

吃音支援の基礎実践

こども言語相談室cotocoto
言語聴覚士西野章子



自己紹介



- **西野章子** 言語聴覚士（国家資格）
- 総合病院にて20年間小児から成人の言語訓練・嚥下訓練を実施
- 行政委託として健診・発達相談に従事
- 長崎大学子どもの心の支援に関わる高度人材育成プログラム講師
- 長崎リハビリテーション学院非常勤講師
- 放課後等デイ・こども園 スーパーバイザー
- 2021年 こども言語相談室cotocoto開業
- 2024年 ことばと学びの教室コトコト開設
- 専門は小児の言語発達全般・構音指導・摂食指導・吃音・学習支援

こども言語相談室cotocoto



子どもたちが自分の力を
のびのびと出し切って
人生を味わい尽くすために



子と言葉を
つなぐ

特性を
味わいに
変える

子どもと
その家族の
ストーリーを
応援する

吃音支援のモヤモヤ

「気にせず様子
見」って言われる

「（あなたが）ゆっくり話して」「言い直しさせないで」しか言われない

〈環境調整〉ばかり
言われて、話し方の
練習について教えて
もらえない

環境調整をできるの
は子どものうちだけ

うちの子、吃音があるのかしら？



吃音といえないことが多い

- 語句の繰り返し「これは これは」「とけい とけい とけいがね」
- 挿入「えっとね あのね それでね ぼくがね」
- 言い直し／中止「じ．．．とけいが」（「じかん」と言おうとしていた？）



吃音であることが多い

- 吃音の中核症状のどれか一つが多くみられる場合
- 随伴症状がある場合は吃音であることが多い
- 症状が6ヶ月以上続く場合には吃音である可能性が高い



吃音の中核症状

繰り返す
連発

こここここうえん

伸ばす
伸発

あーーそびたい

止まる
難発

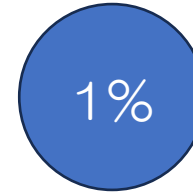
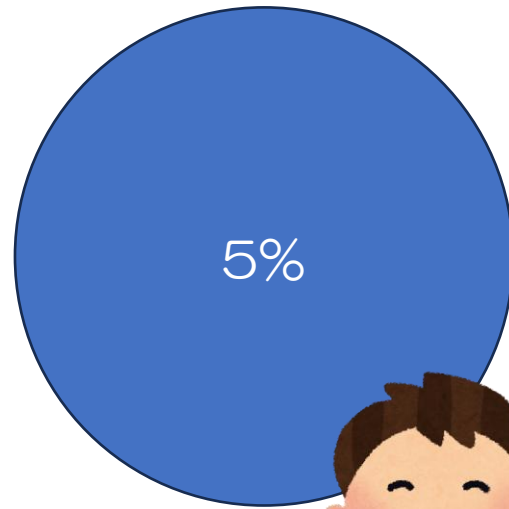
……ツツえほん

随伴症状

- 手を振る
- 足を鳴らす
- 頭を振る
- まばたきをする
- 大きく息を吸う
- 顔をしかめる

※話すのとは関係なく体がピクッと動くのは、吃音の随伴症状ではない。チックなどの可能性。

吃音を持つ人の割合



軽快率

男児

- 早期回復（1.5年以内） 32%
- 遅延回復（1.5～3年） 30%
- 持続群（3年以上） 38%



女児

- 早期回復（1.5年以内） 37%
- 遅延回復（1.5～3年） 42%
- 持続群（3年以上） 21%



吃音の特徴

- 2語文以上の複雑な発話を開始する時期に起きやすい（2～3歳に多い）
- 幼児期の吃音の95%は4歳までに始まる
- 原因は、元々持っている体質が7割を占め、発達 の時期（ことばの能力が急速に高まる時期）や環境（特別なものではなく、幼児期によくある、弟妹の出生、引越し、幼稚園入園など）の要因が加わる
- 吃音の原因は体質的なものであり、育て方や性格などは吃音の発症とは関係がない
- 男女比は4:1くらいで、男性に多いが、幼児期は男女差はあまりない

対応

- ゆっくり聞き、ゆっくり話す
- 最後まで話を聞く
- 言い直しやアドバイスをしない
- 目の前のこと（現前の話）について簡単な文で話す
- 子どものことばを繰り返す



ゆっくり話す聞く ことばを繰り返す

- 「ゆっくり話して」ではなく、大人側がゆっくり話す
- やや引き伸ばし気味な話し方がよい
- あいずちもゆっくりと
- ミラーニューロン
- ちゃんと聞いてもらえているという安心感（承認）
- 一息つくことができる

最後まで聞く 話し方に干渉しない

- 途中で遮って結論を先取りしない
- 「ゆっくりはなしてごらん」「おちついて」「もう一回言っごらん」など言わない

現前事象を分かりやすい文で

- 現前の会話（イマココの話）
- 簡単な文構造
- 質問の回数を減らし、答えやすい質問にする。
- オープンクエスチョンよりもクローズドクエスチョン

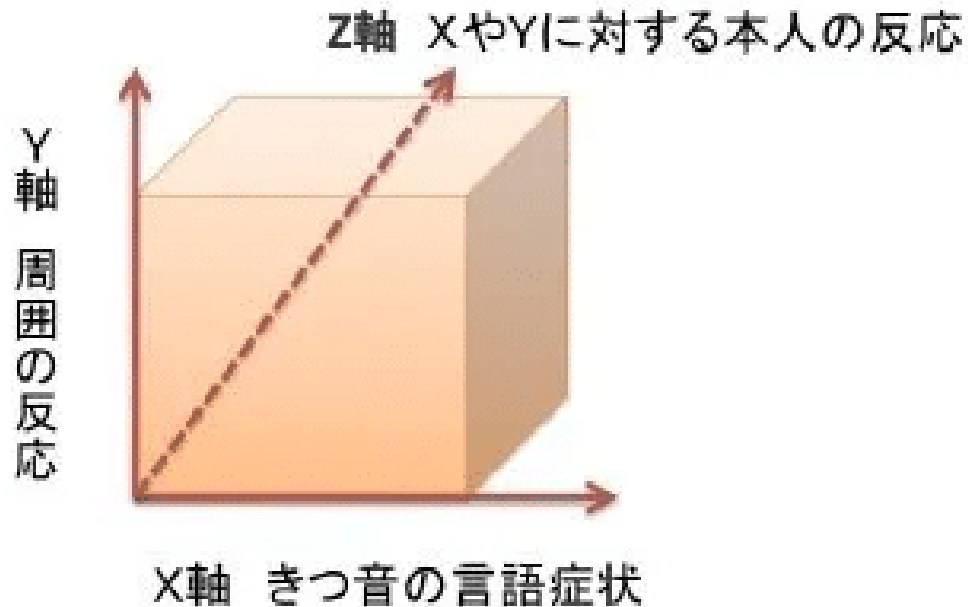
例「なぜ？」「どうやって？」よりも「これでいい？」「何が食べた
い？」など、できるだけ一言で答えられるような質問を心がける

- 「なぜ？」「どうして？」という質問よりも、事実確認のような質問
「〇〇したのね」等に変えてみるというのも〇

吃音が出やすいとき

- 覚えてたのことばを使おうとするとき
- 難しい文で表現しようとするとき
- 伝えたい ことがあるのにうまくことばや文で表現できないとき
- 早く話そうとする時、そして気持ちが高ぶっている時
- 行事の前に吃音が増え、長期の休み等に減ることがある。

ウェンデル・ジョンソンの 吃音問題の立方体モデル



◆言語症状（中核症状） に惑わされない

- ◆子どもによって立方体の形は様々
- ◆吃音のゴールは立方体を小さくする、
大きくなるのを予防すること

出典 吃音のポータルサイト

吃音の本質ってなんだろう



吃音進展段階

	吃音症状	認知および感情	本人の 悩み度	周りの 心配度
第1層	・連発（繰り返し） ・伸発（引き伸ばし）	・自由に話す ・吃音の自覚はなし ・稀に瞬間的にもがく	小	中
第2層	・難発（阻止、つまり） ・随伴症状 ・連発・伸発	・自由に話す ・少し吃音の自覚が出てくる ・非常に困難なときは「話せない」などと言うときもある		大
第3層	・回避以外のすべての症状 ・緊張性のふるえ ・語の言い換え	・吃音者の自覚あり ・吃音に対して恥や苛立ちなどを感じる ・隠す工夫を始める		
第4層	・回避が加わり、すべての症状が出揃う ・連発・伸発の減少 ・一見、どもっていない	・話す前に「どもるかもしれない」という予期不安が出る ・話す場面を回避し、周囲から誤解される ・吃音に対して恐怖を感じる	大	小

症状に惑わされない

出典 吃音の合理的配慮

吃音へのアプローチ

- X軸

吃音症状そのものへのアプローチ

- Y軸

保護者、学級担任、クラスメートへのアプローチ

- Z軸

- 吃音について知る活動・吃音で困ったときの対処法・カミングアウトの仕方

X軸：流暢性形成法

- ゆったりとした速度で、引き伸ばして、柔らかい起声によって発話し、吃音症状が出にくくなるようにする方法
- 発話の速度や強勢、声の大きさや抑揚、リズムをモデルとして提示する。
- 柔らかい起声でゆったり話して子供が真似するように誘導したり

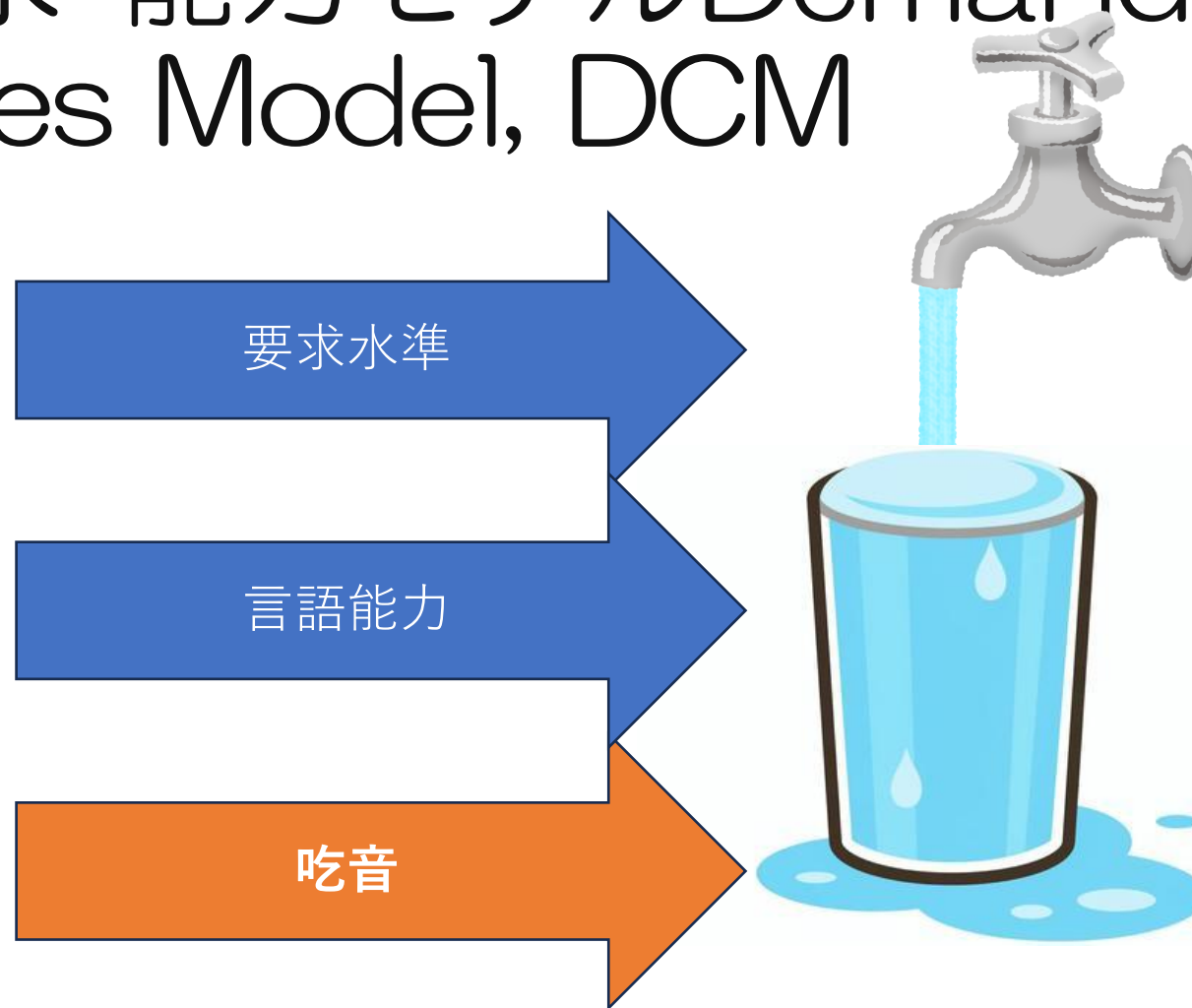
例)

虹の絵を描くのに合わせて、色の名前を引き伸ばして言う

おもちゃ等の動きと同期させて、ゆっくりとしたリズムを刻みながらそうっと言う



X軸：要求-能力モデル Demands and Capacities Model, DCM



スペシャルタイム

運動的要求を
下げる

非常にゆっくり話
しかける
(1秒間に2~3
音)

言語的要求を
下げる

一度に話す文を短
くする
(「~けど」「~
から」などの接続
詞を使わない)

認知的要求を
下げる

質問の回数を減ら
す
質問は「はい」
「いいえ」で答え
られるものにする
非現前は極力避け
る

情動的要求を
下げる

興奮せず落ち着い
て取り組める活動
を行う
例) 間違い探し、
ブロック、パズル
等

スペシャルタイム

- 週4回以上
- できるなら毎日
- 10分～15分家庭でのスペシャルタイム
- 吃音頻度が低下し、それが継続するようであれば要求を増やしていく。

例) 質問を少し増やす、少し長い文で話す、少しゆっくりな程度の発話にする等



Y軸：吃音のよくある誤解

- 親の養育態度が原因
- 吃音はうつる
- 安心しているときは吃音が出ない
- 自分の名前や挨拶程度では吃音は出ない

Y軸：周囲の子どもへの対応

- 真似、笑う、指摘は70%が経験している
- 4歳以降から起こりやすい
- 吃音が悪化する要因となりやすい
- そのような場面に直面した際は、すぐにその場で対応する
- 家庭で吃音についてオープンに話し、笑われたりしていないかを確認する。
- そのようなことがあった場合は個人名も確認して担任と共有する

Y軸：学校で「発表」が苦手になる要因

- 言い方やタイミングが決まっている
- 制限時間や流暢性が求められる
- 難発に気付かれず誤解される
- 過去のからかいが影響を及ぼす



ライフステージと発表のシーン

小学校

授業での発表
九九
作文の発表
音読
号令
司会進行

中高

授業での発表
音読、弁論大会
号令、司会進行、
部活動での声掛け、英検面接

大学
専門学校

授業での発表
卒業論文発表
プレゼン
英検、就職面接

小学校で気を付ける行事

1年生	入学式
2年生	掛け算九九
3年生	クラス替え
4年生	二分の一成人式
5年生	クラス替え・思春期の始まり
6年生	卒業式

【共通項目】
健康観察・号令・音読・学習発表会
自己紹介・からかい・引っ越し

普段あまり目立たなくてもこのタイミングで目立ち、笑われてしまうことがある

合理的配慮とは

- 障害のある人から「社会の中にあるバリア（障壁）を取り除くために何らかの対応が必要」との意思が伝えられたときに、行政機関等や事業者が、負担が重すぎない範囲で必要かつ合理的な対応を行うこと

吃音の合理的配慮例

- 音読を一人読みから二人読みへ
- 挨拶などが言いにくい時に追求しない
- 発話以外で授業に参加できる方法の工夫
- 掛け算の暗唱で時間を競わせない
- からかい、真似、指摘に関する指導の徹底

吃音が出やすい言葉

- 言いにくい言葉は一人一人違う

ありがとうございます
いいえ、いらっしゃいませ
おはようございます
おつかれさまです
お先に失礼します
数字（1, 2・・・）
自分の名前
会社名
「はい」返事



平等

公平

cotocoto©

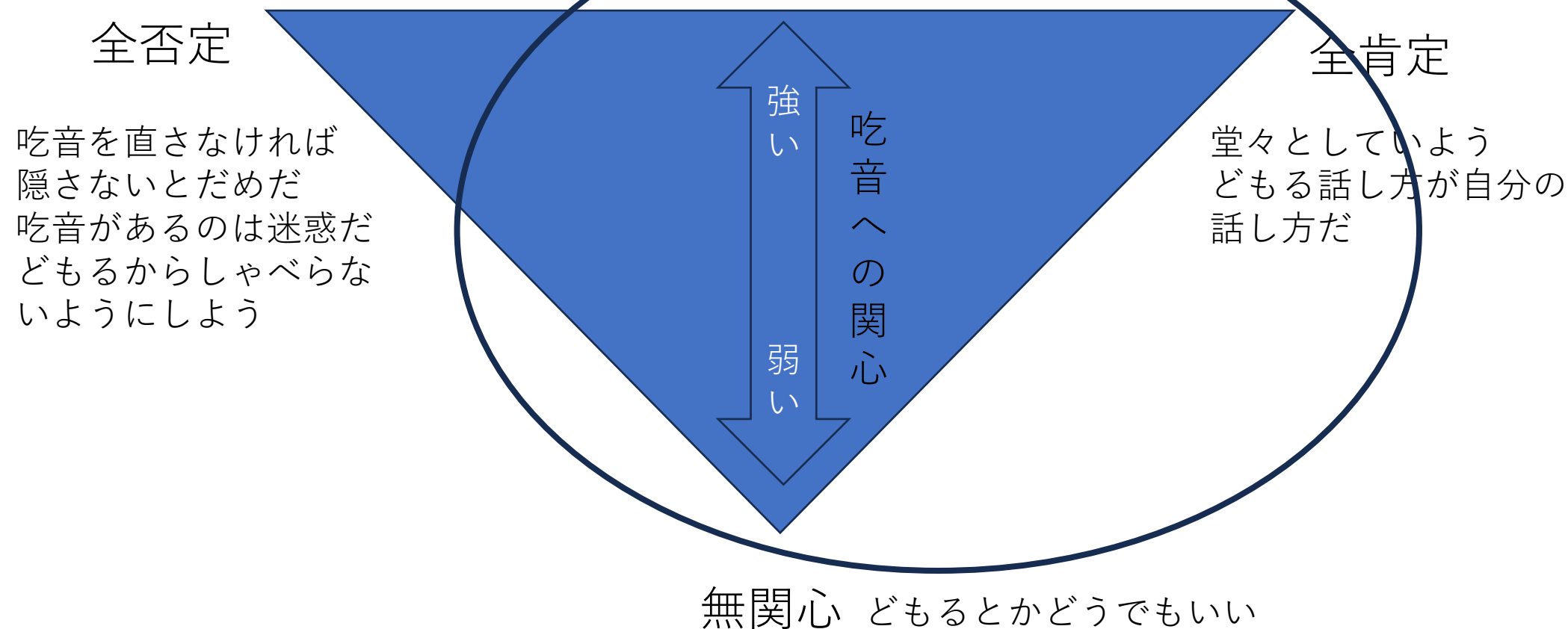
過度

環境



ENVIRONMENT

Z軸：x軸やy軸に対する本人の反応



Z軸へのアプローチ方法

- 吃音に触れる
- コーピングスキルの習得（ストレスへの対処方法）
- グループ活動

緘黙とは

家では話せるのに、学校など特定の場所では話せなくなる状態

安心できる環境ではスムーズに話せるので単なる「やる気の問題」と誤解される。

実際には、本人の意思や努力ではコントロールできない。

緘黙クイズ

- 子どもの気持ちを汲み取るために、視線を合わせて話す
- ことばで話す機会を増やすため、できるだけ言葉で言わせるよう支援する
- 聞く力を育てるために、言葉だけで指示する
- 子どもが自分で答えられるよう、保護者には「代わりに言っておけるようなことはせず、本人に言わせる」ことをお伝えする

緘黙の概要

- 発症時期：
多くは2～5歳 入園や入学後に症状がはっきりする
- 出現率：
日本の調査では0.2～0.5% 男女比 1：2～3
- 子どもの性格：
様々。緘黙児が消極的で気が弱いとは限らない



原因

- 明確な原因は分かってない 以下の要因が関係すると言われている
 - 不安が強い気質（不安傾向）
 - 過去の緊張や失敗経験、周囲の環境・プレッシャー
- 多くの緘黙のお子さんは「不安になりやすい気質」を生まれつき持っているのではないかとされている

⇒ 養育態度・環境が直接の原因ではない

対応

- ・目を見つめない

プレッシャーになり、緊張や不安を引き起こすことがある。
話しかけるときは、真正面からではなく、斜め横に座ってさりげなく話すなど、視線を強要しない工夫が○

- ・非言語的コミュニケーションを使う

表情、ジェスチャー、絵やカードなどを活用。
例：選択肢を絵カードで見せて「どっちがいい？」と指差して選んでもらう、など。

関わり方の工夫

- 大人がさりげなく近くにいる状況に慣れ、安心できる環境を作る
- 失敗した時は出来るだけ目立たないように落ち着いた声掛けを
- 子ども同士なら話せる時その友人に通訳のような役割をお願いするのも1つの方法



緘黙が悪化する関わり

- 話そう、プレッシャーを与える
- 物でつる/強要する/脅すなどで、話させようとする
- 話さないことを責める
- 人に注目させる



「吃音の理解」とは

日本吃音臨床研究会 会長 伊藤伸二

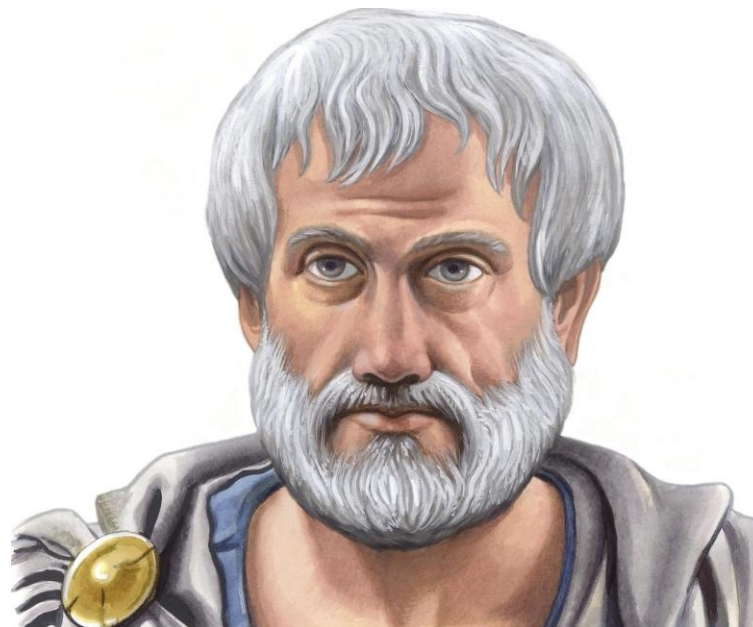
- 「吃音で悩んできた私たちは、吃音をどのように理解してほしいのだろうか？」-中略-15名ほどが参加した市民講座で、ひとりの母親が、「どもっている」と、子どもがとてもかわいそうで、なんとか治してやりたい」と涙ぐんだ。その姿を見ていた成人のどもる人が、「治してあげないとかわいそうだとあまり言われると、治らずに40歳を過ぎた私は、あのお母さんからすれば哀れな存在なのですね」と、帰りの道すがら、複雑な思いを語った。
- -中略-「治したい・治してあげたい」との自然な思いが、現実にももっている人をおとしめていることになるとは思ってもよらないことだろう。吃音の悩みや苦しみは、21歳まで孤独で本当に深刻に悩んできた私には、いくらでも言うことができる。しかし、かわいそうで、みじめなものとして、どうしても治さなければならぬものだとして吃音を理解することが、どもる子どもや親にとっての生きやすい社会につながるだろうか。

吃音と上手に付き合うための相談室～日本吃音臨床研究会～ホームページより

アリストテレス語録

- **Happiness depends upon ourselves.**

幸せかどうか決めるのは自分である



こども言語相談室cotocoto



- オンライン相談
- オンライン研修
- 個別言語訓練
- 園・クリニックでのことばの教室
- 園だより・通信でのコラム執筆

