

### 講座Ⅲ「卒業生に学ぶ 吃音」

黒澤 大樹さん

みなさん、初めまして。私は福島県で言語聴覚士をしています、黒澤大樹と申します。言語聴覚士としては、吃音のあるお子さんから大人の方までの相談支援を受けていまして、他にも構音障害のお子さんや発達がゆっくりなお子さんの支援、あとは入院しているご高齢の方のリハビリもしています。今年で言語聴覚士になって7年目になります。

私は、ことばの教室に通っていた、吃音のある当事者です。そして実は、ことばの教室というところに、複雑な気持ちをもっています。その気持ちは素直に言ってしまうと、「なんでもっとしっかり支援をしてくれなかったんだ。」とか「もっとしっかり支援をしてくれていたなら、こんなにつらい経験をしなくて済んだかもしれないのに。」という思いです。しかし、この体験談の話を受けて、記憶を振り返り、自分の経験やその当時の気持ちをまとめていく中で、そんな複雑な気持ちが少し整理されていくのを感じました。今回はそんな私の話が、何かひとつでもみなさんの参考になれば幸いです。

私の吃音が出始めたのは、3歳頃だったと聞いています。しかし一番古い記憶は、小学校1年生の学芸会でした。明確に、「台詞が言えないかもしれない。怖い。」という感情があったことを覚えています。その後、私はことばの教室に通うことになりました。現在は福島県で働いていますが、出身は東京で、東京にある志茂田小学校のことばの教室に通っていました。志茂田小学校のことばの教室のことはよく覚えています。他校通級だったのですが、最寄りの蒲田駅から学校までの途中にあるコンビニで、ビックリマンチョコを買ってもらうのがすごく楽しみでした。また、ことばの教室で初めて将棋のルールを教えてもらって、先生と将棋をするのもすごく楽しみでした。他にも、トランポリンが楽しかったな、ドンジャラをしたな、腹式呼吸の練習を寝ながらやってたな、とか、そういうことも覚えています。あと、ことばの教室から『少年アシベ』の漫画を借りて帰って、自宅で読んでいました。帰り道に母の夕飯の買い物に付き合わなきゃいけなかったのですが、それが本当にもう面倒で、嫌だったことも覚えています。この体験談をまとめるにあたって、私の小学校生活の中で、ことばの教室での体験はとても鮮明に思い出せる一つの経験だったことが分かりました。

でも私の中で、ことばの教室と結びついている一番の感情、記憶は、吃音を治したいというものです。小学校時代の私は、とにかく吃音を治したいという気持ちが、どんどん強くなっていった子でした。友達から指摘されることも時々あって、高学年くらいになると、自分なりに吃音が出ないような工夫を考え始めました。下唇をぎゅっと噛んでから話し始めるとか、一文字一文字はつきり話すと話しやすくなるとか、そんなことをたくさん考えていたのですが、まあ大抵は効果が長続きしません。なので、結局使えない、というふうに終わっていきました。ことばの教室はとても楽しい、本当に楽しいところだったのですが、「吃音を治してくれる場所ではないんだ。」という気持ちが年々強くなって、通うのがすごく億劫になっていったこともありました。学校を早退して行くことも恥ずかしくなってきた、友達から早退する理由を聞かれるんじゃないかということが、不安で仕方ありませんでした。それでも私は、小学校卒業までことばの教室に通い続けました。その原動力、なぜ通い続けられたのかということは、この体験談をまとめていく中で、ちょっとはつきりしてきました。

吃音を治したいという私の気持ちは、年々強くなり、そのまま中学校に入学します。中学校では、吃音を人に知られないようにするための回避行動が、とても悪化しました。発表がある日は学校を休んだり遅刻をして行ったり、段々と頭痛がするようになる

と身体症状も出始めました。自宅を出るもののなかなか学校に行けず、近くの公園で時間をつぶしていたら、近所の人に「どこの中学生？」と声をかけられたこともよくありました。学校では、どうしたら人に吃音を知られなくて済むかということばかり考えていて、国語の授業の音読で自分の順番が当たるまでは頭が真っ白で、全然授業の内容が頭に入ってこないという状態でした。自分の出席番号と日付が一致する日、月と日付を足すと自分の出席番号になる日、引くと自分の出席番号になる日、割ると自分の出席番号になる日、というように、自分が指されるんじゃないかという日は、もう何日も前から憂鬱でした。中学校時代は地域のクラブチームでサッカーを習っていたのですが、練習で吃音が出てしまうこともよくあって、段々通うのが嫌になりました。特に、試合の時間が本当に辛かったです。選手交代で自分がコートに入っていく時は、自分から審判に向かって「主審、交代お願いします、佐藤。」などと、交代する選手の名前を呼ばなくてはなりません。この一連の流れが本当に不安で、試合の日に仮病を使って休むこともありました。こういったこともあって、中学校卒業を機に、私はサッカーをやめてしまいました。

高校生になると回避行動は更に悪化し、学校をよくサボるようになりました。吃音が理由で休んでいるということ、先生にも誰にも両親にも知られなくなかったので、特に理由を言わずにサボったり遅刻したりするようになりました。先生たちからは、素行が悪い生徒だと評価されていたように思います。吃音を隠す行動は、高校生の時が一番ひどく、周りから指摘されることはほとんどありませんでした。でも、悩みはどんどん悪化していきました。隠すことで周りに知られない代わりに、一人で悩みを抱え込むようになりました。

大学は、私にとって天国のようなところでした。自分で好きな授業を選択できたからです。私は自分が学びたい授業ではなくて、発表がない授業、人前で話すことがない授業と、吃音で困らない授業を選択しました。その結果、吃音で困ることは少なくなりましたが、何を学んだのかよくわからないという状態になってしまいました。

しかし、中学生から大学まで約10年間吃音を隠し続けた私は、就職活動という壁にぶつかりました。それまで吃音が出そうな場面は避け続けてきたので、面接や就職からの電話対応、上司との会話など、社会に出るとのことすべてが不安で仕方ありませんでした。それでも逃げずに就職活動に挑戦できればよかったんですが、逃げてしまいました。例えば、初めて書類選考が通ったとある会社があったんですが、面接の日になると、私はその面接会場ではなく大学の図書館に向かいました。スーツを着て、靴を持って、面接に行くぞという恰好で、その図書館で一日過ごしました。面接を無断でキャンセルしたんです。スーツを着て出かけたのは、家族に面接に行かないことを知られなくなかったからです。会社に電話する勇気もなく、ただただ無断でいました。この時、私は社会人になれないと悟りました。吃音の症状で社会人になれないのではなく、吃音から逃げ続けてしまう自分が社会人になれないという気持ちでいっぱいでした。人生で最も吃音に悩んでいたのは、この瞬間だったように思います。

私はこの就職活動が始まる少し前から、言語聴覚士の先生のところに通っていました。でもこの時も、私は吃音を治したいという気持ちで通っていたので、やっぱり思ったような効果がなかなか出ませんでした。やっぱり治してほしかったので、治らないんじゃないかという気持ちもありました。しかし、言語聴覚士の先生のところに通うことをきっかけに、他の吃音がある人たちと交流をしたり、東京にある『小中高校生の吃音のつどい』を紹介してもらったり、言語聴覚士を目指す学生に向けて自分の体験談を話すという経験をさせてもらいました。この一つ一つの経験の効果はすぐには実感できませんでしたが、吃音から逃げていた私にとっては、吃音と向き合う一つのきっかけに

なったのではないかと思います。

就職という壁にぶつかって、今後の進路に悩んでいた私は、ふと、「吃音を支援する仕事もあるのか。」ということに気が付きました。自分は吃音を治療される側だったので、支援する側に回るなどということは、これまでの人生で全く考えもしませんでした。でもこのとき突然、この決断を思いついたのです。そして、私は言語聴覚士を目指すことになりました。言語聴覚士の養成校は、私がこれまで過ごしてきた環境とは真逆でした。これまで吃音を隠すことを第一に考えて生活してきましたが、養成校では周りのみんなが吃音を知っていて、同級生だったり先輩だったり、先生にも吃音の当事者がいました。だから隠す必要がありませんでした。これまで避けてきた人前で話すことにも、避けられない状況だったので挑戦することができました。また、養成校に通いながら言語聴覚士の先生のところに通っていたこともあって、私の吃音は少しずつ改善していきました。

仕事を始めてからも、吃音で困ることは少なくありませんが、それでも自分の吃音が他の吃音のある人の役に立っていると思うと、昔ほどの困難さはありません。そして何より、吃音の悩みや症状を良い状態に保つためのテクニック、知識を知ることができたので、困ることを減らせているのだと思います。このように私は、この仕事を目指すことで初めて、自分の吃音と向き合うことができ、吃音の悩みを減らすことができたのだと思います。

冒頭でも話しましたが、この体験談をまとめるまで、私はことばの教室に複雑な感情をもっていました。先に述べたように、小学校時代の私は、吃音を治したいという気持ちが強い子でした。話し辛さを感じていて、困ってもいたと思います。しかし自分の体験を振り返っていく中で、その複雑な感情、気持ちにほんの少し整理がついたように思います。実は、この体験談をまとめる中で、当時のことばの教室の資料を実家で見つけました。平成9年度のことばの教室のたんぽぽ便り。担任の先生とことばの教室の先生が連絡を取り合っていた連絡帳。ことばの教室の先生からの助言や吃音の知識に関して、母が真剣にとって大量のメモ。私が書いた作文・・・これは多分、ことばの教室に入級する行事みたいなものがあつた時に、教室の先輩、経験者として歓迎の言葉をさせてもらった時の作文だと思います。こういったものを見返していたら、小学校時代も様々な支援を受けていたことに気が付き、それによってなんとかなっていたんだとわかりました。困ってはいましたが、それでもなんとか学校を休まずに通っていましたし、発表も回避せずに取り組めていました。吃音を治したいという気持ちは強くなっていきましたが、吃音が重大な生活上の問題にはなっていなかったということです。これは紛れもなく、ことばの教室や先生のおかげだと思っています。ことばの教室は私にとって、吃音を治してくれる場所ではありませんでしたが、それでも唯一、吃音のことを相談できる心強い場所でした。だから小学校卒業まで通い続けられたのだと思います。今、当時のことばの教室の先生にお会いしたら、「ありがとうございました。」と伝えたいです。

最後に、当事者の立場から、ことばの教室の先生方にお伝えしたいことが二つあります。一つ目は、吃音のある子の小学校を卒業してからの生活にも、更に目を向けてもらえたらということです。先生方の元を離れてからも、私たちの吃音は続きます。今は困っていることが少なくても、私のように中学校、高校と悩みを深めていくことは少なくありません。悩みやすい中高生という時期のために、小学生時代に何ができるのか考えていただけたら嬉しいです。もう一つは、ことばの教室以外にも、相談できる場所をもてるようにしてほしいということです。小学生の私にとって、ことばの教室は、吃音について唯一相談できる場所でした。しかし唯一の場所であったがために、ことばの教

室がなくなる中学生以降、困ってしまったのかもしれませんが。そのため、担任の先生とか友達とか、他にも吃音について相談できる場所が、家族以外に必要だったのではないかと思います。そんな担任の先生や友達にも相談できる素晴らしい環境を、ことばの教室の先生に作ってもらえたらとても嬉しかったと、当時を振り返ると思います。

長くなりましたが、一当事者である私の経験が、少しでも先生方の指導にお役立ただけなら幸いです。先生方の支援を必要としている吃音のある子はたくさんいます。先生方のこれからのご活躍を願っております。