

特 116

154

9 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10¹⁹ 1 2 3 4 5

始



特116
154

心理生理
吃音根治法及理論目次

第一編 吃音の理論

第一章 吃音は不治に非ず

第二章 デモスセネス

第三章 言語の障害

第四章 原因

第五章 症状

第六章 發音器官

第七章 吃る理由

第八章 何日で治るか及實例

第九章 豫防法

一 一 七 三 九 六 二 三 三 四 四 七

大正
15. 9. 20
内交

第二編 吃音治療方法

第一章 外國の療法

第二章 藥物療法

第三章 養生療法

第四章 呼吸療法

第一節 呼吸と音聲と健康

第二節 丹田呼吸法

第五章 心理療法

第一節 精神と身体の關係

第二節 自己心理療法

第三節 他人心理療法

第六章 神靈療法

四九
四九
五二
五三
六〇
六〇
六三
六六
六六
七一
七五
七七

第七章 發音練習法

第一節 單音發音法

第一 母音の發音法

第二 子音の發音法

第三 撥音の發音法

第四 促音の發音法

第五 拗音の發音法

第二節 單語發音法

第三節 朗讀法及對話法

第八章 吃音矯正の要項

第三編 治療法活用法

第一章 雄辯に話す法

八四
八五
八五
九三
九六
九六
九六
九七
九八
九九
一〇一
一〇六
一〇六

第二章	他人を矯正する法	一〇八
第三章	吃音児童の保護法	一一〇
第四章	目上又は多数の人に臆せぬ法	一一一
第五章	快活大膽になる法	一一三
第六章	動悸を静める法	一一四
第七章	腹が吊り上らぬ法	一一五
第八章	咽喉が締らぬ法	一一五
第九章	息切れせぬ法	一一六
第十章	吃る時の應急法	一一六
第十一章	美聲法	一一七
結論		一二〇

心理吃音根治法及理論

東京正聲學院長 梅田一靜 述

第一編 吃音の理論

第一章 吃音は不治に非ず

言語は人類が天より與へられた特別の恩恵であつて、
 生活は日々必要不可欠可なりざるものである、言語の完全な人は
 幸福であるが、もし言語に故障があれば、それは實に不幸な
 運命にある人と云はねばならぬ、世の文化が進むにつれて、
 社會

生存競争は追々激しくなる、此困難な治社會に出で、言語に障害があつては到底出世成功は覺束ない、他人に劣らぬ本能があつても一般には認められず、常に劣敗者、落伍者とならねばならぬ、又自ら寝ても醒めても其不幸を忘るゝ能はず、普通人の想像も出来ぬ程精神上の苦痛を感じて、一思ひに此苦を脱れる為自殺するものさへある、りして多くの人は悲觀續断の中に日を送る結果、神経衰弱となり、或は胃腸を弱くし、全身健康を害することが多い、尚不幸は自分一人に止まらず、兄弟や子孫にまで傳染するものである、現今我國吃音者の数は約百萬人と称されて居る、且年々一萬四五千人の新患者を生ずると云ふ、實に國家社會の爲にも捨て置けぬ重要問題である。

吃音の原因には種々あるが、發音器官の構造が悪いとか、病氣の爲などで起るのは極く少ないので、多くは他人からの感染によるものである、世には賣藥を飲んだり、醫師にかゝつた全治する理である、或は書物に依つて治療しても治らぬかり、器械を買つたり、或は書物に依つて治療しても治らぬかり、不治の難症だと思つて居る人もあるが、それは飛んでもない間違ひである、兎當外の方法を加へたとて治るものでなく、却て悪くなる人さへある、崇鴨町の或人は中學へ通つて居る吃音の息子さんに、價十五円の矯正器を買つたが少しも効なく、更に三ヶ月間百數十円の賣藥を連服させたが、吃音は少しも治らない上に、其藥の副作用であるか遂に病氣になつてブランクして居ると云ふ例もある、又吃音治療は醫師の

事河外のもりであつて、特殊の病氣がない限り醫師に頼んで
それで満足すべきでない、醫學博士で一等軍醫正であるK氏
の令息が吃音であるが、博士の力でも如何とも仕方がないの
で本學院へ依頼され、二週間矯正して奇麗に全治した例もあ
る、多くの醫師は吃音に就ては智識がないものである、薬や
手術では治らない病であるから夫は當然の事であらう。
吃音が如何ばかり一身に禍を及ぼすか、又全治後は如何ば
かり幸福に一轉するか一二の實例を述べると、O君と云ふ男
があつた、彼は吃音の爲に非常に陰鬱な性質となつて、人と
接することを嫌ひ、獨り引込んで煩悶した結果病弱となり、
學業に勤むことも出来ないので少年時代の優等生も漸次劣等
となつた、やがて某大學を卒業し會社に就職することになつ

て先づ重役に面接した、重役は彼に對して二三の試問をした、
併し彼は斯様な大切の場合には尚更臆して吃音のである、忽
ち彼は重役の一言の下に退けられて了つた、其後彼は本院で
非常に熱心に矯正を受けて根本から全治し、會社へも就職し
妻帯して幸福に暮して居る、又青森縣の一婦人は容貌も性質
もよく技藝も相當に修めて居るが廿五歳迄誰れ一人貰ひ手が
ない、彼女は重い吃音であつたからである、地方では早く嫁
入するのが例であるのに彼女は廿五歳迄全く其の望がなかつ
た、絶望痛恨の思ひに堪へず、尼にならうかと思つた、しか
し尼になつたとして此苦痛は消えるものではない、遂に死を決
したが、ふと本院のある事を知り、遂々と陸奥のはてから上
京して三週間寄宿し、非常な熱心で遂に光明界の人となり、

昨日にかはる喜悅の面持で帰つて行つた、其後間もなく結婚したとの報知があつた。

余も亦不幸なる一人であつた、大歳より廿餘年間吃音者が味ふ苦痛は悉く之を嘗め盡したのである、如何にもして自己の身に附きまふ悪魔を拂はんと苦辛多年、漸く其目的を達して茲に自己の体験と研究とに依る吃音根治法を發表し、不幸なる同病者にすゝむ次第である、決して疑ふ所なく、此法を信じ熱心に実行せば必ず近き日に目的を成就することが出来るのである。

尚吃音者が是非とも知つて置かねばならぬのはデモスセネスの事歴である、次の章で其傳記を掲げ日常我々の模範と為すこととす。

第二章 デモスセネス

西曆紀元前三百八十三年、希臘に呱呱の聲を上げたデモスセネス (Demosthenes) は富家の子として幸福に充ちて居る筈であるのに、彼は生來實に不幸であつた。

彼は病弱の為に發育不完全であつた、青い元氣のない顔をして、背中は曲り丈は低く、瘡をこけて見るから病身らしい貧弱な子供であつた、ろの上に一語も満足に發することの出来ぬ酷い吃音であつた。

他の元氣な少年達は不具者のような彼を友達にする者はなかつた、ろして指して嘲り罵して居た。父母は幼にして亡くなるや、伯父が後見人となつて其の巨

萬の富を管理する事になつたが、腹黒い伯父は財産の大部分を横領して了つた、デモスセネスは長じて之を知り大に憤慨して訴を起した。裁判の時に裁判長の審問に答へる事も出来なければ、伯父が言葉巧みに辯ずるのに對して反駁することも出来ず、只悲憤の涙に咽ぶのみで如何とも爲し得なかつた。裁判の結果は敗れて遂にみすく自分の財産の大部分は奪はれて了つたのである。

彼はつくづく身の不幸を泣いた。

併し徒らに悲しみ泣いて絶望するやうな彼ではなかつた、此時猛然として憤起した。今日迄のあらゆる侮辱迫害は皆自分の吃音と病弱の爲である、必らず之を全治して大雄辯家になり、又強健な精神身体に改造して、國家有爲の大人物とな

らねば死すとも止まらずと固く決心した。

それより盛に運動をして心身を鍛練し、鏡の前に立つて醜い姿勢を直し、又海岸へ出て、怒濤の音を壓して音聲の練磨を積み、或は口中に小石を含んで舌を不自由に置いて發聲を研究し、又は頭髪を半分剃り去り外へは耻かしくて出られない様に室内に黙想久しく精神を練り、日夜苦辛慘澹、一日一刻と雖も怠る事はなかつたのである。

彼がこゝに苦辛研究を積んだ結果は抑も何うなつたであらうか。

二千三百年後の今日も尚、世界歴史に燦然たる光輝を放つて何人も仰き称ふる古今獨歩の大雄辯家こそ、實に當年の吃音児デモスセネスに外ならぬ。

彼の羅馬の大雄辯家として哲學者として有名なシセロと雖も、雄辯術に至ってはデモスセネスには及ばぬとさへ云はる。又彼は其雄辯と共に、其の清廉潔白な人格を以て一層名聲を内外に高く揚げたのである。

かくて彼は再び伯父を相手取つて訴訟を起した、昔にかはる大雄辯の力を以て忽ちにして伯父に打勝つ事を得た。

其後彼が事歴に就て書くべき事は譯山あるが、簡略に記す。當時希臘の北方に、マセドニアと云ふ國が勃興して、巨人フィリッポが王位に即くや盛んに勢力を張り、漸次希臘の内政に干渉して野心の牙を延した。此時フィリッポの野心を看破したのは實にデモスセネスであつた、彼は得意の大雄辯を揮つてマセドニアを攻撃し、フィリッポの野心を發いて國民

を警醒し、遂に希臘諸邦を同盟せしめて開戦し、自ら騎兵となり軍を指揮して奮戦した、其向ふ所必らず勝ち敵をして一時色を失はせしめたが、不幸三三八年ケイロチヤの大戦に大敗し、希臘は敵の勢力下に属したが、後フィリッポは部下の一將に弑され、アレキサンダー大王其後を継ぐや、デモスセネスは再び熱烈なる雄辯を揮つて希臘諸邦を同盟せしめ、味方の軍を指揮して戦つたが、敵は名に負ふ英雄として再び希臘は敵に征服せられ、大王三十三歳で死するや、デモスセネスは又もや奮起したが遂に敵將の為に囚はれ、身となり、紀元前三二二年、敵の刃にかゝるを厭ひ、哀れ自ら毒を仰いで此世を去つた。

彼は元來武將でなく思想の人であつた、又時非にして戦は

敗れたが、其不屈不撓の精神と、吃音から轉じて世界一の大雄辯家となつた奇蹟的の努力と、熱烈なる愛國心とは實に万人の亀鑑とせねばならぬ。何事を成すにも固い決心と、不断の努力がなければ成功はしない、吃音を治すにしても、先づ吃音は必らず治るものであると云ふ自信の下に、必らず治して見せる、デモスセネスの様な甚しい吃音者が、歴史に輝く大雄辯家となつたではないか、我も此吃音を昔の夢として必らず大雄辯家となつて見せると固く決心し熱心に撓みなく矯正に従事し、例へ面倒臭くとも困難を感じる時も、他日全快後の樂しさ幸福さを思ひ、決して中断せず、ろしておせらるに悠々と實行を續けなければならぬ。吃音の理論を説くに先だちデモスセネスを説いたのは、吃音は必らず立派に治ること

を知り、ろして屈せず矯正に努力せらるゝ様望みたいが為である。

第三章 言語の障害

言語の障害にはいろいろの種類があるが、大体次の如くである。

一、聾啞 之はつゝ心ばで物が云へないのを云ふ、多くは赤ん坊の頃に耳や腦の病氣にかゝつたり、或はひどく打つたりした為に耳が聞えなくなると一生啞となつて物が云へなくなるのである、又病氣でなくとも、自然に耳や、又は腦の中の言語中樞が、赤ん坊の時のまゝで發育が止つて聾啞になるのも稀にはある。

二、聽啞 之は耳は多少聞えるが物が云へないのを云ふ、言語中樞の故障に依つて起る。

三、瘖癡 瘖とはやはりおしの意味であるが、之は他の音は云へるが、或音に限り云へないものを云ふ。

四、訛癖 之は或音を正しく云へないで、他の似た音で代用するものを云ふ、即ち訛である、例へばランプと云ふべきをダンブと云ふ如し。

右の瘖癡と訛癖の二つはよく吃音と間違へられる事がある、之等は發音不明症と云ひ、其原因は、言語中樞、又は其中樞から出て居る末梢神経（舌、喉頭、唇等の神経）に故障があるとか、或は發音上不良の習癖の爲とか、口語神経の發育不完全とかなどから起るのである、吃音者で此の瘖癡

や訛癖をも併せ持つて居る人もあるから注意せねばならぬ又この瘖癡、訛癖の者は低能者と關係がある、チーヘンと云ふ人の調べによると、六七歳から十四五歳迄、即ち學齡兒童の中の低能者の殆ど四分の一は、多少こう云ふ言語異常の者があると云ふ。

五、失語症 之は言葉を忘れて了ふのであつて、例へば犬を見て、それを云はうと思つてもイ又と云ふ言葉を忘れるのである、斯う云ふやうなのを運動性失語症と云ふ、又人が物を云つても何の事か自分には分らぬのである、例へば人がイ又と云つてもそれが何か分らぬのである、斯う云ふのは感覺性失語症と云ふ。之等失語症は卒中とか脳の瘰癧等によつて多く起ることが

ある。

六、言語錯雑 之は話し方の異常を云ふのであつて、簡單な文句は明瞭に云へるが、少し文句が續くと接続しない話になる、例へば「私は本を讀んで居ます」と云ふべきを「本を居ます讀んで私は」と云ふ類である、言語錯雑の中には種々の種類があり名称も違ふが、便宜此の中に纏めて了ふこととする。

右の例の外、不必要な言葉を入れたり、必要な言葉を脱いたりすることがある、又飛んでもない違つた事を云つたり、逐事したりすることがある、之は普通の大人でもよくあることであるが、平常の程度に依つて論ずべきである、言語錯雑者は脳が悪いとか、心に落付きがないとか、言語練習

かば僕の時分に不満足であつたとか、いろいろの原因がある。茲に注意すべきは吃音者が云ひ易き様にいらぬ文句を入れたり、必要な文句を省いたり、前後顛倒したり、間違つた事を云つたりすることであるから、單に言語錯雑であるか、吃音の爲にわがとらう云ふのであるか、よく判別せなければならぬ。

七、吃音 各種の言語障害中此の吃音が最も多数を占めて居る、之は發音器官の痙攣によつて言語が滑に發せぬのを云ふ、(吃音者は一音づゝ云はせれば正確に皆云へるものである) 此臆に於て他の言語障害と違ふ、即ち他の言語障害で物が満足に云へない場合に痙攣は起つて居ないが、吃音で云へない場合には痙攣を起して居るものである、又吃音は

歌が樂に唱へるし、獨り言も云へるし、相手と場合に依つては樂に云へる、又ゆつくり云はせるか、何度も云ひ直せばハツキリと云へる、之等が他のものと違ふのである、茲にごく稀に舌が痙攣にかゝる病氣があるが、之は發言しない場合でも痙攣するものであるから、吃音との區別はつゝのである。

ハ、其他の言語障害 以上は言語障害の重なるものであるが、尚此外、酒のアルコールや煙草のニコチン中毒の爲、或は神經衰弱やヒステリーの爲、或は發音器官の病氣の爲、怪我の爲、各種の病氣の爲、或は驚愕、悲哀、恐怖其他精神状態の爲、地方の訛の爲など種々な理由から言語の異常を見ることがある。

第八に至る迄の言語障害中には治療の見込なきものもあるが、治る種類のものにはよく調べて病氣あるものは先づ醫師の治療を受け、吃音と他の種類とをよく區別し、夫々適當に所置せねばならぬ、自分で治す人も心得て居なければならぬが素人は中々分り難い事もある、吃音矯正教師は特に充分研究し凡てに通じて居なければならぬ。

第四章 原因

吃音となる原因は大別して遺傳、感染、原發の三つにすることが出来る、何れにしても生れ付のものは殆どなく、多くは四歳から九歳迄の間に發生し、その次に多いのは十六七歳次は九歳以上十四五歳の間で、二十歳以上は追々と減するの

である、吃音にかゝる人は多く神経質素因を有するものである。即ち感受性のある神経質の人がかゝり易い、しかし發音不明症（瘖癡訛癡等）の如く低能とは關係がない、否却て吃音者には天才者が多いと云はる。

以下述ぶる所は吃音となる直接の原因であつて、神経質素因は之に對して間接の原因を考へたものである。

(一) 感染 自分が吃音の真似をしたリ、或は知らずくりの内に吃音者より感染して吃音となるので、精神的傳染と稱すべきである、而して自分から真似をして遂に吃音となるのが多いから決して真似をしてはならぬ、又吃音者と常に一所に居ると、自分で真似はしなくとも何時か知らぬ間に立派な吃音になつて了ふ事がある、又「吃の又平」と云ふ芝

居を見て之に熱中して吃音者となつた例もある、外國でもリーアマン氏の書に之と似た事が載つて居る、神経質の者は特に斯ふ場合には注意せねばならぬ。

(二) 言語習得の遲滯 小供が五六歳になつて尚發音の不明瞭なのは、言語を作る筋肉の働きに缺くる所あるが爲めで、之等の者に神経質素因があれば一層吃音になり易い、又兒童はまだ充分言語の能力が發達しないから不適當な言語で意志を發表する事がある、之は成長するに従つて正規になるものであるが、此場合両親が無心の兒童を叱つて、むづかしい發音を強て練習せしめ、發言に對する恐怖心を起させ、却て言語習得を妨げて間違ひが多くなる、それを益す叱責して遂に吃音に陥ぬれることがある。

(三) 兒童の恐怖心

兒童が尋常小學校に通學するに及び、初めて吃音の發現を見る事が多い、之は學校へ入る様になる
と急に言語の必要が増加するのと、中には多數人や教師に
對して非常に恐怖心を抱いて発言に際して吃る事がある、
又初め少しの言語の故障などを教師から叱られたり、學友
から笑はれたなどして益々恐怖心を深くし、遂に高度の吃音
となることがある。

(四) 遺傳

父祖に吃音者があると其子孫に吃音者がよく出る
ものである、之は遺傳と見られて居るが、しかし遺傳と云
つても、生れ付き父祖の吃音を受けないのでなく、只吃音に
かゝり易い素質を受けて生れるのであると學者は云ふので
あるが、果して其素質を遺傳して居るか、單に傍に吃りの

父祖が居る為に自然感染したかの區別は學者も之を調べ
ことは困難である。

コエン氏は吃音者百人中十一人、デンハルド氏は百人中七
十七人半は遺傳によつて吃音になると云つて居る、兩説の
差は非常に大きいから何ちらが真に近いか分らぬが、廣瀬
博士は大体百人中二十五人は其祖先から遺傳的に感染した
ものとして見て間違ひはなからうと云つて居る。

(五) 性質

即ち疴癩持や、性急の人は言語を發するにも急突
であるから發音器官が平調を失ひて吃ることが多い、之は
眞の吃音ではないが吃音に似て居る、しかし迷には本統の
吃音になることもある、非常に小心な臆病なのも同様の結
果となることがある。

(六) 手淫 少年で手淫の常習あるものは其神経系統を害すること
ことが甚しい、体力気力減退し沈鬱になることが常で、こふ
云ふ少年に吃音となること少くない。

(七) 精神感動 火災に遭つたとか、近親者が死んだとか、其
他変事にあつて突然吃音となることもある。

(八) 飲酒 飲酒の常習は神経系統や發音器官を害する事が甚
しい、殊に若年者に於て然りである、ドイツでは少年のビ
ールを多量に飲むものがあつて、下層社會で殊に此弊が甚し
い、之等の者及び其子弟に吃音者が多い。

(九) 強度の外傷 墜落とか轢傷(車などにひかれること)とか、強
く打たれるとか、其他大怪我をした後で吃音になることも
ある。

(十) 各種の病氣

鼻、咽喉等に増殖性の病氣がある為め吃音
となることがある、トライテル氏は之等の病氣と吃音とは
何の関係も無いと云つて居るが、カツツマン氏は之を吃音
の原因に加へ、多数學者も之に同意見である、又腦、胃腸、
呼吸器、聲帯等に故障があると發音に障礙を来して吃音と
なる事がある、又舌腺帯と云つて舌の裏の筋が舌の尖端ま
で着いて居る為に舌が自由に活動出来ない者もある、又麻
疹、猩紅熱、ジフテリア、腸チブス、インフルエンザ等の
急性傳染病及び腦膜炎、肺炎等に吃音の起る場合がある、
腺病質も同様である。

以上の外原因は尚種々あるが、右の内最も治り易いのは、
感染、遺傳である、言語習得の遲滯は多少長くかゝるものも

ある、恐怖心、性急其他神経質の強いものは特に精神療法に注意し、体質の損傷あるものは其臭を特に注意し、各種の病氣は場合により醫師の治療後矯正する必要がある、治り易い感涙、遺傳の人でも其程度により長くかゝるものもあるから、一概には云へないが、本院の方法は一般吃音矯正法の外、精神と肉体も同時に健全になる様に出来て居るから、其原因の如何にか、はらふ必らず全治若くは著るしく軽快する事が出来るのである。

第五章 症 状

人は誰でも驚愕、恐怖、憤怒、羞耻（はづかしい）泥酔（酒にひやく酔ふ）疲労或は突嗟の場合等にはよく吃ることがある、之

は一時的である、吃音者は其の状態がいつも続く様なものである、そして右の様な場合には吃音者は尚更よく吃るのである、吃音者は一音つゝ發するか、歌を唱ふなどの場合には吃らないのが普通であるが、他人の前で本を讀んだり話するときには、云はうと思ふ言葉が出なかつたり、塗抹したり、中途で切れたりするのである、其際には誰でも發音器官に痙攣を起し、呼吸は乱れ、發音に異常を呈し、一種苦悶の状を示すのであるが、即ち次の如き異常は誰でもよく見る所である。

- 一、息を空發して發音の出来ないもの
- 一、吸ふ息で發音しようとするもの
- 一、唇を開くもの
- 一、歯を固く噛み締め又は之をきしらすもの

- 一、唇の偏開するもの
- 一、舌を突き出すもの、又は引つ込ませ過ぎるもの、或は巻げるもの
- 一、屢ば舌打ちして鳴らすもの
- 一、異様の眼をなすもの、又は目を瞬くもの
- 一、舌や唇を盛に動かすもの
- 一、顔面の一部又は全部に痙攣（ひきつれ）を起すもの
- 一、全身に痙攣を起してブルく震へたり或は強直るもの
- 一、顔色急に蒼白となり苦悶の状を示すもの
- 一、唸るもの
- 一、手を振り、又は足を踏み、首を振り、物を叩き、或は飛び上りねじめるもの

一、切りに膝を叩くもの、或は必ず傍にある物品を握るもの

一、故ら咳嗽をするもの

一、二三歩を歩くもの

其他尚種々ある、右の中手を振り足を踏んだりして發音しようとする其動作は、其人が一種の吃音排除法として發明したものと云ふべきである。

吃る状態に依つて之を區別すると大体左の三種とすること

が出来来る。

(一) 難發性吃音 之は發音せんとする際、聲が詰つて一語も出ないものを云ふ、言はふと焦れば焦る程出ないのである、夕とか、カとか、トとかの音が頭に付く文句は殊に困難で

ある、よく汽車や電車の切符を買ふ時に行先地が云へなかつたり、人を訪問して其用件が云へなかつたり、或は學校で先生の問に對して、よく知つて居る事も答へられなくて、身を切らるゝ様な苦しい思ひをすることがある。

(二) 連發性吃音 之は發音に際して同じ音を何回も連發するものを云ふ、例へば「タマゴ」と云ふやきを「タタタタマゴ」と云ふ類である、子供が真似てうつるのは多く此種である。

(三) 中阻性吃音 之は發音して居る途中で、突然聲が詰つて後の言葉が出なくなるのを云ふ、即ち途中で或る音に出達つて急に難發性と同じ状態になるのである。吃音者は大抵此の三種の中二つ又は三つを兼ね有して居る。

ものである。斯様にいろいろな癖や症状はあつても、皆等しく治るに相違ないのである。

第六章 發音器官

吃音を治すには音聲に關係ある器官を大体知つて置く必要がある。

音聲に關係ある器官を廣く云へば、
喉頭、聲帶、咽頭、口蓋、舌、齒、唇、口腔、鼻腔、胸腔等
である。

横隔膜は胸腔と腹腔とを境する膜で、呼吸に従つて常に上下して居る。

肺臟は海綿質の彈性多き稍円錐形をなしたもので、胸腔の

左右にあり、肋膜（胸膜とも云ふ）を以て被はれ、横隔膜の

上に乗つて居る。気管は上は喉頭に續き、下は分れて左右の気管支となり、

更に分れて小気管支となり、更に細かく分れて其最小なるも

のを毛細管支と云ふ、而して其の最端は弾性の小さな囊に口

を開く、此の囊を肺氣胞と云ふ。

喉頭は軟骨と筋肉と粘膜等より成る、即ち聲門とて底のな

い匣になつて、其の上口は咽頭に開き、下口は気管に連る、

其の両側の壁には内方へ向つて突き出た膜が横はつて居る、

これを聲帯と云ふ。聲帯は頗る弾性に富んだもので、平常は弛んで其間にV字

形の様な孔がある、空氣は自由に其孔より出入して居るけれ

ども、聲を出す時には大に張つて近寄り、空氣は其狭い孔か

ら強く吹き出され、聲帯は琴の絃が震ひ動いて音を出すと同

い理により大小の音を發するのである。

口蓋は口腔の屋根で、前方の硬い所を硬口蓋と云ひ、奥の

軟かい所を軟口蓋と云ふ。

口腔、鼻腔、胸腔等は音聲に響を與へる、即ち共鳴を與へ

るもので、例へば若し鼻腔が詰つて居たら、感じの悪い響の

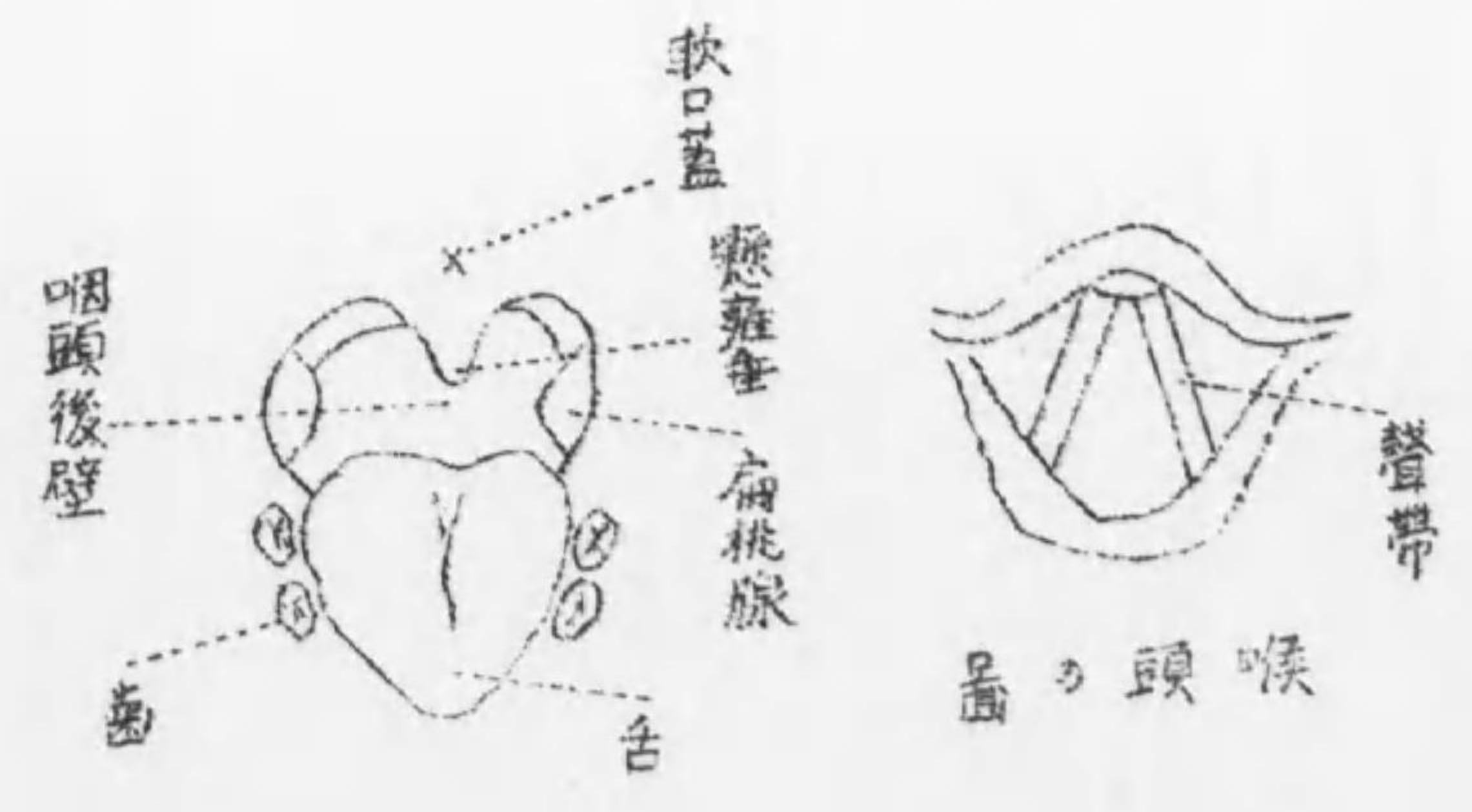
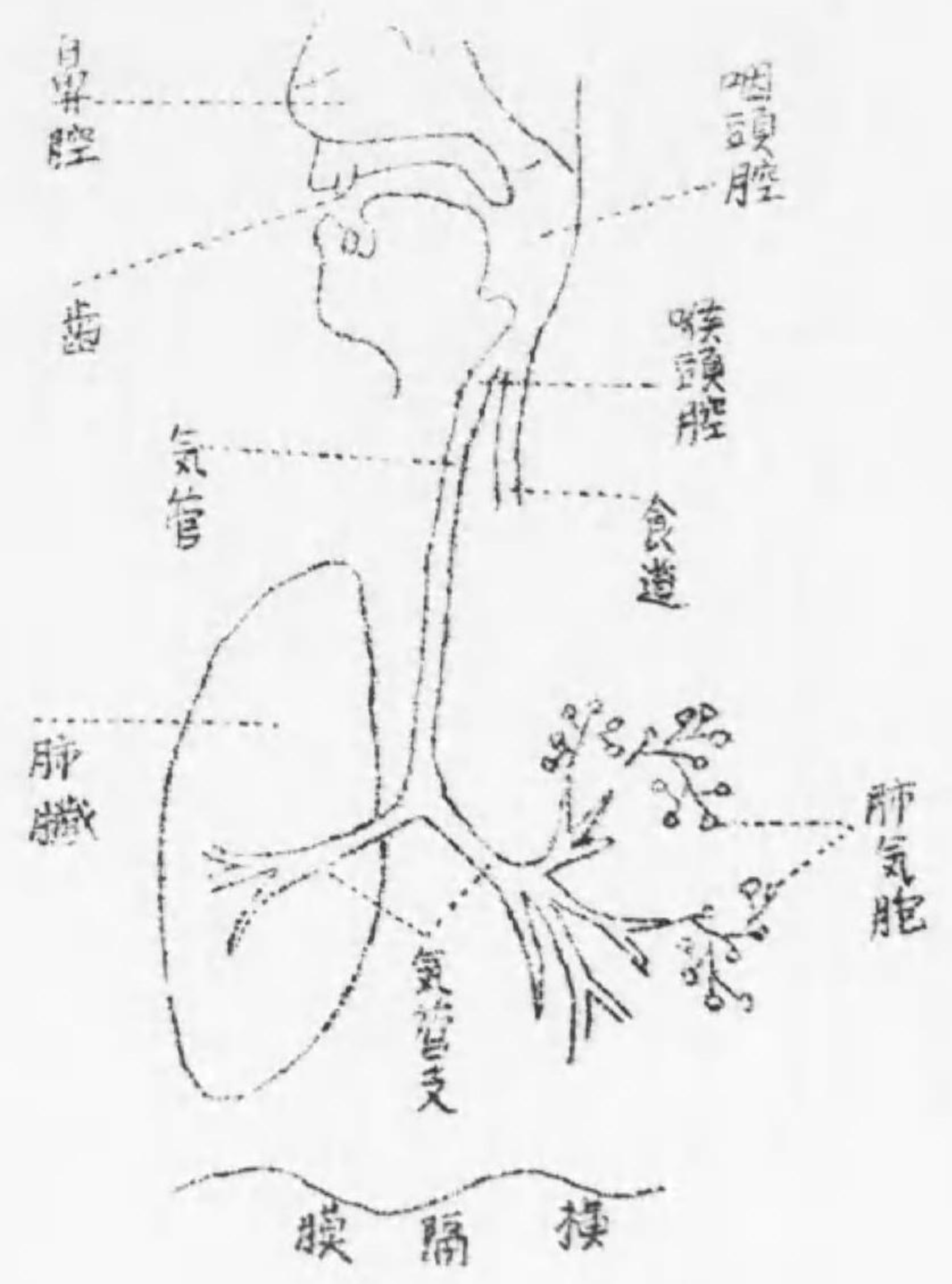
所謂鼻聲となつて聲も樂に出ない様なものである。又前額

所にある前額竇、頬の所にある上顎竇、咽喉の天井の所にあ

る蝴蝶骨竇も聲の共鳴の用を爲して居るが、竇の共鳴は聲樂

には研究の必要があるが、普通の言語には大して關係はない

左に発音器官の略圖を示す。



音聲言語は何うして出るかと云ふに、先づ空気を吸つて肺臓へ入る、すると横膈膜が下る、聲を出すときは横膈膜が上つて肺臓を壓迫し、空気が肺臓より気管支、気管を通りて喉頭へ来て、聲帯を振動して初めて聲となり、それより咽頭を経て口へ来て、口腔の開閉、舌、唇の動かし方、軟口蓋の上下により種々の音聲や言語となつて出るのである。

第七章 吃る理由

何故吃るのであるかと云ふことは、既に記した通り発音器が痙攣を起す為に發音がスラ／＼と円滑に行かないのである。發音器官のどの部分が痙攣を起すかと云ふと、それは横膈膜と云ふ呼吸筋、發音をなす所の喉頭聲帯、及び言語を構成

する所即ち構音門と云ふべき舌、唇、口蓋等の中の一部分か
又は夫等の全部が痙攣を起すのである。

何故に此の痙攣が起るか、世人は吃音は一種の痲痺であつて、
発音の器械が普通の人と異つて居るのだと思つて居る様
であるが、實際決してそんな事は無いのである、普通人と少
しも異はないのである、尤も神経上弱い所のある人もあるが
他の痲痺とか組織の異常から来たものでは無い、悪癖である、
小供の時分に真似をしたり、或は自然に吃音者から感得して
悪い習慣となり、夫が第二の天性となり、最早自然には恢復
しない状態となつて居るのである、即ち呼吸の不規則と、發
音器官の不正な使用法によつて、習慣的に痙攣を起して吃音
のである、此故に醫師の手術や薬剤では根治できないのであ

る。

又一旦吃音者になると、自己の言語能力に自信を缺く結果、
発言する場合に不安と恐怖の念に襲はれる、此精神状態が生
理的に影響して、呼吸を亂し、發音器官の痙攣を起させるに
至るのである。

此不安と恐怖は發言の失敗毎に漸次に進んで益々深く大に
なつて、自分は一人前に話の出来ない不具者である、立派な
吃音者であると言ふ觀念が心の奥に固定してしまふ、又よく吃
る文句は分つて居るから、此の文句は吃るに相違ない、吃ら
なければよいがと心配しながら話をするから尚一層吃るので
ある。

右の如く、吃るのは心理上と生理上、即ち精神の方面と肉

体の方面との両方より起るのであるから、此二方面より同時に治療を加へねばならぬのである。

尚参考の為に、外國の學者が、吃音の起る學理上に就て述べた説を記して見ると

デーソハルド氏は、吃音者の全部は皆自身の精神界に吃音の原因を存するのである、即ち患者の発音器官全部に起る失調運動は全く隨意的運動であつて、患者は自己の精神に支配されて自ら其の運動の不能を信じ、之に打ち勝つべく企及する為に吃るのであると。ハイマン氏も大体に於て之に賛成して居る。

クッツマン氏は全然此の説に正反對であつて、精神界の支配には重きを置かず、却つて談話に必要な頭腦の作用に一定

度の弱矣あるを認め、発音器官の失調運動は一種の無意識的運動から生ずる痙攣であると云つて居る。ベルクハム、コエーン、オルツエウスキー、シコルスキー諸氏も多少不同はあるが大體此説に一致して居る。

トライテル氏は其中間説を唱へ、吃音は精神界の弱矣に加ふるに筋肉の不隨意運動であると。

カリエーンバウム氏は吃音を一種の言語中樞に於ける神経組織の軽度の麻痺と認め、精神状態平穩な時は言語に困難なく、吃音者は其注意の如何に依つて多少吃音の度を自ら調整するを見れば、此失調運動も亦幾分隨意的の意味を有するものと見做す事が出来ると云つて居る。

吃音に研究の深き廣瀨博士は、吃音は半ば隨意的に半ば不

随意的に構音系統の筋肉の痙攣を来すと云ふのを適當とする
と云つて居る。

第八章 何日で治るか其實例

吃音は必ず治りますかと聞かれたら、余は直ちに必ず治
ると答へる。

然らば何日で治りますかと聞かれたら、それは判然と答へ
ることは出来ぬ、其人の性質、体質、年齢、頭の働き方、熱
心の程度、男女、吃音の軽重、其他種々の因で一人一人皆違
ふのであるから一概に云ふことは出来ないのである、又單に
治ると云つてもいさぐの程度がある。

グツツマンは、吃音の矯正は四週間を以て普通とすると言

つて居る。

或學者は、四週間位までは直き再發するから四ヶ月か少く
も三ヶ月やらねばいけないと云ふ。

金杉醫學博士は体操、呼吸、発声の練習を一日二回三十分
以上づつ、六週間行ふときは、病勢全く一変するか、或は緩く
なるが、若し効がなかつた場合には更に六週間、尚効なき時
は更に六週間繰り返して行ふべしと云つて居る。

樂石社では毎日五六時間づつ、発聲の練習ばかり三週間を一
期として行はせて居る。

本學院では一日二時間又は三時間以内とし普通二週間で終
了する。

他所の方法は精神作用や呼吸の矣に重きを置かないが、本

院では半ば以上は精神作用で吃ると見做し、精神療法に重きを置き、又呼吸法に就ても他の法よりも多きを置いて居る、之等の点がどの方法よりも大分違つて居るのであるが、自分で此の方法が一番よろしいとは申されぬ、それは研究者の判断に委ねることとして最近本院が行つた七月中の実地の成績を正直に飾らぬに述べて見よう。(但し氏名は名譽を重んじて公表せず)

A伯爵の令息は中症であつた、無論學校で本は讀めないから先生は一切本を讀ませぬ事にして居た、本院が矯正を初めてから三日目、本院の請求によつて試に先生は本を讀ませて見た、所がスラ〜と少し支へかに讀めた、先生は全く驚いて了つて我事の様に非常な喜び、五日目には語に差支へな

くなつた、先生は此良結果を當時旅行中の伯爵に報い、伯爵は喜びの餘り電報にて感謝せられ、帰京後面會した際も非常に喜んで居られた、其後二週間で全快し、今では進んで本を讀ませてほしいと要求し、二週間以前は級中一番の下手であつた朗讀が今では級中一番上手になつたと先生が証言した。K男爵(醫學博士)の令息は輕症で一週間で全快し、T男爵の令息は輕症であるが、精神方面に矯正を要する点があつて二週間やつても不充分であつたが、二週間後になつて急にメキ〜と良くなつて来た、學習院の某勅任教授は右の如く成績良好なのを実見して、知己の富豪の令息と海軍中將の令息とを紹介された、中將の方は中症であつたが一週間で殆ど全快し二週間目には本人も中將も根治したと云はれた、富豪の

方はまだ少し不充分の臭があるので更に一週間延期した、某
 大學長S法學博士の令息は七歳で、或矯正所では小さいから
 困難だとして拒絶されたが、本院では二週間で多人数の前に朗
 讀や話には何等支へ様に治したが、家庭ではあわてた時にま
 だ少しいけないからと云はれるので尚矯正中である、鶴巻小
 學校では十名の吃音生徒も二週間実施した、其内の或一人は
 最も重症であつたが、四五日目に驚く計り治り、他人よりも
 早く全治した、二週間の終の日には校長、教員、父兄、校醫、某博
 士等多数立會の面前で右十名に朗讀と話をさせたが、誰一人
 一ヶ所として支へた者はなかつた、校長からは証明並に感謝
 状を贈られた。右の成績を聞いて、附近の山吹小學校長が本
 院に矯正を依頼されたので目下同校生徒十四五名矯正中で

ある。府下のYと云ふ醫師へ廿六歳の男が僅い吃音を治して
 貰ひたいと云つて何回も来るので、同醫師も困つて居たが本
 院へ紹介された、本院で診査して見ると、特別の重症で、一
 言一句も殆ど云へないから、啞の如く手真似で用を辨する有
 様、それには甚しき訛音を有し、又尋常科は出て居るにアイウ
 エオ五十音も大方忘れて了つて居る、本院から自宅へ出張二
 週間施行したが、中々困難を感じた、先方の都合で二週間を
 以て切上げたが、まだ治つたとは認められぬ、所が数日後
 Y醫師が来られて曰く「實に驚いた、二三日前あの男が来た
 から、又手真似で話すのかと見て居たら、お陰様で吃音は治
 りました、種々お世話になりました」と立派に挨拶をしたの
 で喫驚して了つた、尚其男の近所の人々に聞き合せて見たら

あゝ人は僅かり間に吃音が治つて了つた、不思議な事だと誰
も云つた」と話された。八月二日から十七名の希望者に對し
て矯正を開始した。本日(此文を認むる日)で四日目だから成績
はまた分らぬが、年齢は十五歳以上廿五歳迄、廿歳前後が最
も多い、此内四五人は二日目又は三日目から特に目立つ程よ
くなつて来た、二週間後には一二人を除いた外は皆雄辯家と
なる事は従来経験上間違ひない所である。

以上の実例の如く重症が早く治つて軽症が遅れたら、教育
ある者が無教育者より遅れたりする者もあるが、之れ皆個人の
特性に依るのである、併し大体に尋常五六年以上廿歳迄の人、
壮健な人、熱心な人、婦人などは治りが早いものである。

此書物を以て自分で矯正せらるゝ諸君は、家庭の事情や何

かで充分に実行し難い人が多いから、二週間ではむづかしい
であらうと思ふ、しかし自宅で二週間か三週間で治つた実例
も譯山あるから決して出来ない事ではない、充分に此書物を
讀んで方法をよく了解し、毎日怠らぬ熱心に繼續して実行し
なければならぬ、そして大分良くなつたからと安心して止め
て了はしないで、治つたと思つても尚長く行へば一層良い結果
を得るのである。

第九章 豫防法

吃音の豫防法としては「原因」の章に述べた事柄に遠ざか
る事が大切である、即ち吃音は最も精神的感涙を来し易いから、
吃音者に近づけぬこと、それと同時に吃音者は速に矯

正して全治せしむべきこと、之は教師や父兄の特に注意し一日も捨て置いてはならぬ事である。然るに他の病氣では百方手を盡すが、此の不幸な吃音患者に對しては冷然として捨て置く者が多いのは慨はしいことである。

身体が虚弱であるが、神経質である児童は加めて營養を良くし、壯強に快活にし、精神感動を受けぬ様にせねばならぬ。又初めは少しの言語の故障を、他から嘲笑され、又は叱責されて恐怖心を起し、病状増進する者が多いから之等は固く注意を要す。

又説話に未熟な児童に於て説話の練習をさせる事が大切である。殊更に難發の音の練習させるのは却て害があるから、他の音と適當に混じ趣味ある方法で練習させる事が必要である。

第二編 吃音の治療法

第一章 外國の療法

外國殊に獨逸では古來學者が種々と研究を續いたのであるが、催眠術の勃興時代には各種の病氣治療に應用せらるゝと同時に、吃音治療にも盛んに行はれた。日本でもさうである。併しシエルト氏等は此療法は副作用を伴ひ経過が良好でないとい主張し、其他反對者多く、今では催眠術では駄目と云ふことになつた。

醫學者中吃音を器質的故障であるとして、藥物療法や外科手術を以て治療せんと試みた者もあつた、今より八十餘年前

ゲイフエンバツハは此の病の原因は舌の障害にあると認めて、舌根を切開し、或は一部の切除法を施して有効であつたと発表してから、英、佛兩國でも盛んに行はれ、或は舌繫帯や扁桃腺等を切除の手術が流行したのであるが、之が為め危険を及ぼし悪結果を来したものが續出し此方は失敗した。

又呼吸法を加へた一種の体操による療法も行はれた。

獨逸で一派の行ふ矯正法に無言法と云ふのがある、之は初め一週間は一言も發せず専ら精神を沈着にする練習をなし、二週間目から初めて極く簡單な事から發言し、かくして少しづつ、發言を多くし漸次複雑な會話に進むと云ふ方法である。

最近ロンドンの或る病院では、音楽に合せてダンスをする形式を利用してリズムに依つて吃音を矯正することを行つて

居ると或雜誌は報じた。

グッツマン氏は獨逸吃音界の明星と称せられて居るが、全氏の矯正法を擧げると左の如くである。

第一、呼吸練習

口を大に開き舌の緊張を緩め急に吸氣

し、又緩かに呼氣する（之に筋肉練習として体操を課す）

第二、母音練習

呼吸練習に依つて得た要領に従つて母

音も發せしむ、而して或は呬語（さ、やき音）より發聲に

移り行き、或は發聲の後呬語に移り、或は初め弱く後強

く、又は其反對に、或は一呼氣を漸次に分つて發音する

等である

第三、子音練習

最初は個々の子音を發聲し、次で同行

（カ行、サ行）の子音を連發し、次に行の異なる子音を連發

し、後最も移り難い行の子音を連發し、終りに多数の同行子音から成る難句を練習させるのである。

右の如く外國に於ても發音練習、呼吸練習及筋肉練習を最善の療法として居る。我國では此研究は古來行はれなかつた、只故貴族院議員伊澤修二氏が初め、ケッツマン氏の法を多少改正して我國に普及し好成績を挙げたのである。

第二章 藥物療法

病には藥である、よく適合した藥は何の努力も手數も要せず服むなり着けるなりして夫で効を見るのだから、吃音も藥で全治する事が出来たら誠に都合がよいが、前述へた通り吃音は病氣から来る事は殆ど稀で、大部分は一種の悪癖である。

から藥では治らないのである、よく吃音藥の廣告が出て居るが、之は濫に信じてはならぬ。

併し精神及肉体に病氣あるものは之を治療し、虚弱なものは運動を行ふ外強壯剤を用ひて強健にすることは大切である。外國でも我國でも吃音を治療する為に鎮痙劑や麻痺劑などを用ひた事もある、又電氣療法なども行つたが、何れも成功したものはない。調聲劑（鎮痙劑を加味せるもの）の如きも發聲を助くることは我々の実験上認められるが、根治するの力はない、要するに藥劑は之のみに頼らず、他の正式療法と共に併用する位がよろしい。

第三章 養生療法

前に述べた外國の療法と藥物療法とは参考^{さうぼう}に記したのであるが、本章より余の研究と實驗上より完成した吃音根治法を述べる、東京正聲學院では實地に此法を施^{ほどこ}し、二週間で矯吃して居るのである。

吃音になるのは大方感^{かん}染であるが、一旦吃音となつて了つた以上は、身体の僅かの故障^{こさう}でも直ぐ影響^{えいよう}して吃るものであるから、吃音者は常に心身の健康を計^{はか}りつゝ、吃音を治す様に努力しないと、全治が遅^{おそ}れるものである、健全なる身体は健全なる音聲を作るのである。

一、姿勢 姿勢は常に正しくせねばならぬが、殊に吃音矯正中は注意して正しくする必要があるのである、姿勢が悪いと内臓^{ないぞう}諸器官を壓迫^{あつぱく}し、血液の循環^{いっけんくわん}を悪くし、心が乱れ、呼吸が

不規則^{ふきぎよく}になり、従つて發音に差支^{さしつかへ}を来すのである、即ち頭を真直^{まっすい}に、常に臍^{へうしん}下の下腹部に力がこもる様にし、ろして悠^{ゆう}たりと下腹の外は何所^{どこ}にも力を入れない様にする、体をたらしなく曲^まげたり、物に寄り掛つたり、むやみに寝轉^{ねころ}んだりしない様にする。

二、飲食物 昔から腹八分目に病なしと云つてある、決して暴飲^{ぼういん}暴食^{ぼうじき}してはならぬ、暴飲暴食して胃が膨^はれると横隔^{わうかく}膜^{まく}を壓迫^{あつぱく}して呼吸が困難となり、發音器官の円滑^{えんかつ}を欠いて直ぐに發音に障害^{せうがい}を来すのである、腹の非常に張つた時や胃腸病の時に歌を唱^{うた}つたり、大聲を出して見れば如何ばかり音聲に大なる関係があるかは直ぐに分る、わさび、からし等の刺戟^{しげき}物は成るべく避^さけた方がよい、食物は何を食し

てもよいが、成るべく食事の時間を一定し、各食の間を五時間以上置き、間食を禁じ、又同じ物ばかり食べないで、動物質と植物質とを取交せて種々食した方がよい、虚弱な人は特に營養を良くし、肥へて快活になる様にせねばならぬ。

三、通便 便がよく通じないと胃腸や腦を悪くし、全身に故障が起る、即ち腸中に食物が醗酵して瓦斯を生じ、或は盛んに黴菌が繁殖して毒素を分泌し、それが体内に吸収されて健康を害する、斯くして發音にも關係を及ぼすものである、メチニコツフ博士は人類の短命なのは腸中の黴菌から来ると云つた位である、日に一回は必ず快く通ずる様にしなければならぬ、通じを良くするには、朝起きると塩水一合程を飲み、又一定時間に必ず便所へ入る事とし、

又臍の周圍を右から左へ摩擦するのがよい、餘り通じがなければ緩下剤を飲まか、或は灌腸せねばならぬ。

四、酒と煙草と色情 酒も煙草も發音器官を害し神經を害する事甚しい、絶対に廢した方がよい、酒を飲むと恐怖心が消失して樂に話せる人もあるが、度々酒の力を借ると吃音を増悪せしめるからいけない、不自然の遂情(手淫)は最も心身を害し従つて吃音にも悪いから絶対に禁断せねばならぬ、房事過度も勿論害がある。

五、睡眠 不眠は断食よりも一層有害である、獨逸のマナツセー又と云ふ大醫の實驗によると、犬の睡眠を妨げて全く眠らせない様にしたものは、如何に滋養物を喫へても五日間で死亡し、全く絶食せしめた犬は皆十五六日生きて居

たとふ、人間でも五十日間位ひは水計りで生きて居られるが、不眠が六七日も續くと大抵死ぬと云ふ、此理により睡眠不足は非常に害がある、尤も短時間でも充分に熟睡が出来て、目醒めた時疲労が除れて居る様ならば差支へない、長く眠つても夢を見たり、途中何度も目が醒めたり、寝苦しくて、うつらくして居るのは熟睡ではないからいけない、又夜十二時前の一時間の睡眠は十二時後二時間の睡眠に相等しいと云ふから、早く寝て早く起きるのが宜しい、大人で十時就寝、五時又は六時起床が適當であるが、小供は更に多く眠らねばならぬ。

不運動と發聲 運動は心身の健全を圖るに必要なる事は云ふ迄もない、運動をして身体を強健に精神を快活大膽に養

成すべきである、併し運動も過ぎると健康を害し又非常に發音の方に困難を来すから適度が大切である、又冷水浴、冷水摩擦、武術等を勵行して心身を鍛練すれば吃音の方面にも非常に効がある。

大聲を發する事は健康上有益と同時に、發音の鍛練となるから成るべく趣味のあるもの、即ち各種の歌が宜しい、殊に謠曲、義太夫、琵琶の如き腹から聲を出すものがよい、そして談話の際にも、之等を歌ふ心持ちと發聲法を應用するが宜しい、吃音者の多くは歌には吃らぬものである。又人なき海岸、山中へ行き大聲を發して發音の練習から進んで演説の練習をしたならば更に、有効である、知らぬ間に吃音が治って雄辯家となることも出来るであらう。

此養生療法は心身の健全より發音器官の健全に及ぼし、以て吃音の治療に至るのである、日常之等の注意を拂はるゝ様望む。

六。

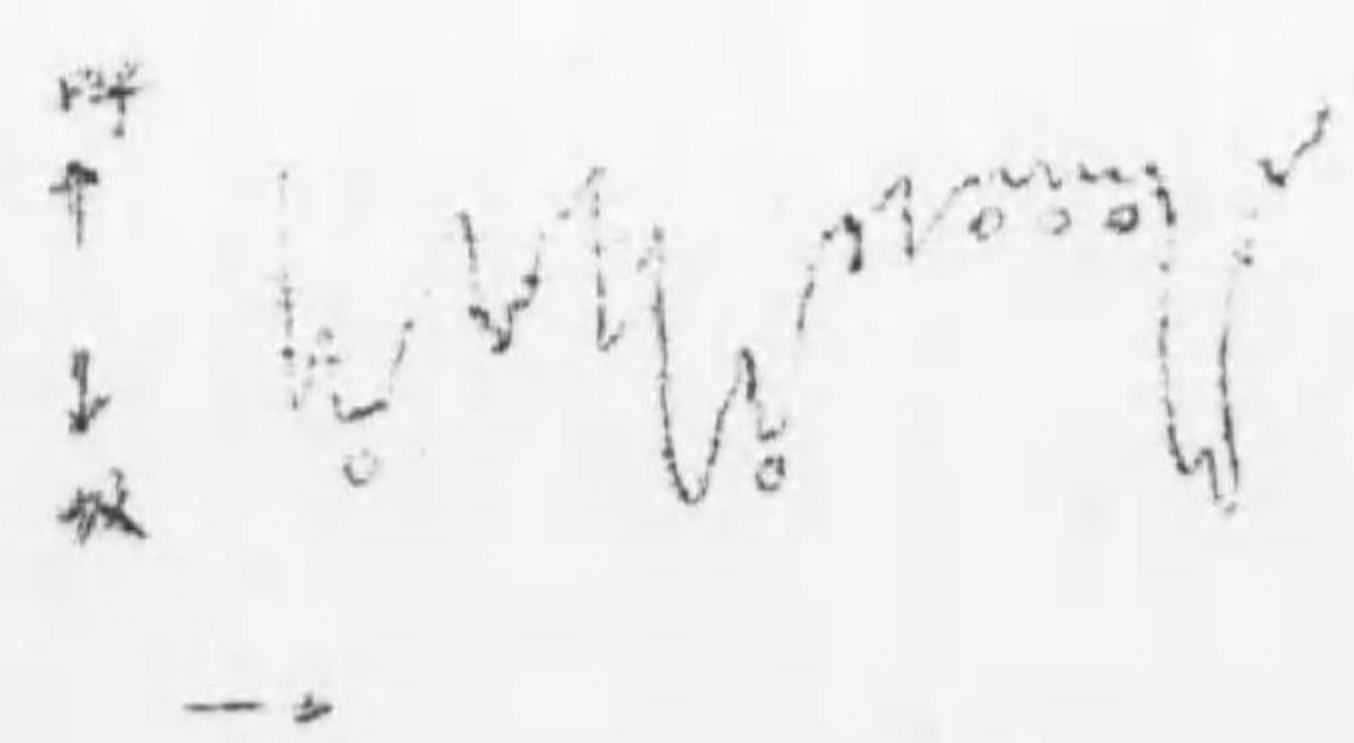
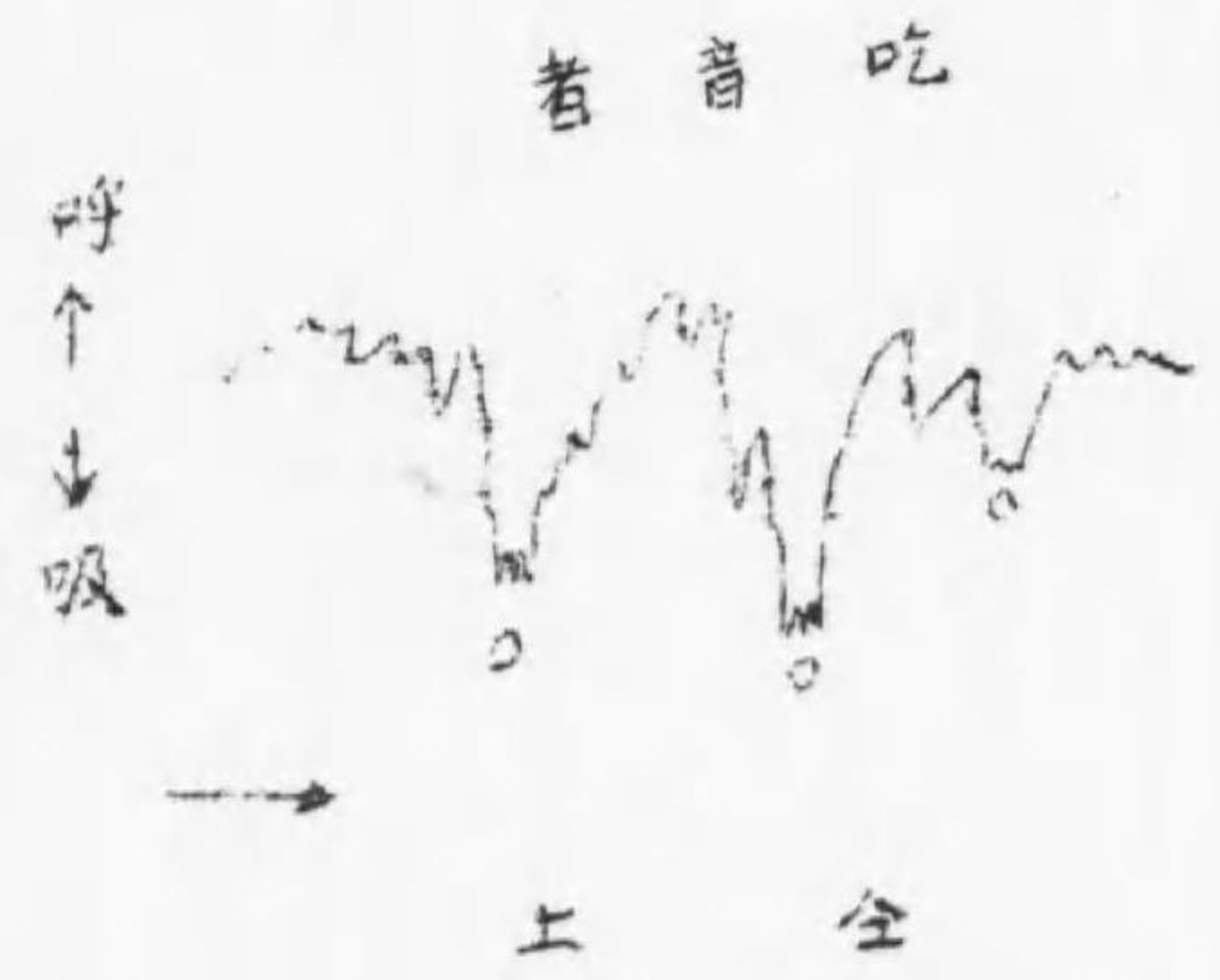
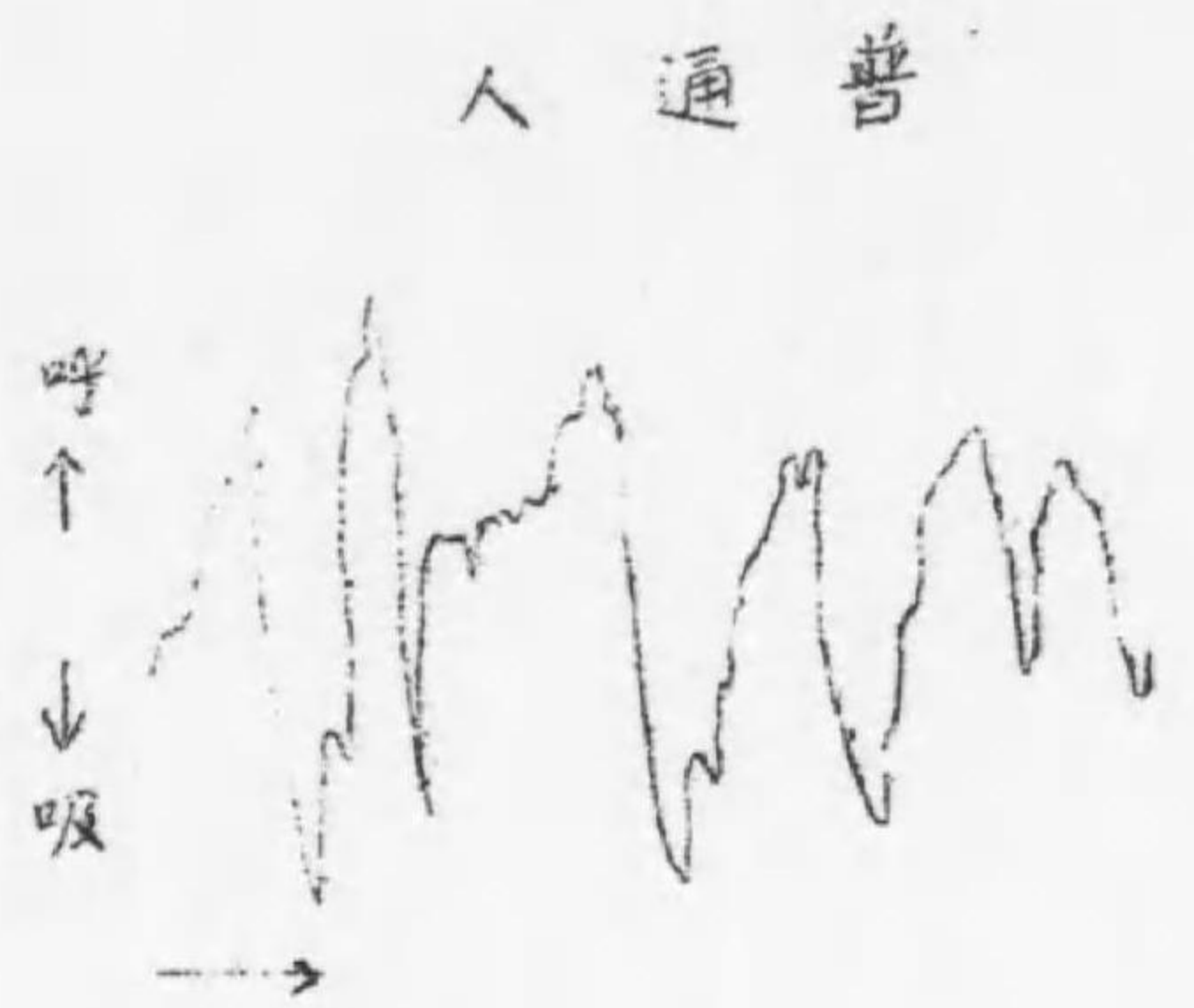
第四章 呼吸療法

第一節 呼吸と音聲と健康

正當の談話は、初め息を吸つて、それより漸次に發聲と共に息が出るのであるが、吃音者は話を初める前既に不整の呼吸を行ひ、話が断れるや諸筋肉に痙攣發作が起る為益す呼吸が乱れ、或は全く息を呼いて了つてから發聲しようとし、或は吸ふ息のときに發聲しようとし、同時に聲帯、舌、唇、

口蓋等も不正に開き、或は閉ちて完全に言語を構成する事が出来ないものである。

左に談話の時の普通人と吃音者との呼吸の差を示す、之はアノイモケラフと云ふ器械で呼吸を描かせるのである。



○は吃音時

吃音者の呼吸は人に依つて種々の変化があるが、右の二例
で見ても、吃音者は吸ふ息が極く浅くて不規則で、呼吸（即
ち発声と同時に）も亦同様である事が判るのである。

音聲は肺から出た氣息が聲帯を振動して發するのであるが
ら、呼吸と音聲とは密接の關係がある、吸ふ息が正しくない
と叫く息も正しくない、叫く息が正しくないと音聲も乱れる、
されば平常に正しい力のある呼吸を練習して發音の際にも乱
れぬ様に鍛練しなければならぬ。

又呼吸は人間が生存上最も必要の事で、其方法が悪いと健
康を害し、良ければ健康を増進する、されば各種の強健法上
呼吸法を加へないものは殆ど無い位である、呼吸法は各種
の病氣を治し肉体を強健にする計りでなく、精神の修養とな

るのであるから加めて行ふが宜しい。

普通人の多くは肩又は胸の上部で浅く呼吸して、空氣を深
く吸ひ込まなない為、肺臓の深部まで空氣が行き渡らない、
そして横隔膜が昇つて下に降らない、この云ふ人は何うして
も肺、心臓の力が弱く、息せはしく腹が凹んで力がなく、逆
上勝ちで、頭が重く情に駆られ易いのである。

第二節 丹田呼吸法

正當なる呼吸は、茲に丹田呼吸法（或は腹式呼吸法と云ふ）
と稱し、肺全体に空氣を入れると共に腹力を練るのである、
丹田と云ふのは臍の下二寸許りの下腹を云ふので、昔仙家に
て不老不死の丹藥を練る所の田地と云ふ意味で名付けられたり

である。此下腹部の丹田に全身の中心点を置き、此所で呼吸をする心持ちで行ふのである。

其方法は、立つても椅子に掛けても、座つても宜しいが、どの場合でも背を真直に姿勢を直し、座つて居る時には膝を少し離し、足は拇指丈を重ねる。手は少しも力の入らぬ様に自然に垂れるか或は膝の上で組み、肩を張らず、胃の部に力が入らぬ様にし、口や喉に力を入れず、眼は軽く閉ぢ、何所にも無理のない様にして、うれから息は鼻から吸ひ、中途で止めたり吸ひ直したりせず、一息にズーツとゆつくりと深く吸ふと同時に、少しづつ、下腹部を膨らせて、其空気をズーツと下腹へ下し、下腹部に充實し切つたら、今度は吸ふ時よりも尚静にゆるくと口から呼くのである、呼く時は吸ふ時より

りも二倍位ひ長くかゝるのがよい。

此呼吸法は矯正法の時必らず行ふのであるが、其他何時実行してもよい。此呼吸は初めは一寸困難である、腹が膨れか心窩部(胃部のこと)が膨れたり、胸が壓迫されて息苦しくなつたり、或は頭へ血が上つたりして思ふ様に行かぬものである、最初は只下腹部に力を入れる事と、下腹部で息をすると言ふ心持でやれば宜しいのである、うれも出来にくひ人は、只鼻から深く息を吸つて口から長く息を呼く練習をすればよい。

此呼吸は其まゝ、發音の際に應用するのであるから極く大切の事である。又全身の重心を安定し血液の循環をよくし、内臓の働きをよくして心身を健全にするの効がある。

第五章 心理療法

六六

第一節 精神と身体の関係

吃音者は家庭に居る時とか、獨りの時とか、或は親友との談話とか、或は自分の得意の話とかなどの場合には餘り吃らぬものである、之は精神に何の恐怖も不安もなく極く平静に居つて居て、吃音と云ふ事を殆ど忘れて居るからである、尤も中には獨りの時でも吃る者があるが、之は既に高度の精神的損傷を受けて居る者で、自分の言語能力に付て深く悲觀し恐怖心が常に付き纏つて居るからである。

右の如く心が平靜であれば左程吃らぬ人も、目上の人や、

多人数の所や、改まつた挨拶や、初めて會つた人や、などの場合には精神が平靜を欠き一種の不安に駆られてよく吃るものである、又此の文句は云ひ難ひが吃らなければよいがと心配すると其文句はきつと吃るものである。

學者は一般に、吃音者は神経に弱い所があると認め居るが、之は解剖して見ても神経には何等の變化もないので、醫藥では全く効がない、どうしても精神療法によつて精神作用の悪い所を治す必要がある。

元來精神と身体とは一体のものである、精神に悪い所があればそれが身体にも現はれ来る、又身体に悪い所があれば精神にも影響する、そして精神が肉体を支配する力の方が大であつて、例へば健康を望む人が、いかに運動や養生をしてよ

精神の修養を怠り、無益の妄念を遣しうし、悲観煩悶を重ねて居ては到底真の健全を得る事は出来ない、健全なる身体には健全なる精神宿ると云ふ事は誠に至言であるが、肉体を主として精神を従とする者あれば夫は誤りである、否寧ろ精神は肉体を支配し左右するの力を有するものである。

精神が如何に肉体を支配するか、少し例を挙げて見ると、我々が身体壮健な時でも或不快な事に出會ふと顔色が急に悪くなり、食慾が減じ身体のエ合が悪くなる、又非常に喜ばしい事があると病人が急に快くなつたり、或は火事の際四五人も掛らねは持てない様な重い物を一人を持ち出したうする、或醫院で、コツアに注いであつた水を飲んだが、他の人が戯に其水にはコレラ菌が入つて居たと云ふと、水を飲んだ男は

驚愕して忽ち顔色真青になり、嘔吐と下痢を起したと云ふ。余は成田山にて断食をしたことがあるが、其時一人の老人は寒風膚を裂く嚴冬に三週間断食し、毎日何回も冷水を浴び、珠に毎夜二時と云ふ真夜中に井戸端へ行つて盥の氷を割つて数十杯の水を浴び、それより薄着で裸足の儘、七十餘段の石段を昇つて本堂へ参詣をして居た、而も血色よく身体もやせ不頗る元氣であつた、又余は二週間の断食中一回も食慾が起らなかつた、疲労も感ぜず苦痛もない、之等は理屈では説明できない、只強大な精神力を以て肉体を支配したのである。彼の催眠術や気合術で、腕に太い針を通したり、熱湯の中へ手を入れたたり、利刃の刃の上を渡つたりなどして何の傷も受けず、又冷水を腕に注いで之は熱湯だと云ふと、ろこに火

傷と同じ傷を生ずるなどは皆精神力の作用である。

病は氣からと云ふ事がある、自分の氣の持ち様で病氣になつたり、死ぬ病氣で力いのに死んだり、醫師が死の宣告を共へた病氣でもケロリと治る事は譚山ある、之は心に思つた事は血液の循環や、神経や細胞の働きにまで作用して、心の通りに肉体を変化させるのである、此力を利用して病氣や悪癖を治す事が出来るのであつて、催眠術療法や氣合術療法や、哲

理療法や、心靈療法など其理は皆一つである。
人間は何事も精神的に感染する事が非常に多い、人の善い癖、悪い癖は知らぬ間にうつるものである、吃音の如きも真似はせずとも精神作用で感染する事が非常に多い、了して一旦うつると吃音者特有の悪い病的な精神作用が常に起るもの

であるから、此の心理療法を以て精神方面を治療する譯である。

第二節 自己心理療法

自己心理療法と云ふのは、自分自身で心理療法を行ふのである、其の方法は左の通りである。

一、姿勢 座しても椅子に掛けてもよいが、茲では座つた時を説明する。

イ、姿勢を真直に正しくし、自然的に下腹を充実す（強ひて力を入れぬこと）即ち上体を下腹に集せかける氣持

ロ、膝頭を四五寸開き、足の拇指を重ねる

ハ、心高部（胃部）を緩め決して力を入ぬこと

ニ、胸を強ひて張つたり、肩を聳かしたりしないこと

ホ、舌、唇、咽喉、肩、胸、手等に少しも力を入れず、悠々とする

ハ、眼は軽く閉ぢる

ト、手を膝の上に組んで置く（左手の拇指を右手で握る）

ニ、充力法（次に荒急息を吸ひ、それをすつかり下腹の丹田にまで飲み込め心持でグツと下して下腹を膨らし、同時に両手と、下腹のニヶ所に出来る限りの力を込める、息苦しくなつたら静に息を鼻から出すと同時に、手と腹の力をだんく）と緩めて元の通りに返る、之は只一回限り行ふ

三、鎮心法

次に呼吸を追々と静にし、やがて呼吸をして

居るかどうか自分でも分らぬ位ひ静にする、遂には呼吸も全く止つたと思ふ位になる、それと共に頭の血は皆下腹に下る様に観念して、出来る限り心を静める、静まつた上にも心を尚ほ静める、そして何事も考へない、雑念の起る事があつても一切構はずに心を出来るだけ静めて行く、遂には一の雑念なく、一の我執なく、無念無想の境に入る、即ち精神統一の状態となる。鎮心法實行中に、身体に温氣を感じ濕氣を生じ、指先其他所々に電氣に觸れたる如き刺戟を感じ、腹中の瓦斯を排出し、胃部のつかへがグンク下つて胸がすき、脳が軽く爽快になり、或は全身の微動、激動を起し、中には自然に飛上つたりするものもある、これは自己の靈と宇宙の靈と融

合し、全身の細胞は円満なる活動を始め、血液の循環、排泄を盛んにし、病毒を去り營養を進するものである。此の精神統一状態に入ると所謂顕在心は去つて潜在心が現れて来る。

吃音者が自分では吃りである、目上の人や多人数の前では吃る、又此文句は吃るなどと思つて、いつも其失敗を繰り返して居るのは、潜在心即ち精神の根本に深く其觀念が込み込んで居るからである、普通の場合どんなに自分は吃りでない、雄辯家であると觀念しても、夫は表面の心である所の顕在心が思ふだけで、更に進んで潜在心には中々達しないから効がないのである。

四、暗示法及び押擦法 精神が統一した時、今度は一心に

強く觀念を凝すのである。「自分の吃音は之で治つた、もう吃りでない、どんな人の前でも決して吃らない」と二三回繰り返して觀念する。他の病氣があれば同様に觀念する。次に「吃音は治つた」と觀念しながら、右の手を平で、咽喉、胃部、腸部、次に後頭部、頭上、額、口と云ふ順に、軽く押へ或は擦るのである。右終つて静に眼を開く。

第三節 他人心理療法

心理療法は自己で行ふよりも、熟練なる教師が行へば更に一層有効である、他人を治療する場合には、先づ患者の精神状態をよく調べる必要がある、そして其特質に應じて巧に誘

導し、心理療法の暗示を適確に其人に施すの外、如何なる場合にも注意して臨機應変、其人の精神を利用し、知らずくの開に活用して行かねばならぬ、之は到底筆で書く事は出来ぬ、故に茲では省略し、只本章の心理療法を他人に施す場合を記す。

他人に對して施すには、教師は始めから終り迄緊張した精神で且熱心でなければならぬ、教師が不真面目だと患者も精神が統一しない、了して方法は一々之を助けて行はしめ、下段部の外何所にも力が入つてはならぬ様に咽喉、肩、胃部、手などを軽く撫で、指示し、鎮心法の時は頭を極く軽く撫で、しなから、頭、血はズーツと下る、呼吸は極く静にする、……心を静める、もつと静める、尚ズーツと静める」と繰り

返して無念の境に入らしめ、患者には何事も観念させず、教師が暗示法を施しながら、吃音ならば咽喉、胸、腹及び頭部等に軽く押擦を施し、吃音以外に他の病氣もあらば其患部に對し同様に施法するのである。

第六章 神靈療法

前章の心理療法は、自分で行ふ場合には精神統一も暗示も充分に行ひ難き人がある、了う云ふ人は此神靈療法を行ふがよい。

本院で實地に矯正する場合に、患者多数の時には此神靈療法は行はない、之は信仰心がない人は迷信の如く感じて不真面目になる、了うすると其人に効が無い計りでなく、他の人に

も悪影響を及ぼすが故である。依つて或人に限りて此法を行
けせる場合がある。自分で矯正する人は此法を二三回実行し
て、良いと思はれたならば實行するがよい、それは各人の自
由に任せ、併し心理療法と何ちらが良いかと云つたら、此
の神靈療法の方が宜しいのである。

一 佛宇宙に神と云ふものが存在するか何うか、之は古来學
者宗教家が盛んに論じ来つてまた決定しない難題であるから
今簡單に之を解決する事は出来ない、又之を論ずる必要もな
いから、余は先づ有神を主張し、本療法を行ふ人々にも之を信
じて貰ひたいのである。

平常無神論を主張する人でも、非常な苦境に陥つた場合に
は思はず知らず合掌して神の助けを祈るものである、何人も

信仰の念の厚い薄いの違ひこそあれ、全然神佛を認めない者
は無からうと思ふ、神を信じ神を恐れると云ふ事は非常に幸
福であつて、之が為には悪を斥け善を考すの觀念が一層深くな
るのである、我々は教育や慣習やに依つて此觀念は養成され
ては居るが、絶対無限の偉大なる神力に繼ぐ又は之を恐れる
事によつて、此力が一層強くなるのである。

神佛を信仰して幸福を得た例話は数限りもなくあるが、學
識あり徳望高き人程、真に敬神の念が厚い、牛込区内の某神
社は病氣封じで有名であつて、貴顕方の御信仰が厚い、有名
な某醫學博士も深く信仰し、自分初め家族の病氣封じの祀禱
を受け、お札を貰つて行くと云ふ、神力か、自己の精神作用
か、実際に靈驗著るしいと云ふ、又四国に吃の神様と云ふの

があるろうだが、之は吃りの人が賊を組敷いて居ると、賊は救ひを求めたが、吃りの人は物が云へお吃つて居る中、他人の爲に賊と間違へられ、殺された、其靈を慰める爲に祀つたのであるが、吃る人は参詣するとよく治ると云ふ事である。

苟も萬物の靈長たる人間が、一切の邪念妄想を絶ち、大根清淨の赤誠を込めて一心不乱に神を念おれば、至誠天に通ず其信仰力の深淺如何により夫々神靈之に感應して冥助を垂る、事疑ひなしである。

併しながら何れもかでも神にお助けを祈つてくれで安心しければならぬ、神に祈ると共に正當の道に最善の手段を講せねばならぬ、吃音を治すにしても神ばかりに頼るのは迷信である。

る、勉強もしないで試験に優等合格する様神に祈る様なるのである、正信と迷信とを混同せぬ様はせねばならぬ。

こ、で神と云ふものに就て合理的の説明をせねば、迷信と思はれるかも知れぬが、簡明に説示する力は容易でない、且難解のこと多く却つて青少年に迷を生ぜしむる虞があるから神佛に関する理論は一切省略することとし、左に神靈療法の方法を示す、此法を分つて祈念法、無我法の二段とし、更に心理療法中の暗示法及押擦法を加へるのである。

第一、祈念法 此法は精神を一点に集注する法であつて、其一矣とは何か、即ち絶対無限至上至高の神である。
イ、姿勢は心理療法と同じ
ロ、次に神佛を拜する時と同じ様に合掌する

ハ、次に口の内で或は心の中で一心に「南無不動明王」と唱へる、之は不動明王に限らず、天照皇太神でも、イエスキリストでも、或は土地の氏神でも、阿彌陀如来でも宇宙太靈でも何でも宜しい、自分の最も崇拜する神佛偉人の名を称へるのである、併し云ひ易い句調のよいカが宜しい、此称名を繰り返し、一心に唱へて、了して折々「どうか私ノ唸音をすつかり治して下さい」と唱へて祈るのである、神社の前に拜する時と同じ気分で一点の邪念を交えず、清浄潔白の心で祈る、又家の神壇の前で行ふのも宜しい、我々は平常中々清浄な統一した心になら難いものであるが、神佛を拜し祈る時には誰でも清浄な心境となり、精神の統一が出来る

ものである

此の祈念法は普通五分乃至十分行ふ

第二、無我法

イ、前の法に引續き行ふ、口にせる称名を止める

ロ、合掌の儘、無念無想、何事も考へず、何物も求めず、

澄々渡れる秋の空の如く、茫洋たる春の海の如き心となる

此時は全身に靈力充ち、細胞靈動し、合掌した手や指

先は濕氣と温氣を帯び、電氣に觸れた様に感ずる

此法は普通十分位に行ふ。

第三、暗示法及押擦法 心理療法と同じ

第七章 發音練習法

前章迄の療法でも治る人もあるが、まだ充分とは云へない、茲にまだ大切な療法がある、即ち直接發音の不正を直す練習法である。

吃音は呼吸筋及構語器官が痙攣を起し、其運動が不正となるから起ることは既に述べたが、構語器官の運動不正は、言語を構成する事が出来ない様に、或は強く或は弱く、構語器官を不正に開いたり閉じたりする為で、例へば「バ行（バビブベボ）で吃るものは、唇を強度に壓して固く結ぶ為であり、カ行（カケクケド）で吃るものは、強度に舌の尖を上歯に固着する為であり、カ行では舌の背を口蓋に附着する為であり、

又ア行、ハ行では聲帯を強固に閉塞する為である如き例であるから、こう云ふ不正を直す様に正確な發音法を練習しなければならぬ、而して先づ單音を充分練習して、順次單語、朗讀、對話、演説等の練習に進むべきである。

第一節 單音發音法

第一 母音の發音法

母音とはア、イ、ウ、エ、オの五音であつて、此の五音が他の凡ての音即ち子音の基本になるのであるから、之を充分練習して、口形や舌の工合をすつかり覺へなければならぬ。ア、口を大きく開く、唇を前へ突き出したリ力を入れたりしてはいけな、ほ、笑みの氣分の上唇が糸切り齒（

犬齒^{ケシ}を少し現^{あらわ}す程度にする、かくすると口の形は卵
円形になる、舌はその尖端^{せんたん}が下^か列^{れつ}の歯の内面に付け、
歯の先と同じ水平にする、舌の背^せや舌の根は自然に下
つて居る様にし、力が入つて上つてはならぬ、咽^{のど}は
成るべく樂^{らく}に廣く開く、それより鼻から息^{いき}を充^い分^{ぶん}吸^すつ
てアと長く發音する

イ、口を狭^{せま}く開^あけ、舌の尖^{さき}を下歯の内面に付け、舌の前^{まへ}の
部を少し隆^{たか}起^たさせてイと發音す、イの時は歯を噛^かみ
合せ少し開^あけること、又左右の口筋^{くつきん}を外方へ引き締^し
めることに注意

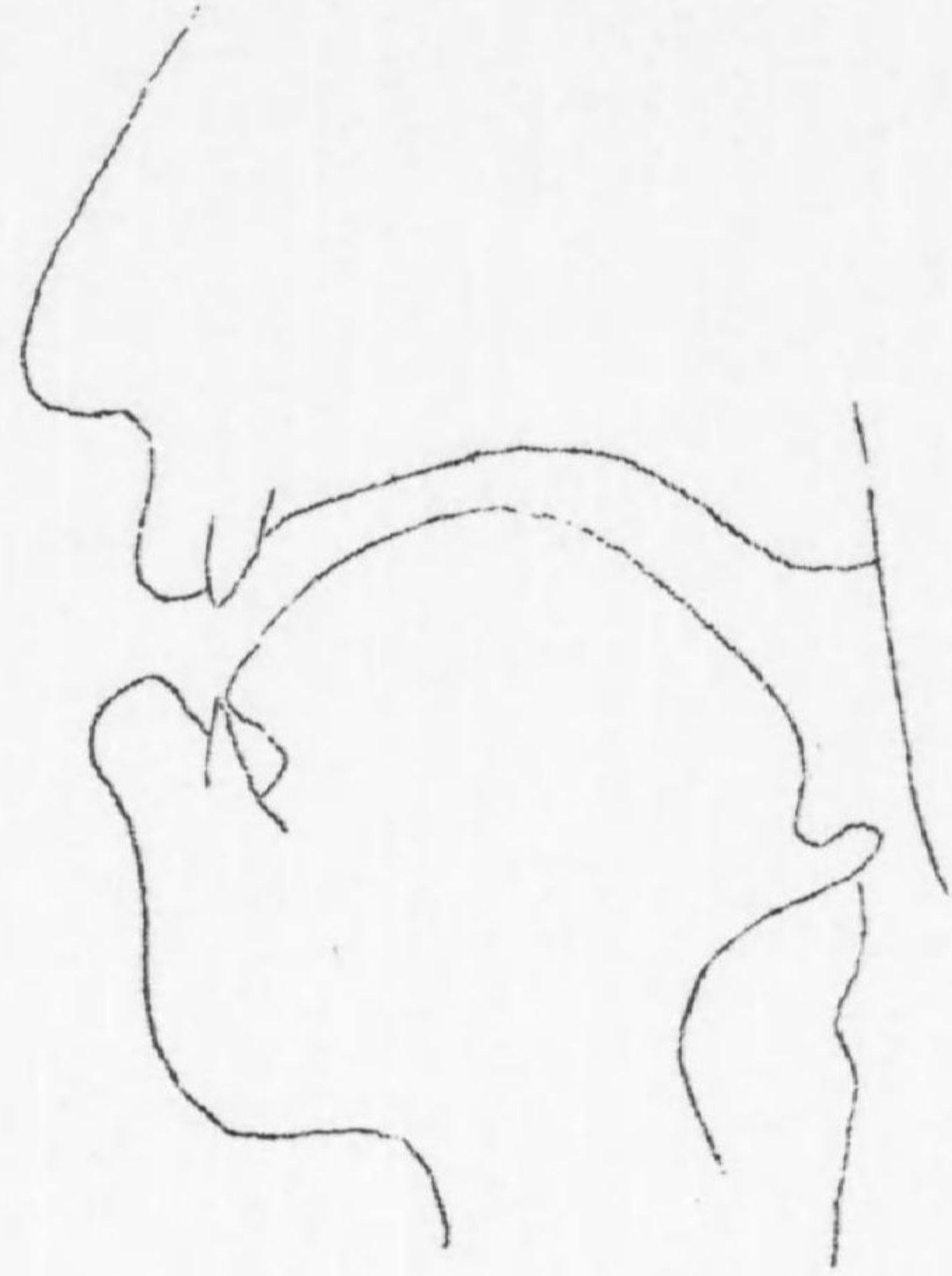
ウ、上下の両唇^{りょうしん}を狭^{せま}めて小さい円^まを作る、併^{とも}し唇^{しん}に餘^{あま}り力
を入れたら尖^{とが}らしたりせぬこと、歯の間^まを狭^{せま}くし、舌

の尖^{さき}を下歯の内側に付け、舌の後部を少し隆^{たか}起^たせしめ
てウと發音す

エ、口形はアとイの中間位^{ちゅうかんゐ}に開^あけ、舌の尖^{さき}は他と同じく
下歯の内面につけ、舌の前部を稍^{やや}や隆^{たか}起^たせしめてエ
と發音す

オ、上下の唇^{しん}を引き締^しめて中位の円^まき輪^{りん}を作り、舌は他と
同じくし、其後部を少し隆^{たか}起^たせしめてオと發音す

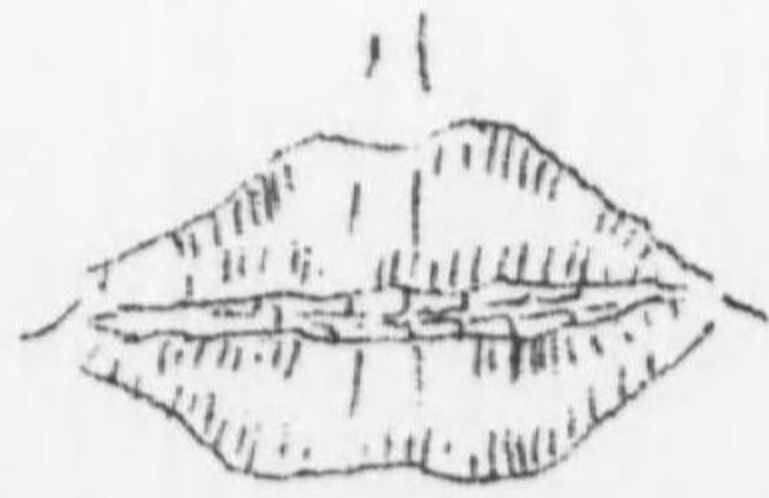
我日本語は以上五種の口形により發音することが出来る、
即ち凡^{たゞ}ての言語^{ごんご}の根本^{こんぽん}であるから、先づ此の母音を充分に練
習してすつかり會^あ得^{とく}しななければならぬ。
以上の口形を左に畵^え示^しす



(1)
の
口
形



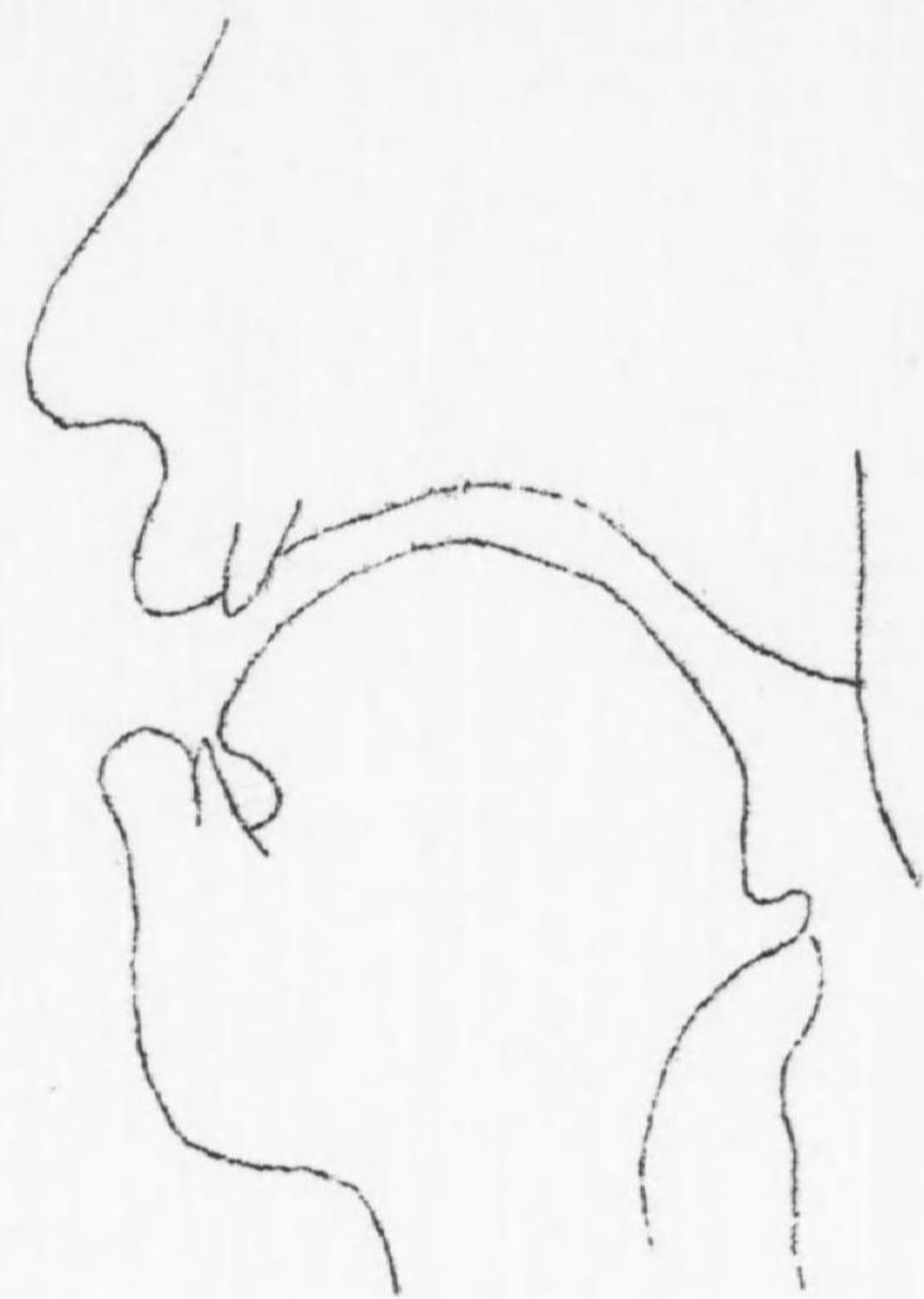
(ア)
の
口
形



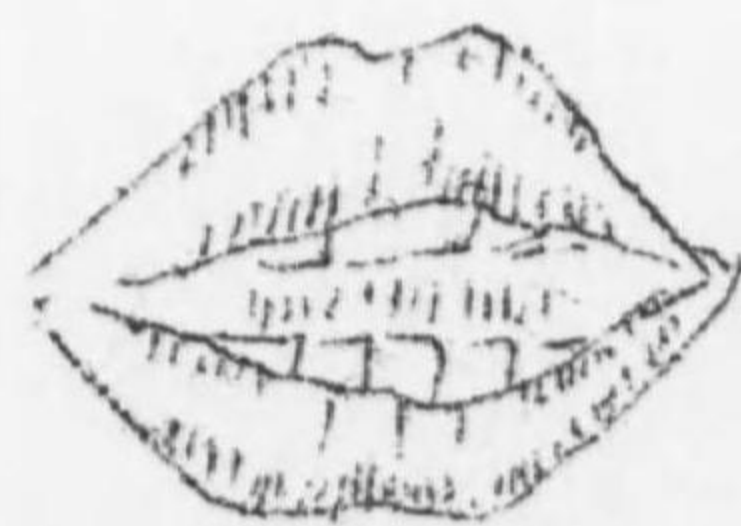
八九



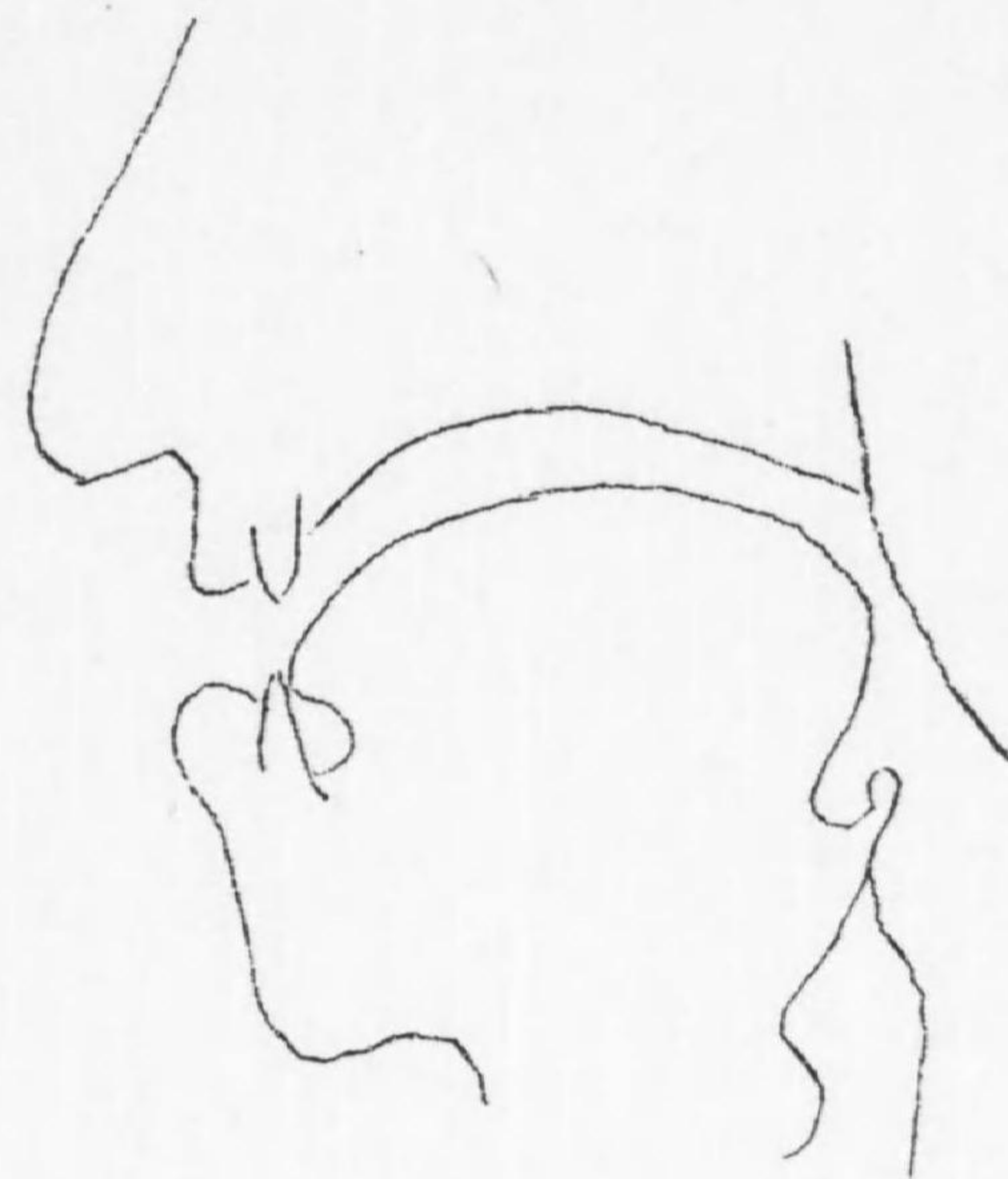
八八



(エ)
カ
口
形



九一

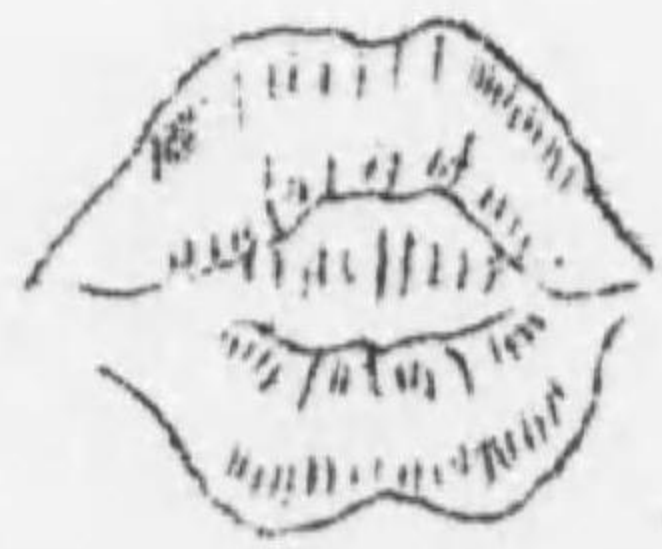
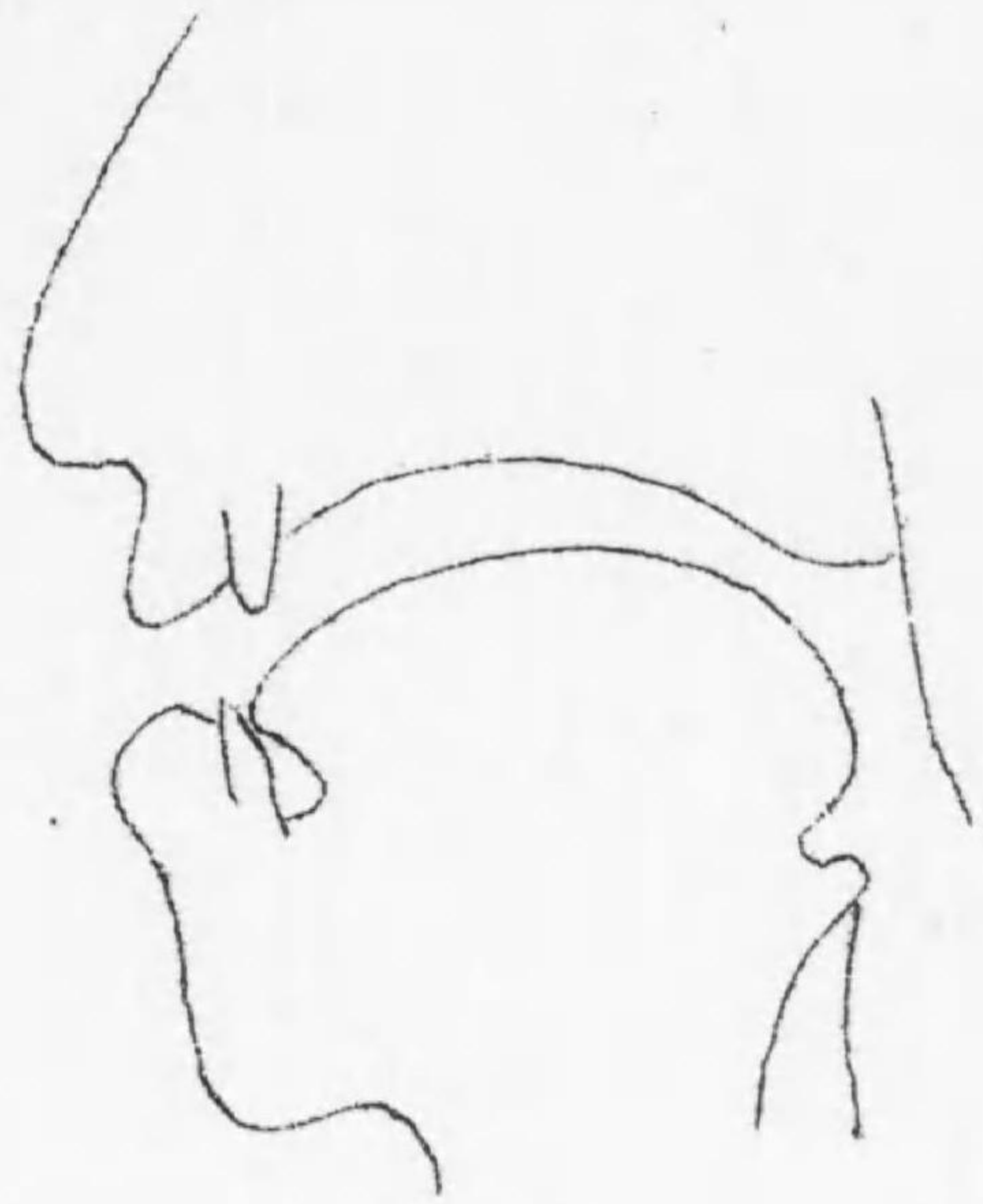


(ウ)
カ
口
形



九〇

(オ) の口形



此口形を練習するには、姿勢と呼吸を正した後、舌の通り口の形を作り、それを鏡に写して見て、大きな聲で長く引いて発音する、そして発音は種々に抑揚を變へて見る、即ちア、ア、ア等の如く、高く発音して下げたり、低く発音して語尾を揚げたりする、そして一音を發したらう、又息を深く吸つて又一音を發する。

第二 子音の發音法

母音の發音法を充分に會得したならば子音に移る、子音とは五十音中母音を除いた他の凡てがある、子音は實際は單音でなくて、單音と母音との二音より成るのである、例へばかの音はカとアとの合成であり、キはキとイとの合成である、即ちカーと長く云つて見ると、カの次にアの音が續く事が分

る、故にカを發音するときにはアの口形により、キを發音するときにはイの口形によるのである。

左の五十音及濁音、半濁音のA列（即ちアカサタナハマヤラワがザタババ）は凡てアの口形、I列はイの口形を用ひて、一音づゝ正確に發音し、尚舌の運用を研究し練磨すべきである。スカ行（カキクケコ）サ行（サシスセソ）と縦に一音づゝの發音も同様である。

以上一音づゝの發音練習を終つたら今度は左の通り練習する。

一、アの口形で一息に「アカサタナハマヤラワ」と發音し、次に

同じ口形で「ガザババ」と發音す

次にイの口形で「イキシチニヒミイリ井」と一息に發音し、

同じ口形で「ギジチビビ」と發音す

右の如くウ列、エ列、オ列と横に發音練習する。

ア	イ	ウ	エ	オ
カ	キ	ク	ケ	コ
サ	シ	ス	セ	ソ
タ	チ	ツ	テ	ト
ナ	ニ	ヌ	ネ	ノ
ハ	ヒ	フ	ヘ	ホ
マ	ミ	ム	メ	モ
ヤ	イ	ユ	エ	ヨ
ラ	リ	ル	レ	ロ
ワ	ヰ	ウル	ヱ	ヲ

ガ	ギ	グ	ゲ	ゴ
ザ	ジ	ズ	ゼ	ゾ
バ	ビ	ブ	ベ	ボ
ダ	ヂ	ヅ	デ	ド
パ	ピ	プ	ペ	ポ

（以上濁音）

（半濁音）

一、次にアイウエオの口形と同じく「カキクケコ」「サシスセソ」と一息に発音の練習をする。

第三 撥音の發音法

撥音とは撥る音と云ふ意で、即ち「ン」である、ンは半母音と名付け、母音と子音との中間に存するが、子音に近いものである、之は口を閉ちて鼻孔より發音するものである、故に一に鼻音とも云ふ。

アンシン、コンニケ、シンヂツ、ナンデモ 等

第四 促音の發音法

促音とは促る音、例へばラツパ、イツシン等の如きもので、此のツは單獨には發音しない、上の音が一時急に止つて出来るので、之は舌、唇、口蓋などの密着によるのであるから、

上の音は普通に發音して急に之を閉止し、更に次の音の口形を作つて發音するのである。

第五 拗音の發音法

拗音とは拗ねる意味の音で、元来二音であるが、之を合して恰も一音の如く發音するもので、キヤク、キユウス、如きを云ふ。

此音の發音法は例へば「キヤ」の、キはイの口形で、下のヤはアの口形であるから、イの口形からアの口形に移る際に一時にキヤと發音するのである。

拗音

キヤ	キユ	キヨ
シヤ	シユ	シヨ
ギヤ	ギユ	ギヨ
ジヤ	ジユ	ジヨ

キ	ク	ケ	カ
キヤ	クヤ	ケヤ	カヤ
キユ	クユ	ケユ	カユ
キヨ	クヨ	ケヨ	カヨ
キヤ	クヤ	ケヤ	カヤ
キユ	クユ	ケユ	カユ
キヨ	クヨ	ケヨ	カヨ

第二節 單語發音法

單音を續ければ即ち單語となる、單音を發する要領と同じく單語を發すればよい、但し最初の音は静かに軽く少し長く發する、そして種々に抑揚を付けて練習するのである、單語の練習用として二音より五音位迄の單語表を作成し、之により充分練習するが宜しい、即ち左の如き例により二音より

三音四音五音と増した表を作る。

アイ	アウ	イロ	イエ	ウエ	エト	オイ
アイロ	イキル	ウタウ	オコス	タタミ
アケコケ	アリアケ	イトナム	タタカフ

第三節 朗讀法及對話法

朗讀も對話も初めは短かい文句から始める、姿勢や落付の大切なことは今更云ふ必要もない、そして先づ息を深く吸ひ最初の音を軽く少し長めに發音して次の音に續く事にし、決して一時に二音を急に云はないこと、言葉が切れたら又最初の通り息を吸つて悠々と一音毎に明瞭に發音することが大切である。

朗讀や對話になると一音く口形を作つて居る事は出来な
 いが、既に單音の練習の時に口形は了解して居るのだから、
 自然に出来る筈である、又非常な重症でない限り誰でも口形
 や舌の動かし方は解つて居るのだから、只それを円滑に自由
 に差支なくなる様に充分の練習を成すべきである、

本院では第一日には單音全部、第二日には單語、第三日に
 單語の外朗讀及對話を初め、それより日増に無量かしの物に
 進み、五日目位はから演説をさせて居る、そして三四日目位
 から急によくなる者が多い、目下矯正中の中で四日目位或一
 人が演壇に立つて一場の演説を試み、私は今日迄之ほど樂に
 話せた事は一度もなかつたと涙を浮かべて喜んだ、又或三四人
 の者は初めて来た時は見るから気の毒なほど陰気な打沈んだ

顔付で、挨拶などは一言も出来ず、只黙つてお辭儀をする計
 りであつたが、五六日後の今日ではニコニコと嬉しうな顔
 付をして立派に挨拶もするし、盛んに話もする様になつた、
 其快活うな容貌に変わった丈でも別人の様な氣がする、もし
 て重症の人ほど変り方が激しいもので、治す教師の方でも一
 層張合がある譯である。

(發音の練習をするには本會發行の「發音實習書」を使用す
 ると宜し、單音、單語、朗讀、對話の四種があつて、其排
 列及字句には特種の注意を以て一般吃音者に適する様編纂
 したものである。)

第八章 吃音矯正の要項

以上を以て本學院の實地に行つて居る吃音矯正法は全部説明を終つた、更に尚分り易い様に要項を再記する事とする。即ち本院の矯正法は養生療法、呼吸療法、心理療法（又は神靈療法）、發音練習法の四つであるが、此中養生療法は直接の矯正法でないから、左の三法を以て吃音矯正法と云ふべきである。

第一 呼吸療法

第二 心理療法（又は神靈療法）

第三 發音練習

此の三法は毎日必らず實行せねばならぬ、其の實行上に就て注意すべき点を次に示す。

一、方法はいつでもからだ体に眠いのある時に行つてよい、いつでも

眠いのある人は朝氣持きもちのよい時に行ふがよい、夜遅おそくは眠いくたなつたりして宜よろしくない。

一日に二時間以上三時間實行する必要がある、小供は多少加減する、非常に多忙な人は三十分間つゞでもよいから繼續して行ふがよい。

朝夕二回行へば尚よろし。

一、實行の方法は先づ姿勢を正して二三分間充分落付き、それから呼吸法を十分間程行ひ、續ついて心理療法（成るべくは神靈療法の方がよい、但し多人数及人により心理療法のこと）を十分位ひ、それからより引續いて發音の練習を行ふ。幼少者は心理療法を短みくしてよろし。

一、成るべく静かな氣持のよい所で行ふこと。

一、吃音者は非常に他人に對して耻づるものであるが、他人が笑つても、變に思つても構はず、一切他人を眼中に置かず、全力を注いで矯正を實行すること。

一、姿勢は常に正しくすること。

一、必ず落付くこと、落付くのは丹田呼吸法や、心理療法、神靈療法など行へば、自然に落付く習慣が付く、そして此落付いた時の氣持を常に忘れず、談話の場合にも此氣持になつて話すること。

一、丹田呼吸法は鼻より吸ひ、口より呼くのであるが、心理及神靈療法中、其他平常は一切口を用ひず、鼻から吸つて鼻から出すこと。

一、發音の場合には、必ず先づ息を充分吸ひ、之を止めず直ぐ發音し、そして其残りの息を皆呼いて了つて、又息を吸つて發音すること、即ち丹田呼吸の方法を其ま、發音に應用すること。

一、發音練習の時の聲は大なるが宜しい、そして太くさわやかに、少しも苦しく聞えない聲で靜に出す、但し頭から出る様な高い聲はいけない、元氣のない低いはつきりしない聲は尚いけない。

一、聲は咽喉から出さずに腹から出す。

一、咽喉、舌、唇、肩、胸、胃等に力の入らぬこと。

一、本書を何回も讀んで充分に方法を了解し、之を實行して見て又本書と照合せて見ること。

一、二三週間は最も熱心に一日も欠かさず實行し、其後と雖

も中止せし治るまで必ず実行を續けること。

第三編 治療法 治用法

第一章 雄辯に話す法

- (一) 先づ姿勢を正し、心を落付ける。心を落付けるには平常練習の祈念法、無我法或は鎮心法を應用する。
- (二) 如何なる事を話すか其事柄を筋道立て、明確にし思想を整頓する。
- (三) 事柄は不誠實や野卑に直つてはいけぬ、かゝる事は既に心を亂し、或は臆し、或は耻ぢて快弁を揮ふことが出来ぬ。

いものである。

- (四) 話す事柄に全注意を注ぐ、かくすれば吃音の觀念も浮ひ出る間がない、そして極く大切なことは、話す事柄の考慮が先へ進まない様にすることである、吃音者の考慮の進行は意志の發表即ち言語と共に進まないで、考慮の方が言語より先へ進行するのが常である、従つて説話が亂れ、意志を發表するに適當な言語を發見する能力を失ふものである。
- (五) 感情に激せず、益す沈着大膽になりつゝ、熱誠を込めて悠々と語り始む、決して急突に發言してはならぬ。
- (六) 呼吸を正し、發音の口形に注意し、練習の心持で、即ち相手を稽古台と見て話す。
- (七) 言辞は成るべく温和で云ひ易いものを用ふること。

(八) 多辯を弄してはいけな、無駄な事は決して云はないこと、口は禍ひの門、吃る者は一つ吃ると急にあわて、心も呼吸も乱れ尚吃り易くなるものである。

(九) 常に品性を高尚に保ちつゝ、言はんとする事は熱誠にして凡て腹心より出づること。

(十) 以上は平常に吃音矯正法を行ひて心身を修養し、進んで快弁を練磨する機会を作り、絶へず熱心に勵んで置かねばならぬ。

第二章 他人を矯正する法

他人の吃音を矯正するには、先づ本書の理論と方法とを充分に會得して、必ず全治せしめ得ると云ふ自信と、必ず全治

治させてやらふと云ふ熱心を持たなくてはならぬ。

患者に對しては理論と、治つた實例とを説明して必らず治ると云ふ信念を抱かせ、安心と喜悦の情を起して教師を信頼し、よく其命を守り熱心にやる様にする。

其矯正を行ふには養生療法は患者によく説明して日常之を守らしめ、其他の方法は自ら模範を示し助けて實行せしめ、全治する迄は互に倦まざり行ふべきである。

又患者の年齢、境遇、教育の程度、性質、症状等をよく注意考察して、之に適應する様、各方法を配合應用しなければならぬ。

尚教師の態度、言語、拳動等は患者の精神状態に大に影響を與へるものであるから、平常精神を修養して品性を高尚に

し、温顔と熱誠を以て接し、其の態度言語拳動等は凡て模範
とならねばならぬ。

第三章 吃音児童の保護法

吃音の児童を保護する父兄又は教職員は、本書を一通り心
得て日常矯正に注意する外特に左の事を心得る必要がある。
(一) 吃る時に叱つたり笑つたり、又は不快な顔は決してしない
こと、斯様なことは児童の心に非常な打撃を感じ、精神を
痛めて尚更吃音を重くするのであるから、必らず平和な心
と温顔を以て接すべきである(父母や学校の先生等は不幸
な吃音児童に對してよく叱り付けるのを見る)
(二) 急ぎ立て、早く云はせよふとしないこと

(三) 児童が發音する時にはよく呼吸が整つて居るか、落付いて
居るかを檢すること

(四) 児童が早口に云ふ時にはよく注意して直し、あせらず急が
ず静に發音させること

(五) 児童が吃つた時には其願を聞き容れずに、よく落付かせ、
自ら其言語の模範を示して云ひ直させ、立派に云へた時に
其願を聞き容れる様にすること

(六) 児童にはむづかしい理屈は一切抜きにして、よい模範を示
して之を模倣せしめ、練習を積んで漸次良習慣に導くこと

第四章 目上又は多数の人に臆せぬ法

目上又は多数の人の前で臆して尚むづかく吃るのは、自分

精神作用が影響するのであるから、平常心理又は神靈療法で吃ると云ふ潜在觀念も除き、呼吸法で膽力を養ひ、發音練習で言語能力の自信を得、目上の人や多人数の前でも、自宅で家族と話すのと同じ氣分になつて、カツと呑んで了へば最早吃らなく成る、之は全く平常の練磨に依るより外仕方ないが、併し其場合に應急の方法を施すのもよい、即ち丹田呼吸法を施し、祈念法か鎮心法を行ひて心を落付け、彼れ何者ぞ、只の人なり、我も人なり、人に上下の差別なし少しも恐る、寧ろ少しとか或は「我に神様の冥助あり、少しも吃らない」と其場合に應じて適宜の觀念を強くして、意氣盛んに大膽に自重して臨むがよい。

第五章 快活大膽になる法

吃音者には性質が陰鬱で小膽な者が多い、之は生来のものもあるが、多くは言語能力が不完全になつて常に失敗し、耻かしい思ひ悲しい思ひを重ねて遂に快活の性を失ひ、人にも臆する様になつたのである、こう云ふ性質になるを尚更よく吃るものである。

快活大膽になるには何うしたらよいか、それは精神身体が強健を圖ると同時に、言語能力の不完全を恢復するにある、即ち本院の方法も熱心に實行すれば、知らなくの間は吃音は治つて、言語能力に確信が付き、進んで人に接して話して見たくなり、一方身体の健全に赴くと同時に、性質は快活に

大膽となるのである。應急法としては鎮心法又は祈念法を極く短時間行ひて雑念を拂ひ、丹田呼吸法を行ひつゝ、大勇氣を振揮し、注意を一事に集注するものである。

第六章 動悸を静める法

動悸とは心臓の鼓動が高まるのを云ふので、これの起る原因は、過動、驚愕、恐怖、憤怒、等より来るのであるから、成るべく此原因を避けねばならぬ、動悸は即ち心身の平和順調を缺いて居るので、此際あせれば尚更發音困難となる、動悸を静めるには身体を安静にし、丹田に充力しただけで他の筋肉を凡て緩め、静息鎮心法を行ひ、心を空虚にするのである。

第七章 腹が吊り上らぬ法

發言の際腹が吊り上つて呼吸が苦しくなり、發言困難となる事が多い、此腹の吊り上るのは横隔膜が上昇して胸腔を壓迫するのであつて、普通の人でも憤怒、驚愕、恐怖等により吃る事がある、之は鎮心法を行ふと同時に丹田呼吸法を静に強く行ふのである。

第八章 咽喉が締らぬ法

咽喉が締つて何うしても音聲の出ぬことは、之は咽喉に力を入れて聲帯を引締めて密着し、息の出る穴を閉ぢ従つて聲も出ぬのである、焦れば尚締つて出ない、此場合には鎮心法

を行ひ、咽喉の力を全然抜いて、充分に開き静に呼吸を行ふのである。

第九章 息切れせぬ法

吃音者は息切れをする者多く、發聲薄弱となり聲嘎れ、或は止るのである、之は丹田に力がないのと、呼吸が不充分なのと、精神に弱気があるからである、又身体の激動、驚愕、恐怖、憤怒、病氣、疲勞等より起ることのあるは普通人でも同様である、之を防ぐには平常練習を積むのは勿論、尚此場合には鎮心と呼吸法とを行ひて精力を充實すべきである。

第十章 吃る時の應急法

吃る場合にはあわてずに静に其原因を考へて見るのである、精神は平和で落付いて居るか、呼吸は正しいか、咽喉に力が入つて締めては居ないか、動悸加したる腹が吊り上つて居ないか等を考へて見て、其原因が分つたら之を直し、決してあせらぬに悠々と發音するのである。

吃音者は發言するに、頭の一音を發すると同時に次に次の音を出さうとするからいけない、依つて先づ息を深く吸ひ、頭の一音は軽く少し長く發音して次の音に移り行く、餘り長い言葉を續けると又吃るから、適宜に切つて、又最初の如く云ひ初める、そして早口は絶對禁物である。

第十一章 美聲法

何うしたら美しい聲になるか、吃音矯正とは直接関係は少
いが、併し大に参考になる。

(一) 品性の修養 聲は其人の氣質を表すと云ふ、修養ある人
の聲は上品で力あり人を感動せしめ快感を興へる。

(二) 健康 健全なる聲音は健全なる身体に宿る、全身体の強
健法は即ち美聲法である、殊に腦及神經、肺臟心臓腎臟、
消化器、喉、鼻、舌、唇、齒等は聲に密接の関係があるか
ら之等の健全を計り病氣があれば治療する。

(三) 聲の鍛練 小聲より大聲へ、低い聲より高い聲へ漸次に
鍛練するのである、大聲や高聲は呼吸筋を強くし、肺の活
量を増すが、無理にやると時として咽喉、聲帯に肥厚を来
し悪聲となる事がある、寒聲として寒中に甚しく聲の鍛練を

する人もあるが、やはく漸を追ふて強く練習する方がよい、
聲を美しくする為に蛤蟪を吞む人もあるが迷信である。

(四) 呼吸法 丹田呼吸法を行ひ腹力と氣息を強くすること。
(五) 睡眠 睡眠は聲に對し非常な滋養物である。

(六) 咽喉の保護 咽喉は聲を作る所であるから最も大切にし
なければならぬ、刺戟性の飲食物、酒、煙草を避け、感冒
に罹らぬ様、害した時は醫藥を受け、或は濕布、吸入、含
嗽等の手當をする。

(七) 花柳病の注意 本病は諸所の粘膜炎に發聲器及び共鳴器
を害す。

(八) 飲食物の注意 刺戟性の飲食物は悪し、塩辛い物、酢の
物、唐辛、おし、天ぷら、ソーダ水等は平常は差支へない

が發聲前（歌、演説等の前）に飲食するはよくない、水も
沢山はいけなない、菓子は少しは差支ない、生卵、牛乳、昆
布湯、砂糖水など宜し。

(九) 藥 フォルマミント錠、コリアインボンボン、礮砂球、
甘草膏等が用ひらる。

結 論

之で吃音の理論、療法、應用法までの説明は終つた、成る
べく詳しく、ろして分り易く説明した積りであるが、實地に
示せば何でもない事でも、筆では中々現し難い真もある、併
しよく熟讀し實行して見たら自ら判然するであらう。
又こんな事で幾年又は幾十年の此難症が治るだらうかと疑

ふ人もあるかも知れぬ、併し之は事實が充分に證明して居る
實地でも通信でも多数の人が治つて居る、それ等實績の証明
物は必要ある方には一覽に供し、又會員は實地矯正を參觀せ
られても宜しい、兎に角余は此方法を以て最も優良なるもの
と自認して公表し併せて實行して居る次第で、諸君も決して
疑はず迷はず、本法を信賴して早速實行し、熱心繼續し、其
間に不明の点あらば郵便又は直接余の所へ来て質問し、是非
とも近き日に目的を達せられん事を切望して止まぬ、只自己矯
正は實地に教師の矯正を受けると違ひ、餘程の忍耐と努力を
要することを承知して貰ひたいのである。

心理吃音根治法及理論 終

不許複製製

大正十四年六月八日印刷
大正十四年六月十二日發行
大正十五年八月十七日改訂發行
東京市牛込区山吹町五〇
編輯者印刷人梅田一靜
同所
發行所 文化學會

非賣品

終

