



ほんの少しだけ、お互いの ことを知るだけでいい



「百舌の巣」のポスターです

三人の自閉スペクトラム症の子の父親
自身も当事者

一心

いっしん 長男が発達障害と診断されたことで、自身も当事者と気づく。発達障害の有無にかかわらず、お互いのことを知るだけでより豊かに暮らせることを伝えたいと、相互認知の場「百舌の巣」で活動中。ブログ「僕は推定アスペルガー」。

僕には三人の子どもがいます。長男が自閉スペクトラム症（ASD）であると診断されたことをきっかけに、僕自身と子どもたち全員がASDであり、発達障害があることに気づきました。子どものことを勉強するために買ってきた本には、僕の人生を見てきたかのような内容が書かれていました。

子どもが学校に入学することが、不安でした。きっと自分と同じようにいじめられるだろう、学校が嫌いになるだろう、友達だって一人もできないだろう、人生に絶望するだろう。そんなふうに思っていました。

「百舌の巣」

子どもが小学校に入学してすぐ、担任

から通級指導教室の利用をすすめられました。いつのまにか学校は、僕のような人間が「ふつうのひと」を感じ取れるようになる居場所をつくってくれていました。

通級指導教室を通じて、たくさん教员やお母さんと話をする機会を得ました。その中で僕が感じたことは、発達障害も、定型と呼ばれる人たちも、区別する必要がないこと。僕たちは人間として連続体である、ということでした。

通級で話が進むうちに、定期的にお話し会をすることになりました。

小学生のころ感覚過敏が原因だったのでしょう、僕は髪を触られることに痛みを感じていました。髪を洗うことも嫌、散髪に行くのも嫌、髪を櫛でとかすことも嫌。そんな僕の頭はいつもボサボサ。「お前の頭は百舌の巣みたいだ」と揶揄されてきました。

ASDで発達障害と感覚過敏が満載である僕の頭の中を覗いてみる会、「百舌の巣」はこうして始まりました。

活動する理由

活動を続けていくうちに、学校などから講演の依頼を受けるようになりました。僕が講演活動をする一番の理由は、誰にも僕のような苦しい思いをしてほしくないからです。僕の小中学校時代に、心を開ける友達はいませんでした。親もきょうだいも味方ではありません。教員は、僕を苦しめる敵でした。子どもたちがそんな思いをする必要はないのです。

「百舌の巣」で話をするうちに、たくさんの方に気づきました。教員は僕を苦しめるために嫌がらせをしようとしていたのではなく、なんとか学校に順応させようと一生懸命頑張っていただけではないだろうか？ そう思えたら、教員を嫌いになれなくなりました。苦しいのは僕だけじゃない。

みんなが抱えている問題は同じです。違いがあるとするなら、上向きなのか下向きなのか、その方向性です。お互いのことをほんの少し知り合うだけでずっと

楽に、より豊かに暮らせるようになって僕らは信じています。

小学生への講演

講演活動の中で最も印象深かったのが、小学校の子どもたちを対象とした講演会でした。

依頼を受けたとき、子どもたちの年齢差が大きく、理解できる幅が大きいのが難しさを感じましたが、年齢差を利用した話ができると思い、全学年を対象に一回の話で終わらせることにしました。

僕が話をしなかったのは、多様性の話。同じ人間でもいろんな人がいて、それぞれできることもできないことも違う、という内容です。

苦手なことってなんだろう？

講演のテーマは「自分の苦手なことってなんだろう？」。人それぞれ違う苦手なことに、自分自身で気づいてもらう内容です。

学校生活に適應できる人（苦手が少ない）

「人」とっては、適應できない人の気持ちはわかってあげづらいものです。適應できる人にとっては、できて当たり前だからです。

一方、苦手が多い人にとって、できないとカミングアウトすることは、とても勇気がいることです。

そこで、僕が自分の苦手なことを子どもたちに示すことで、苦手なことを言いやすい環境がつけられるのではないだろうかと考えました。苦手なことがあるのは普通のこと、恥ずかしいことではない。そのことをみんなに知ってほしかったのです。

「僕は光の過敏があるために、屋内でも色つきの眼鏡をしていないと居られません。サングラスをしていないと頭痛、目まい、吐き気がしてきますし、体調が悪いと夜寝るときになっても頭の中が眩しくて痛くて寝られなくなります」

そんな子がいた場合、「自分たちには何ができるのだろう？」と考えてもらいました。自分が考えることが他人の手助けになること。そのように相手を思いやる

考え方が広まることで、自分が困ったときにも助けてもらえるのだということを知ってほしかったのです。

「僕は子どものころ、拍手がパチパチと鳴り響く音が怖くて仕方がありませんでした。音楽鑑賞会などで拍手が鳴り響くと、耳をふさいでうずくまることしかできませんでした」

そんな僕を見て教員は、「感動や感謝を伝えることすらできないのか？」と叱責しました。ほんの少しでも、僕のような子どもを知っていれば、ホールの外に連れ出す、耳栓を貸す、などの対応がとれたはずなのです。

この話をしたあと、僕は小学生たちに音の出ない手話の拍手（両手を顔の横でひらひらと動かす）について話し、一緒に練習をしました。

「紙渡しゲーム」

途中、ちょっとしたゲームをやることにしました。「紙渡しゲーム」。その名のとおり、輪になったグルーブ（五〜六名）の間に紙を一周させるゲームです。

ポイントは、年齢差があるグルーブをつくること。

ルールは簡単。持っている紙を隣の人に渡して、一周して最初の人のところに紙が戻ってくればクリアです。落としてしまっても失敗にはなりません。もう一つ大事なルールがあります。それは、受け取る人が、それぞれ自分に合った受け取り方を考え、渡してもらうことです。

「自分で考えることが難しそうだと感じたら、お兄ちゃんお姉ちゃんに相談してみましよう。なにかよい方法を教えてくださいませんか」

「年上の子たちは、年下の子が困っているような場面を見かけたら、その子と一緒に方法を考えてあげましよう。それは、自分が小さかったときに、難しくて苦手だと感じた出来事に似ているかもしれない



せん」

子どもたちは自由な発想で紙渡しゲームを楽しんでいました。高学年のパフォーマン스에低学年の子が驚く場面は想定できたのですが、低学年の子の柔軟な発想で生み出された受け取り方に高学年の子が舌を巻く場面などもあり、とても印象的でした。

「紙渡しゲーム」の目的

「六年生が普通にできることは、一年生にはできないことが多い」ということに気づいてもらうのが、このゲームの目的です。

「言われてみれば当たり前のことなのかもしれないけれど、人それぞれ違うのだから、できることもできないことも含めて、違っていて当たり前なのです」

自分が当たり前にできるから、全員ができるわけではない。「この人は、もしかしたらこういうことが苦手なのかな？」と気づく練習を、してほしかったのです。お互いのできないことを認め合い、どう考えればお互いのことを補い合えるのか



を知ってほしかったのです。

できることもたくさんあります

僕にはできないことがたくさんありますが、できることもたくさんあります。人より本を読むスピードはずっと速いし、漢字を読むことは得意です。

できないことは悪いことではなく、その子にとって一つの個性であると僕はとらえています。

苦手なことを克服しようとする努力は必要です。ただ、ある一定以上の努力をしても望む結果が得られなかった場合、そのことを他の人に託す勇氣も必要です。ただ、なんでもお願いをするのではなく、自分でできることを自分で探すことが大事です。それは本人にしかできないことだから。

小学校での講演が終わり、退場するとき、子どもたちは手話の拍手で僕を見送ってくれました。

驚いたのは、何人もの子どもたちが立ち上がり「がんばってねー」と声をかけ

てくれたことです。この子たちは僕と同じ、何らかの生きづらさを感じているのだろう。だから自分と同じような境遇であることを打ち明けた僕に対してエールを送ってくれたのだと思います。

何が本当に大変なことなのかを考へる

僕が四十数年間生きてきた中で、「できないことがある」ということ自体は、大変なことではありませんでした。人生において最も大変であったことは、自分の中に苦手なこと（大変なこと）があるということに気づけないことでした。

今学校に通っていて大変なことが多い、難しいことばかりだと感じている子どもは多くいると思います。

できないことが多く、苦勞ばかりしてきた僕のような人間でも、自分ができていることを見つけて役割を果たしていけば、社会の中で必要とされるようになるのです。

できることを一生懸命にやっていたら、多少できないことがあっても「ちよつと

これ苦手だからお願いしてもいいかな？」と言えれば、お互いに助け合うことができるのです。

僕の印象ですが、学校とは、できないことをできるようにする場所、みんなと同じことができるようにする場所でした。これでは、苦手なことが多い子どもは、学校に行くことがつらくなってしまいます。

苦手なことが多い子どもに、他の子どもと同じことができるように導こうと努力をしている教員は、自分を不甲斐ない教師だと思ってしまうかもしれません。自分の子どものことなのに理解してあげられないお母さんは、母親失格だと悩んでしまうでしょう。

ほんの少しだけ、互いのことを知るだけでいいのです。知ることで新しい一面に気づき、助け合うことができるのです。

自分ができないことを人に打ち明けるのは、少し難しいことなのかもしれません。そのことが「当たり前」となるにはどうすればいいのか、みなさんと考えていく一年にしたいと思っています。