

優秀賞  
ゆうしゅうしょう

高校生区分  
こうこうせいくぶん

吃音  
きつおん

沖縄県立豊見城高等学校  
おきなわけんりつとみしろこうとうがっこう  
三年  
さんねん

豊川 楓  
とよかわ かえで

ます。私がどもりを持ち始めてからの体験を伝えたいと思います。

私がどもりを持ち始めたのは保育園の頃です。どもりを持っていた子のマネをしてみたのと親から聞きました。小学生になって人前に立つ機会が増えていき周りの人からは「なんでそんな喋り方なの」と言われたり笑われたりもしていました。小学生の頃はあまり気にしていなくて自分が言葉が詰まった喋り方という自覚はありませんでした。なので、人前に立ったりするのが怖くなくたくさん発表などして、目立つことがとても好きでした。中学生になると私はどもりを自覚し始め周りの目をとても気にするようになりました。特に、周りの目を気にするようになったのは中学二年生の頃です。思春期という時期でもあり、人前で話すという事がとても怖くなりました。

私は、吃音をもっています。世間一般的にはどもりと言われているものです。どもりとは言葉が詰まって円滑に言えないことを指します。三種類あり、連発、難発、伸発があります。三種類とも一言目に出て、連発は「あ、あ、あ、ありがとうございます。」難発は「・・・ありがとうございます。」伸発は「あ——りがとう。」という感じになります。私は三種類ともコンプリートしてきてきついと感じ

ちゅうがくさんねんせい 中学三年生は、担任の先生や教科担当の先生に相談して、発表をなくしてもらい、サポートされながら過ごしていただきました。

こうこうせい 高校生になり、高校一年生と二年生も、担任の先生や教科担当の先生に相談して音読する時や全体で発表する時は、個別で対応してもらおう等配慮してもらいました。友達や家族、いとこ、スクールカウンセラーにも、どもりについて相談などして、気持ちを和らげたりもししていました。

わたし このことから、私はみんなにどもりについて知ってもらいたいと思えました。自分の体験を通して思ったことは、周りにも私と同じような人がいたら優しい目で見て、サポートしたり、相談などに乗り気持ちを楽にさせてあげたいと思えました。これから私は、社会人になります。社会人になると人前に立つ機会が多くなっていくので、このことから逃げずに頑張ろうとし

さいちゅう ている最中です。これからは、人前に立つということから逃げずにたくさん回数を重ねて慣れていこうと考えています。どもりを持つている人がいたら、その人の話を聞いたりその人が居やすい環境を作れたらいいと思っています。

げんざい 現在、高校三年生の私は、以前の私と大きく変わったと思います。一番変わったと思うところは、色々なことを考えるより、行動から先に移すという決心をしたことです。人間が思う九割の事は起こらないと言われています。学校では、週番の役割があり、その役割は朝にみんなの前に立ち連絡事項を読み上げるというものです。七月の上旬に私の番が来ました。担当の週の一週間前から不安になり始め、「言葉が詰まったらどうしよう」「笑われたらどうしよう」などと色々な不安が頭の中に浮かぶばかりでした。しかし、変わるんだ、色々考えるより行動か

ら先に移すって決めたからには、「やるしかない」この一言だけを  
考え、当日まで待ち続けました。当日、みんなの前に立ち朝  
の連絡事項を言いました。言っている最中、緊張が高まり足も  
震えていました。「たったの五分、たったの五分」と「ゆっくり  
自分のペースでいい」といいきかせながら言いました。そして、  
言葉はほんの一瞬詰まるだけで、クラスメイトのみんなも笑わ  
ず聞いてくれました。席に戻った後も余韻が残っていて、  
手と足と声が震えていました。その時私は、「できた」この一言  
だけしか思い浮かびませんでした。この経験もあり、自信がつい  
て、人前に立つという恐怖もなくなっていく、克服できると思い  
ました。

どもりは環境で変わると言われています。私の場合、中学  
生の頃から高校二年生までのサポートが役に立ったと思います。

無理しても治りが遅くなるだけかもしれないと思いました。  
人生はまだまだある。しかし、いつ死んでしまうか分からない。  
だから、自分がしたいことはしておこうと思いました。今、なに  
かしらの病気を患っている人、私みたいに人前に立つことに  
恐怖を抱いている人、スポーツなどで怪我をしてしまった人等、  
葛藤している人は多いと思います。自分のペースでゆっくり  
克服に向けて段階を踏んでいけばいつか克服できる日が来ると  
願います。何かで悩んでいるのであれば、一人で抱え込まずに  
周りの人に悩んでいることを聞いてもらって気持ちを和らげる  
こともとても大切だと思います。

私が体験したことを基に、私と同じどもりを持っている人、  
病気を患っている人達に良い環境を作って欲しいと思いまし  
た。以上で吃音（どもり）についての話を終わります。