





## 吃音の自然回復と気づき



 : 一番知りたいことなのですが、「吃音って治るものですか？」

 : その疑問に答えるには、実際に66名の子どもに対し、吃音が始まってから、どのくらいで治ったか調べた研究<sup>1)</sup>を紹介する必要があります。


男児は3年で62%自然回復し、女児は3年で79%が自然回復しました。

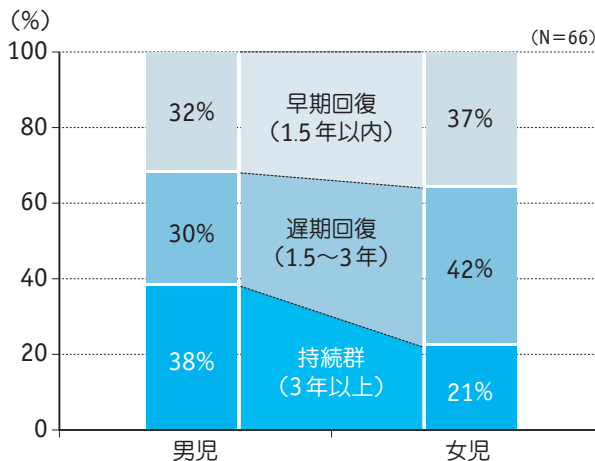
 : 自然回復とは「何もセラピーをしない」ということなのでしょうか？

 : 吃音相談に来た人ですので、最低限の接し方は説明したとは思いますが、リッカムプログラム (Column1, アドバンス編Q10) や間接法 (アドバンス編Q13) などの積極的なセラピーをしていない場合が自然回復となります。

 :  1の自然回復率のデータをよく見ると、1.5年以内の早期回復と、1.5年～3年の遅期回復は同じくらいですね。吃音って、始まって1～2カ月で治る子が多いと思っていたのですが、意外にも1年以上続く子が多いのですね。


 : そうです。発症1年以内に8.1%しか治らないと言われています。


 : 1年以内にはたった8.1%しか治らないのですね……。インターネットでは、少し子どもへの対応を変えると、治ったという書き込みがありました。




男児は、3年で6割の自然回復  
女児は、3年で8割の自然回復


 1 発吃後3年以内の自然回復率 (文献1より改変引用)


 : 吃音の最大の特徴は、増えたり減ったりする吃音の波と言われる症状があることです(エンター編2)。そのインターネットの書き込みがあった時点では、治ったように見えたけど、数日後にはまた吃音が始まるといったことはよくあります。

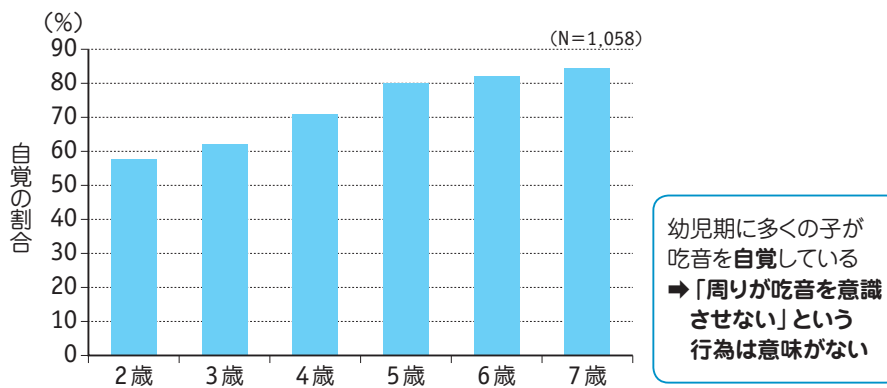
 : わかりました。吃音はいったん始まるとなかなか治りにくいものなのですね。「本人が自分の吃音に気づかないうちは治る可能性がある。本人が自分の吃音に気づくと治らない」という噂を聞いたことがあります。

子どもに吃音を気づかせないように吃音の話を避けていますが、その対応で良いのでしょうか？

 : **図2<sup>2)</sup>**をご覧ください。吃音のある子どもがどのくらいの割合で自分の吃音に気づいているかの研究があります。2～7歳の1,058名の吃音児の調査です。3歳で60%を超え、5歳で80%、7歳で85%と、多くの吃音のある子は自分の吃音に気づいています。このように吃音に気づいている子でも、治る子はたくさんいます。吃音を気づかせないことを第一の目標とし、**大人が吃音の話題を避けることで、子どもの困り感に寄り添えないことはあってはならない**と思います。

 : 子どもを病院に連れて行くときに、吃音の話を聞かせるといけないと思っていたので、親だけ先に話を聞こうとしていました。一緒でも悪影響はないのですね。

 : 子どもと一緒に診察室に入ったほうが、子どもの状態に応じた説明が聞けますよ。



**図2** 各年齢の吃音の自覚の割合 (文献2より改変引用)


#### 文献


- 1) Ambrose NG, et al: The genetic basis of persistence and recovery in stuttering. J Speech Lang Hear Res. 1997; 40(3): 567-580.
- 2) Boey RA, et al: Awareness and reactions of young stuttering children aged 2-7 years old towards their speech disfluency. J Commun Disord. 2009; 42(5): 334-346.


**Q** 吃音者がカミングアウトをすることで、  
どんなメリットとデメリットが  
あるのでしょうか？

**A** メリットはあるがままに話せること、  
デメリットは思った以上に他人は反応して  
くれない場合があることです。だからこそ、  
手の込んだカミングアウトよりは  
さらっと伝えられると良いでしょう。


Boyle MP, et al: Toward a better understanding of the process of disclosure events among people who stutter. J Fluency Disord. 2020; 63: 105746.


 : 息子が高校に入学しました。吃音に思い悩んでいるみたいですが、ネット情報から、吃音のカミングアウトをした方が楽になれるのではないかと考えています。今まで本人が自分でカミングアウトしたことがないのですが、どのような方法が良いのでしょうか？

 : 2020年に提唱された吃音のカミングアウトのプロセスモデルを [図1](#) に示します<sup>1)</sup>。まず、なぜカミングアウトするのか？ いつするのか？ を本人と共有すると、動機づけになると思います。

 : なぜ、カミングアウト？ うーん。昨年、吃音をからかうクラスメイトがいて、本人が嫌な思いをしていたという愚痴を聞きました。その後、先生に吃音を説明してもらい、からかいがなくなったことがありました。

 : それは貴重な経験でしたね。いつ言うのがいいと思いますか？

 : 高校1年生の初めが良いのではないのでしょうか？

 : そうですね。保護者が伝えても先生はすぐに忘れてしまうと思いますが、生徒本人の口から言うことで、担任の先生にもアピールになるかと思います。この論文では、カミングアウトのメリットとして、あるがままに話せることを挙げていました。デメリットとしては、カミングアウトしても、思った以上に他人は反応してくれない場合があります。

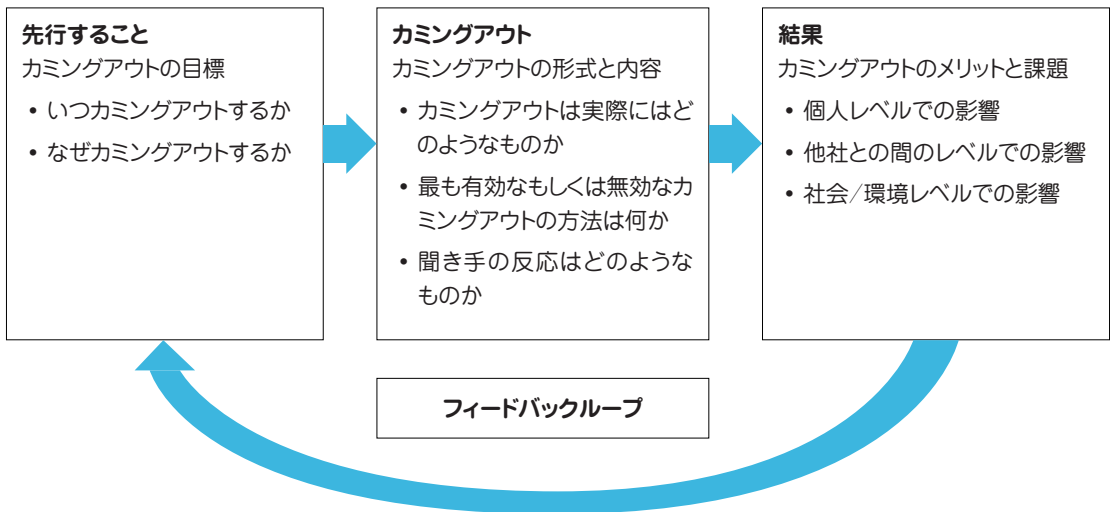




図1 吃音カミングアウトのプロセスモデル

(文献1より改変引用)

 : 清水の舞台から飛び降りる気持ちでカミングアウトをしても、「それで？」という反応しか得られないときがあるということですね。

 : だからこそカミングアウトをするときは、手の込んだ方法よりは、さらっと口に出すのが良いと思います。名前を言った後に「ときどき、言葉がつかえませんが、気にせず聞いて下さい」とだけ言うのもOKとのことでした。

 : 本人に提案してみますね。

### 参考論文の研究デザイン

#### 対象

12名の成人吃音者

#### 調査項目

半構造化面接, 吃音のカミングアウト(開示), grounded理論アプローチ, 質的内容分析, 吃音カミングアウトに伴う関連する主題とサブテーマ(表1)<sup>1)</sup>

テーマ	サブテーマ	例
カミングアウトに先行すること	なぜ吃音をかミングアウトするのか	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 自分で吃音をコントロールするため</li> <li>• より気持ちよく過ごすため</li> <li>• 本当の自分であるため</li> <li>• 聞き手が困るのに先手を打っておくため</li> <li>• サポートや安心できるよりどころを得るため</li> <li>• 味方でない人を除き、味方を見つけるため</li> <li>• コミュニケーションを改善するため</li> <li>• あるがままでいるため</li> <li>• 社会の見方を変え、吃音について他者に教育するため</li> </ul>
	いつカミングアウトするか	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 専門家がセッティングする</li> <li>• 仕事面談の時</li> <li>• いちかばちか、もしくは結果的にそうなったとき</li> <li>• ネガティブな、もしくは困惑した聞き手の反応に応じる時</li> <li>• 人生に関わるだろう新たな人物が現れたとき</li> <li>• 話すことが難しい(もしくは難しいと予想される)とき</li> </ul>
カミングアウトそのもの	吃音のカミングアウトの形式や内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ただ話して、オープンにどもる(吃音であることを隠そうとするのではなく)</li> <li>• わざとどもる</li> <li>• どもる前に吃音があることをカミングアウトする</li> <li>• どもった後に吃音について言及する</li> <li>• ネガティブな聞き手の反応に応じたり、吃音について教える、聞き手がどのように反応したら良いか教える</li> </ul>
	カミングアウトの最も有効な方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 丁寧に説明するのではなく、他の内容に移ることもなく、直接的に言う</li> <li>• 教育的な説明をする(吃音がどのように見えるか、どのように聞こえるかを聞き手に教える。なぜそうなるのかを教える。聞き手が質問しても良いことを知らせる)</li> <li>• わざとどもってみせる</li> <li>• ソーシャルメディアで投稿する</li> <li>• ときには計画的でないアプローチもあり、その場の状況による</li> </ul>
	カミングアウトの最も無効な方法	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 口頭でカミングアウトすることなくわざとどもってみせる</li> <li>• 告白するようなまたは謝るような言葉を用いる</li> <li>• ボディランゲージが少ない</li> <li>• カミングアウトするように強制されてそうする</li> <li>• 詳しく説明しすぎる(過剰に説明する)</li> <li>• 吃音に関する教育的説明をすることなく口頭でカミングアウトする</li> </ul>
	聞き手のその場での反応	<ul style="list-style-type: none"> <li>• リアクションしないもしくはニュートラルな反応をする</li> <li>• 吃音があることを共有してくれたことに感謝する</li> <li>• 思いやりを示す</li> <li>• 吃音に関して質問する</li> <li>• 吃音があることを過小評価する</li> <li>• 吃音があることを軽視したり見くびる</li> <li>• 黙っている</li> <li>• 話題を変える</li> <li>• その人の社会的な価値を落とす(笑いものにする、失礼な発言をする)</li> </ul>

カミングアウトそのもの	個人の利点	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 抑圧や心配や恐れを減らす</li> <li>• 信頼を高める</li> <li>• もっとありのままでいられる</li> <li>• 自然度の増した会話やコミュニケーションを行う</li> <li>• 尊厳や自尊心を増す</li> </ul>
	カミングアウトされた人との間でのメリット	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 会話時に吃音がオープンになる</li> <li>• 聞き手がどもることに対して心配せずに、吃音者の発言により集中できる</li> <li>• 勇気が聞き手に感銘を与える</li> <li>• 関係における信頼を増す</li> <li>• 他者が彼ら自身についてよりオープンになる</li> <li>• 他者とのつながりがより強くなる。吃音に対しネガティブな人をより分ける</li> </ul>
	社会的・環境的な利点	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 吃音のコミュニティに入る</li> <li>• 他の吃音のある人の役に立つ</li> <li>• 他の吃音のある人のために活動する</li> <li>• 世間の吃音の見方を変える、または他者に教育する</li> </ul>
	カミングアウトのリスクと潜在的な代償	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ぎこちなく感じる</li> <li>• 聞き手がネガティブな反応を示したら嫌な気持ちになる</li> <li>• 都合の悪いように感じる</li> <li>• 自分自身を表すためにもっと頑張らなければならないと感じる</li> <li>• 人と違うと思われる</li> <li>• 他者が求めてもないアドバイスを与えてくる</li> <li>• 他者が話し手が本当にどもののかどうかを疑う</li> <li>• 人々が話し手に対して吃音のある人だと決めつけてみてしまう</li> <li>• 人々が吃音のある人を差別する (例えば、雇用しなかったり、仕事で昇進させなかったりする)</li> <li>• 吃音というラベルや診断に悪いイメージや固定観念で見られるリスクがある</li> </ul>

(文献1より改変引用)












## 文献


- 1) Boyle MP, et al: Toward a better understanding of the process of disclosure events among people who stutter. J Fluency Disord. 2020; 63:105746.

Q なぜ、女兒は男児よりも自然回復しやすいのでしょうか？


A 男児は聴覚運動ネットワークの結びつきが弱く、女兒は非吃音児と同等なためです。

Chang SE, et al: Neural network connectivity differences in children who stutter. Brain, 2013; 136 (Pt 12): 3709-26.

-  : 大人の吃音の脳研究の問題点は何でしょうか？
-  : 最も議論の対象になることは、大人の脳の変化を見つけた時は発症後10年以上経っているために、「真の原因なのか？」「代償反応の結果を見ているのか？」ということです。
-  : 吃音は幼児期に始まると言われているので確かにそう思います。でも、未就学児がおとなしくMRIの機械に入って測定できるのでしょうか？
-  : その困難に立ち向かっているのは、アメリカのChangら<sup>1)</sup>です。Changのチームと親御さんの協力があり、3~9歳の56名のMRI検査を行いました。
-  : 吃音の原因はわかったのでしょうか？
-  : 左補足運動野 (supplementary motor area; SMA) から大脳基底核の左被殻までの機能的結合が吃音群では低かったという結果でした (図1)。
-  : それは、話す行動のどの過程を指すのでしょうか？
-  : 頭のなかで話す内容を構築し、話し出すための指令を出すまでの過程です。
-  : 話し始めのタイミングで障害が起きているということですね。
-  : そうです。自分で運動制御を行うタイミング (timing of self-paced movement control) を指示するネットワークが弱っています。私の言う「内的タイミング障害」と同じ意味です。
-  : 女兒は男児よりも自然回復しやすいということで、脳科学ではどのようなことがわかっているのでしょうか？

 : 吃音は聴覚的にタイミングを合わせると流暢になるために、大脳皮質の聴覚運動ネットワークも異常があるとされていました。

そのネットワークの弁蓋部(ブローカー野)と一次運動野、それと後上側頭回(弓状束)との機能的結合が吃音のある男児では低かったです(図2)。そのため、吃音のある女児は治りやすいのではないかと考察しています。

 : 吃音の脳機能障害は、1箇所が悪いから吃音になるという単純な話ではなかったのですね。

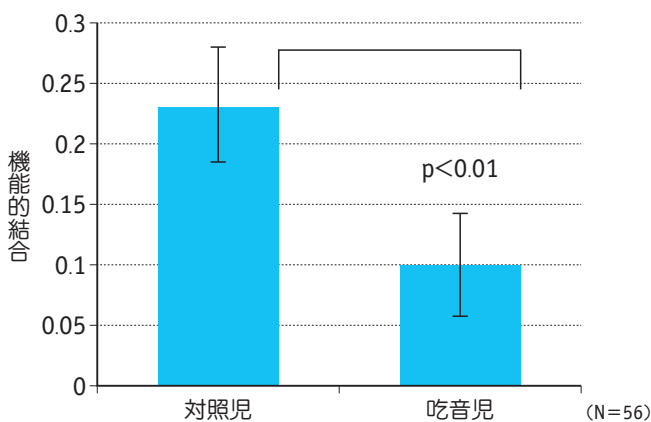


図1 SMAから左被殻までの機能的結合(吃音群と対照群との差)  
(文献1より改変引用)

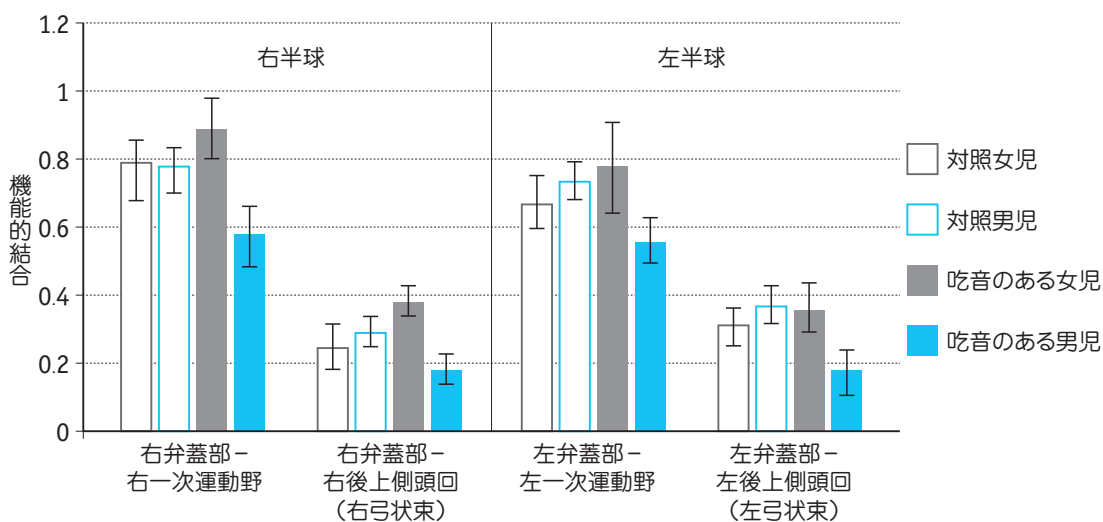


図2 聴覚運動ネットワークでの比較(吃音男児と吃音女児の差)

(文献1より改変引用)



## 参考論文の研究デザイン

### 対象

3～9歳の56名の吃音児（非吃音児28名，吃音児28名）

### 調査項目

- 吃音重症度SSI-4
- FSL Diffusion Toolbox (FDT v2.0), 3T Signa™ MRIを用いた。  
T1撮影は，撮影視野256mm×256mm，マトリックス256×256，繰り返し時間 (TR) 2,332ms，エコー時間 (TE) 3.8ms，フリップ角8°，スライス厚1mm，撮影時間は10分。
- DTI撮影はdual spin-echo EPIを用いた。48contiguous 2.4-mm axial slices in an interleaved order，撮影視野220mm×220mm，マトリックス128×128，繰り返し時間 (TR) 13.7s，エコー時間 (TE) 77.5ms，25の拡散協調画像 ( $b = 1,000\text{s/mm}^2$ ) と1枚  $b = 0\text{s/mm}^2$ 。撮影時間は10分。
- 安静時MRI撮影は7分間。38 contiguous 3-mm axial slices in an interleaved order，撮影視野220mm，マトリックス64×64，繰り返し時間 (TR) 2,500ms，エコー時間 (TE) 27.7ms，フリップ角80°

### 文献

- 1) Chang SE, et al: Neural network connectivity differences in children who stutter. Brain. 2013;136(Pt 12):3709-26.