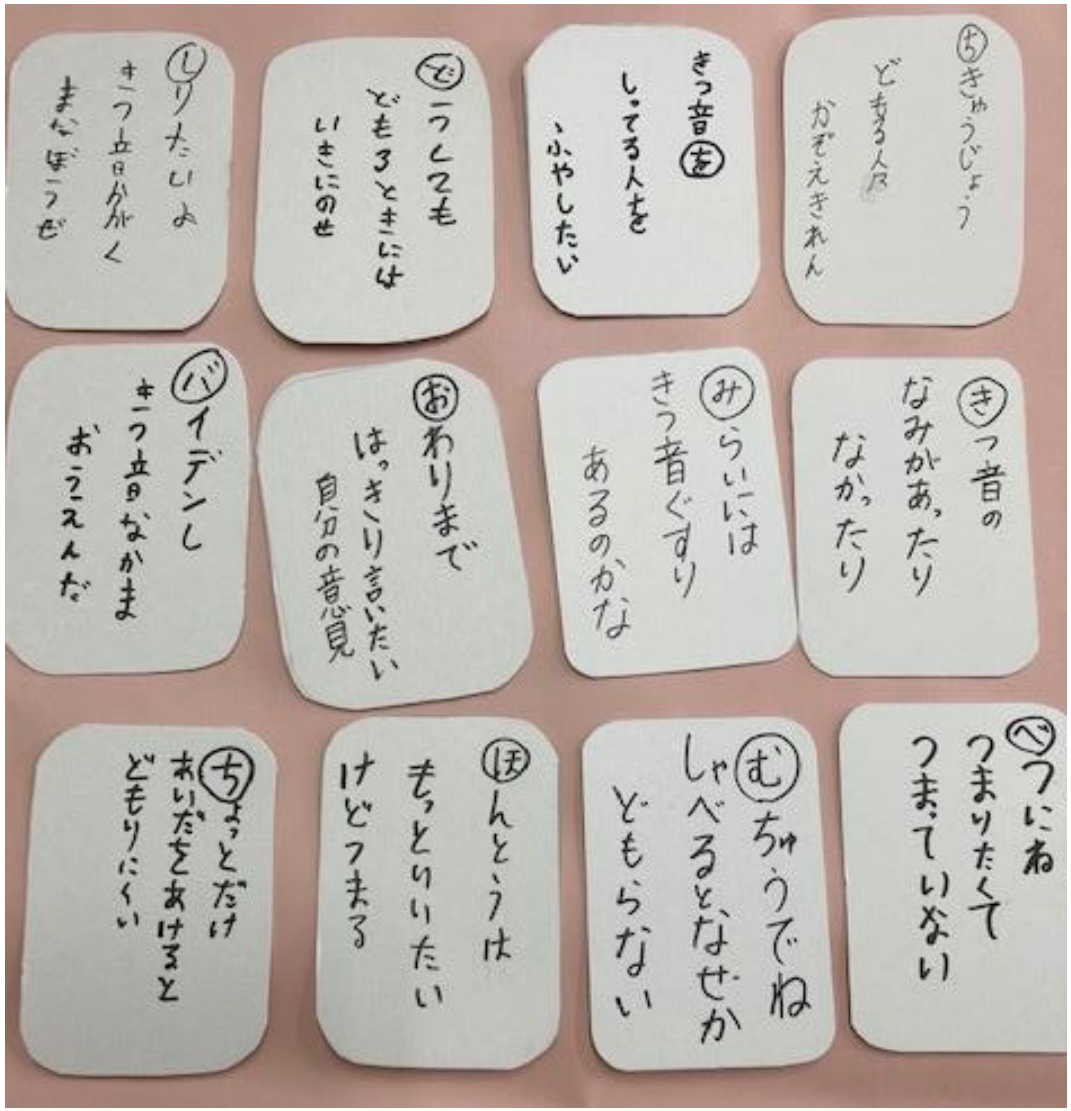
中学年の目標（掘り下げる）

a．吃音のある他児に出会う。
b．一緒に楽しむ。
c．先輩の話を聞き、自分なりの考えをもてる。

高学年の目標
（見通す・対応を考える、広げる）

a．吃音のある他児に出会う。
b．一緒に楽しみつつも、下級生を楽しませる。
c．自分なりの考えを整理して考えたり、伝えたりすることができる。
（後輩に伝えることを念頭に置きながら考えていくことで、より客観的に自分の吃音をとらえられるようにしていく）
d．司会、ゲーム係等を担うことでみんなの前で役割をはたす。（自信になっていく）

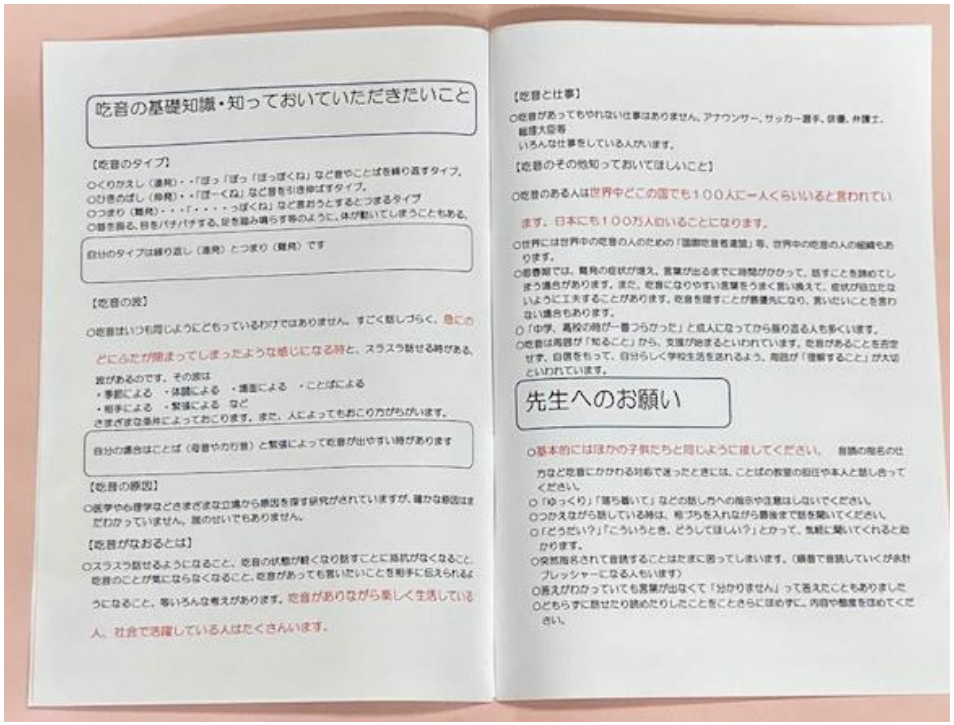
吃音カルタ



ちきゅうじょう
どもる人は
かぞえきれん
きっ音を
しってる人を
ふやしたい
どーつくても
どもるときには
いきにのせ
しりたいよ
きつ音がかく
まなぼうぜ
きっ音の
なみがあったり
なかったり
みらいには
きっ音ぐすり
あるのかな
おわりまで
はっきり言いたい
自分の意見
バイデンし
きつ音なかま
おうえんだ
べつにね
つまりたくて
つまっていない
むちゅうでね
しゃべるとなぜか
どもらない
ほんとうは
もっとりりたい
けどつまる
ちょっとだけ
あいだをあけると
どもりにくい

吃音オリジナルリーフレット

中学の先生に理解してもらうため



吃音の基礎知識・知っておいていただきたいこと

【吃音のタイプ】

○くりかえし（連発）・・「ぼっ「ぼっ「ぼっぼくね」など音やことばを繰り返すタイプ。
○ひきのばし（伸発）・・「ぼーくね」など音を引き伸ばすタイプ。
○つまり（難発）・・・「・・・っぼくね」など言おうとするとつまるタイプ
○顔を振る、目をパチパチする、足を踏み鳴らす等のように、体が動いてしまうこともある。

自分のタイプは繰り返し（連発）とつまり（難発）です

【吃音の波】

○吃音はいつも同じようにどもっているわけではありません。すごく話しづらく、急にのどにふたが閉まってしまったような感じになる時と、スラスラ話せる時がある。

波があるのです。その波は
・季節による　・体調による　・緊張による　・ことばによる
・相手による　・緊張による　など
さまざまな条件によっておこります。また、人によってもおこり方がちがいます。

自分の場合はことば（母音やカ行音）と緊張によって吃音が出やすい時があります

【吃音の原因】

○医学や心理学などさまざまな立場から原因を探す研究がされていますが、確かな原因はまだわかっていません。親のせいでもありません。

【吃音がなおるとは】

○スラスラ話せるようになること、吃音の状態が軽くなり話すことに抵抗がなくなること、吃音のことが気にならなくなること、吃音があっても言いたいことを相手に伝えられるようになること、等いろんな考えがあります。吃音がありながら楽しく生活している人、社会で活躍している人はたくさんいます。

【吃音と仕事】

○吃音があってもやれない仕事はありません。アナウンサー、サッカー選手、俳優、弁護士、総理大臣等
いろんな仕事をしている人がいます。

【吃音のその他知っておいてほしいこと】

○吃音のある人は世界中どこの国でも１００人に一人くらいいると言われています。日本にも１００万人いることになります。

○世界には世界中の吃音の人のための「国際吃音者連盟」等、世界中の吃音の人の組織もあります。
○思春期では、難発の症状が増え、言葉が出るまでに時間がかかって、話すことを諦めてしまう場合があります。また、吃音になりやすい言葉をうまく言い換えて、症状が目立たないように工夫することがあります。吃音を隠すことが最優先になり、言いたいことを言わない場合もあります。
○「中学、高校の時が一番つらかった」と成人になってから振り返る人も多くいます。
○吃音は周囲が「知ること」から、支援が始まるといわれています。吃音があることを否定せず、自信をもって、自分らしく学校生活を送れるよう、周囲が「理解すること」が大切といわれています。

先生へのお願い

○基本的にはほかの子供たちと同じように接してください。　音読の指名の仕方など吃音にかかわる対応で迷ったときには、ことばの教室の担任や本人と話し合ってください。
○「ゆっくり」「落ち着いて」などの話し方への指示や注意はしないでください。
○つかえながら話している時は、相づちを入れながら最後まで話を聞いてください。
○「どうだい？」「こういうとき、どうしてほしい？」とかって、気軽に聞いてくれると助かります。
○突然指名されて音読することはたまに困ってしまいます。（順番で音読していくが余計プレッシャーになる人もいます）
○答えがわかっていても言葉が出なくて「分かりません」って答えたこともありました。
○どもらずに話せたり読めたりしたことをことさらにほめずに、内容や態度をほめてください。

最後に、思うこと・・・

〇生きていく主体は子ども自身

〇その子が、吃音のある自分としてどう生きていくか、
自分自身で考えながら主体的に進んで行かれるように、
教育という場にいる我々の視点の大切さ

〇我々はある時代に出会った伴走者として、
子どものＱＯＬができるだけより良くなるようお手伝いをしていく人
そのために、自分自身が少しずつでも学び続けること
その大切さ

〇「これだけ」という正解はなく向き合い方は様々で良いと思う。自分に合ったやり方で、生き生きと柔軟に、誠実に