

プロローグ

ほんの少しだけ、お互いの ことを知るだけでいい

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「フツウのヒト」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、たくさんの教員やお母さんと話をする機会を得ました。その中で僕が感



活動する理由

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、ということなのです。

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か、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。

「お前の頭は百舌ちすずの巣みたいだ」と揶揄されていました。

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、「百舌ちすずの巣」はこうして始まりました。

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。しかし、子どもたちがそんな思いをする必要はないのです。

「百舌ちすずの巣」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。

人が抱えている問題はみんな同じです。違いがあるとするとするなら、上向きなのか下向きなのか、その

方向性ではないでしょうか。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る。僕は信じています。



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、理解できる幅も大きいので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。

僕が話をしたかったのは、多様性の話。同じ人間でもいろんな人がいて、人それぞれで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）にとっては、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、とても勇気があることです。

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くら

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です。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か？」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、耳をふさいでつづ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、ちよつ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、輪になったグループ（五く六名）の間で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プをつくること。

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、それぞれ自分ができそうな「受け取り方」を考え、伝えることです。

「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れるかもしれません」

「年上の子たちは、年下の子が困っていい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ません」

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スに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のに気づいてもらうこと」と、「自分ができると・できないことをどう相手に伝えるか、考えてもらうこと」が目的です。

「言われてみれば当たり前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、違っていても当たり前なのです」

自分は当たり前前にはできるけど、みんなが同じようにできるわけではない。「この人は、もしかしたら



何が本当に大変なことなのかを考える

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」と声をかけてくれたことです。この子どもたちは僕と同じ、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。

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、さほど大変なことでは



できないことは悪いことではない

「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。お互いのできることでできないことを認め合い、どう考えればお互いに補い合えるのかを知ってほしかったのです。

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。

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、自分に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。

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、苦労ばかりしてきた僕のような人間でも、自分ができ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「ちよっ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う。

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、お互いを知ることを知るだけでいいのです。知ることです。新しい一面に気づき、助け合うことができるのです。

自分ができる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本にしたいと思っています。