

【メルディア】一般財団法人メルディア 広報誌

FREE

VOL.73

MAY.2026

「自己ベスト更新」が僕の原動力

東京マラソン 2026

ランナー成田さんの
42.195km密着レポート

子どもたちが自分らしく生きるために
スポーツ×福祉で描く
共生社会のカタチ
元プロバスケ選手・岡田優介

規格外の才能と衝動!
特性を武器に変えるインフルエンサー
TikToker tomoka

おさんぽ DE 楽しむ!

～西武園ゆうえんちで昭和の世界に
タイムトラベル!～

「読めない」を、置き去りにしない
——小枝達也先生が語る
ディスレクシア支援の
今と未来

「うちの子と似てる」が繋ぐ
発達の話が気軽に
分かち合えるSNS
テテトコって?

「できない」は「人に頼む」ことで「できる」に変わる。

奥山 佳恵さんと 美良生くんが広げる、 ハッピーの輪



かれから4年!



「できない」は「人に頼む」ことで「できる」に変わる。

奥山 佳恵さんと美良生くんが 広げる、ハッピーの輪

タレント・俳優として、そしてダウン症のある次男・美良生くんの母として、等身大のメッセージを発信し続けている奥山佳恵さん。4年前の本誌登場から、奥山さんを取り巻く環境は大きな転換期を迎えました。独立という新たな一歩を踏み出し、講演活動を通して「障がい」という枠を超えた普遍的な幸せの形を伝える彼女に、中学3年生になった美良生くんの成長と、今感じている想いを伺いました。



「これまでには障がいのあるお子さんを持つご家族へのメッセージが主でしたが、最近是一般の方や企業、教育現場でお話しする機会が増えたのがすごく嬉しいんです」と、奥山さんは語ります。
活動の幅が広がった大きな理由は、「ベップトーク」という手法との出会い



「みんな私になれる」——心に届く言葉を携え、自らの足で歩む道

CONTENTS

VOL. 73

MELDIA
2026 MAY.

03 「できない」は「人に頼む」ことで「できる」に変わる。
奥山 佳恵さんと美良生くんが
広げる、ハッピーの輪

06 「自己ベスト更新」が僕の原動力
東京マラソン2026
ランナー成田さんの42.195km密着レポート

09 MELDIAから書籍のご案内

10 子どもたちが自分らしく生きるために
スポーツ×福祉で描く共生社会のカタチ
元プロバスケット選手・岡田優介

12 「ちがいはちから、つながりは未来」——
世界自閉症啓発デー・スペシャルレポート

14 「読めない」を、置き去りにしない
——小枝達也先生が語る
ディスレクシア支援の今と未来

16 規格外の才能と衝動!特性を武器に変えるインフルエンサー
TikToker tomoka

18 「うちの子と似てる」が繋ぐ 発達の話が気軽に分かち合えるSNS
テトコって?

20 支援ではなく応援でつながる 学生と障がい者が友達になれる旅
「パラ旅応援団」

22 おさんぽ DE 楽しむ!
~西武園ゆうえんちで昭和の世界にタイムトラベル!~

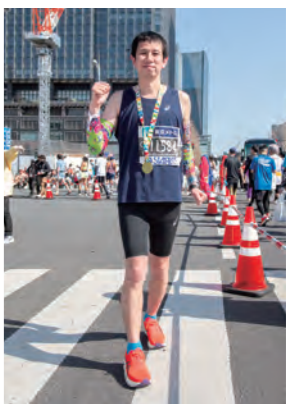
24 シンママまると息子の成長記録 VOL.7

26 出産後の再デビューに向けての意識の変化と今も変わらない、新しい時代を楽しむ心
水越けいこ M Size はじまり Again

28 自立訓練(生活訓練)事業所「メルディアライフネスト浦和」
EQSによるオーダーメイドの訓練で
自分らしい進路への再出発を叶える

30 MELDIAつなぐ

31 プレゼント





でした。もともとはスポーツ界で指導者が選手を励ますために使われていた「短く、わかりやすく、肯定的な言葉がけ」のこと。奥山さんはこれを選び、自身の講演に取り入れました。

「これまでは『うちの子の紹介』が主でしたが、今は『捉え方を変えるだけで、誰でも私のように毎日をハッピーにできるよ』という具体的な方法を伝えられるようになりました。私が特別なわけではなく、視点を少しずらすだけで『みんな私になれる』。そんな実感を感じたくて。大きなホールも素敵ですが、一人ひとりと目を合わせられるような、心の温度が

伝わる距離感を大切にしています。誰もが『今のままでいいんだ』と自分を認められるような種をまき続けたいと思っています」。

成長と共に変わる「遊びの形」。
思春期の壁と、新たな居場所

現在、中学3年生になった美良生くん。小学生の頃は多くの友達が家に遊びに来ていましたが、高学年から中学にかけて、子どもたちの成長と共に「遊びの形」が変化していきました。

「スマートフォン普及が大きかったですね。体を使って遊ぶことから、画面の

中のゲームやSNSを通じて繋がるスタイルが変わっていった。美良生はその画面を横で見ているだけの状況になり、「みんなで一緒に遊ぶ」風景がなくなってしまうのは、親として正直切ない光景でした」。

同時に、思春期特有の課題にも直面しました。人との距離感や異性への接し方など、どう伝えたら本人が理解しやすいのか。模索する中で、中学校では「支援級」という選択をします。

「小学校までインクルーシブな環境を大切にしていたので通常級を離れる懸念もありましたが、実際に入ってみると、そこには美良生と同じ目線、歩幅で笑い合える友達が待っていました。どちらが良い悪いではなく、今の美良生にとって心からリラックスできる場所が美良生の『居場所』。先生方も本当に温かくて。



パズルに熱中したり、得意の配膳を頑張ったり。人の役に立つことに喜びを感じる彼の優しさが、今の環境でより伸び伸びと輝いているように感じます。これまでと変わらず、毎日を本当に心から楽しんで生きている姿は私の何よりの喜びです」。

「ある」を数えると、不安は「感動」に変わる

奥山さんは、社会人として自立している長男と、次男の美良生くん、二人の子育てを通じて「親の期待値」について改めて気づかされたことがあると言います。

「長男には『できて当たり前』という期待があった分、小さな『できること』を素直に褒められず、できないことに目くじらを立てていた時期がありました。今思うと、彼が持っている素晴らしい部分を素直に褒められなかったのは申し訳なかったなって。でも美良生に対しては、最初から『できないこともある』という前提でスタートしているから、一つひとつの出来事が全部『加点方式』なんです」。

最近も、そんな日常のひとつコマに思わず笑ってしまったのだそう。「今朝もね、出発間際にお通じが自分でトイレで出せたんです。それだけで私

は『天才！よくやった！』って褒めちぎっちゃって(笑)。長男なら当たり前のことでも、美良生だと奇跡に見えてしまうんですね。でも、この『あるもの』に目を向ける視点こそが、私たちが楽しく過ごせている最大の秘訣。将来への不安がないわけではありませんが、『できないこと』を数えるのをやめて、『できたこと』を面白がる。その視点を美良生から教わった気がします」。

「助けて」が世界を繋ぐ。心の中のモンスターを小さくするために

最近、奥山さんは友人による声かけで美良生くんと無人島へ冒険に行きました。そこには車椅子ユーザーの女の子とそのご家族も一緒でした。

「二見無理そうですが、現地のボランティアのお兄さんたちが車椅子を抱えて岩場を運んでくれたんです。人の力があれ

ば、不可能が可能になるんだと目の当たりにしました。サポートする側もされる側も、お互いに笑やかな時間を過ごして、みんなが笑顔になっていた。この輪が広がっていけば、世界はもっと楽しくなるはずですよ」。

そのために

必要なのは、
「できないことは、誰かにお願いしてもいい」と認めることだと語ります。

「以前、美良生は傘を一人で閉じることができませんでした。今はできるようになりましたが、当時は誰かにお願いするしかなかった。でも、それでいいんです。閉じてもらえませんか？」と頼んで、閉じてもらえたら『ありがとう』と伝える。頼れる先を多く持つことは、誰にとっても同じ。全部一人の力でできなくていいんです」。

最後に、奥山さんが伝えたいのは、自分の中にある「不安」との向き合い方です。

「美良生が生まれたとき、私は『とんでもないモンスターが



やってきた』と思っていました。でも正体は、私の心の中にあつた『未知への不安』だったんです。知れば、障がいというフィリターは消えて、ただの『美良生』という人間が見えてくる。つらい時こそ『ないもの』ではなく『あるもの』を数えてみてほしい。お互いに頼り、頼られながら、みんなの中のモンスターが小さくなっていく。そんな世界を、これからも私の言葉で作っていかれたらと思います」。



おくやま よしえ
奥山 佳恵さん
俳優・タレント。ダウン症のある次男との日常を飾らず発信し、共感を呼ぶ。2025年に独立。「ベップトーク」の講師資格も取得し、現在は全国各地で、子育てや障がい理解をテーマにした講演活動を精力的に行っている。
https://www.instagram.com/okuyama_yoshie





「自己ベスト更新」が僕の原動力

東京マラソン 2026



TOKYO MARATHON 2026

東京がひとつになる日。

約3万9,000人が駆け抜けた東京マラソン2026。今回は、自己ベスト更新に挑む知的障がいのあるランナー・成田裕介さんに密着しました。目標へ向かう情熱と完走後の葛藤、そして大会が目指す「共生社会」の姿を追います。

ランナー成田さんの
42.195km密着レポート

成田さん密着レポート

自分を信じて、一歩ずつ。東京の街を駆け抜けた42.195km

成田さんがマラソンを始めたのは22歳の頃。遊び半分で10kmの大会に出たことがきっかけでした。学生時代から校内マラソン大会で3年連続1位になるなど走る才能はありましたが、大会での達成感に魅了され、本格的にのめり込んでいきました。成田さんにとっての走る楽しさは、何と言っても「自己ベストを更新したときの喜び」です。現在はコク

ヨクハート株式会社で清掃関連の業務に従事しており、職場の仲間と大会の結果を報告して「すごいね！」と声をかけられることが日々の大きな励みになっています。成田さんは笑顔でこう語りま

3時間15分切りへの挑戦。仲間と高め合った準備期間

今回の東京マラソンでの目標は「3時間15分切り」。前年の3時間21分を上回るため、徹底した準備を重ねてきました。平日は10〜15km、土日は30kmの口

東京マラソン大会の様子

東京マラソン2026は、2026年3月1日に開催されました。当日は国内外から約3万9,000人のランナーが



スタートラインの都庁前



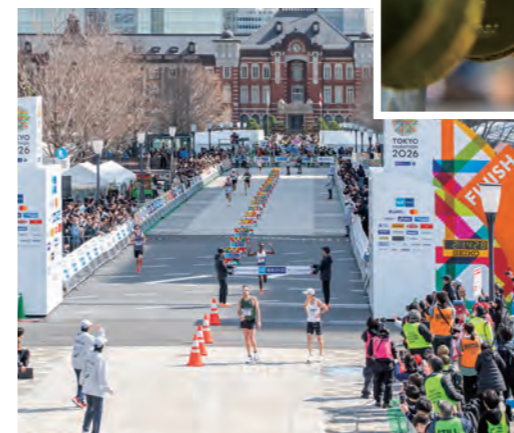
現東京都知事の小池百合子氏の発声でスタート!



青空の中輝く完走メダル



今回密着取材をしたランナー・成田裕介さん



東京駅を背に次々にフィニッシュ。歓声もひときわです。



あり、一時は「もうリタイアかな」と弱気が頭をよぎるほど厳しい展開に。しかし、成田さんを支えたのは沿道からの声援でした。「応援の声が聞こえると、やっぱり力になります。諦めないで少しでも頑張ろうと思えました」。結果は3時間49分。目標には届かず、レース直後は「悔しい気持ちでいっぱいです」と率直な思いを口にしました。しかし、極限の状態でも完走したことは大きな糧です。「次はもっと体調管理を大事にして、必ず3時間15分を切りたい」。成田さんの視線は、すでに次のスタートラインへと向けられています。

イベントでは、参加ランナーの名前一覧が掲示されています。

藤野 宣知
成田 裕介
岩城 勇一

苦闘の末のフィニッシュ。

レース当日、20km過ぎから体に異変が起きたという成田さん。天候の影響も



MELDIA から書籍のご案内

「人生100年時代」 を楽しく生きる 起業思考

株式会社 三栄建築設計創業者
小池 信三・著

実業家 三崎優太氏
大絶賛!
「怠惰な時代は終わった。誰よりも熱く成功せよ」
元東証プライム社長が授ける「好き」を金に変える方法
徳間書店

起業思考とは、会社が終身雇用だった時代のように、何となく組織の言いなりになっていけば、食べていけるといったサラリーマン思考とはまったく正反対の思考法です。

「起業」は、今までにない新たな事業を生み出して世の中に問う行為です。単なる会社経営とは異なる「創造」のプロセスが含まれています。

私の場合は、建売住宅の世界で、唯一無二の3階建て狭小住宅というジャンルでオンリーワンの地位を築きました。また、郊外の一軒家では今や定番のグルニエ(屋根裏収納)収納も私が、誰よりも先駆けて採用したことで、住宅業界で確固たる地位を獲得することができたのです。(本文より)

ご購入は
こちらから



株式会社 三栄建築設計
創業者
小池 信三

1968年福島県生まれ。1993年建売会社として有限会社三栄コーポレーション(現・株式会社三栄建築設計)設立、代表取締役社長に就任。



「もしかして、うちの子、 ちょっと違う?」

その不安を感じるすべての親御さんへ
子どもの「不思議」「違和感」に
寄り添う発達ガイドブック

3~5歳で感じる小さな「違和感」や「気になるサイン」を、文章と漫画を交互に用いてわかりやすく整理。その戸惑いを、ひとりで抱え込まないために。専門家の知見と、実際の子育て経験をもとに、家庭でできるチェックポイントや早期支援の考え方をやさしくまとめた一冊です。

「ひとりでも多くの保護者が
『うちの子らしく育つ道』を見つけられるように。」

メルディアの変わらぬ思い、悩む親御さんの心にそっと寄り添う味方でありたいと願ってつくられました。診断がつく前も、ついた後も。「不安のトンネル」をひとりで歩かないための伴走書です。

ご購入は
こちらから



Amazon



楽天

ASD 自閉スペクトラム症 LD 学習障がい
「もしかして、うちの子、ちょっと違う?」
その不安を感じるすべての親御さんへ
子どもの「不思議」「違和感」に寄り添う
発達ガイドブック
幼児期(3~5歳)編
相模女子大学人間心理学科 イラスト 日戸 由川教授 × 志士ノ まる
知的障がい ADHD 注意欠如・多動症
一般財団法人メルディア

東京マラソン財団インタビュー
「東京がひとつになる日。」誰でも
42.195kmの距離に
チャレンジできるマラソン大会

東京マラソンの根幹には、「走る喜び」「支える誇り」「応援する楽しみ」という3つの理念があります。これらが一体となることで、誰でも自分らしくチャレンジできる大会を目指しています。コンセプトは「東京がひとつになる日」。ランナーだけでなく、ボランティアや観衆も含めた全ての人が主役となり、東京の魅力発信や健康への意識向上、さらには社会貢献など街に活気を生み出しています。



「多様なランナー」が参加するための
具体的な一歩

東京マラソンには、国内外から様々なバックグラウンドを持つ方々が参加しています。東京マラソン財団(以下、財団)では、知的障がいのあるランナーを含め、全ての参加者が目標を達成できるように様々なサポートや取り組みがあります。例えば2025年大会からは、障がいのあるライダーとバギーを押すプッシュャーの二人一組で参加する「Duo Team(デュオ・チーム)」の試行も始ま

す。なんとといっても、日本の首都を駆け抜ける体験は、多くの人々に影響を与え続けています。



りました。「障がいの有無にかかわらず、様々な方が参加してくださることを嬉しく思います。誰もがスポーツを楽しむ、ともに喜びを分かち合える大会にしたいんです」。クラス分けのない一般枠での参加も含め、挑戦の門戸は広く開かれています。

人にあたたかく、
優しい大会を目指して

今後の展望として、財団はさらなる「共生社会」への貢献を見据えています。「ランナーの皆さんは、それぞれに異なるストーリーを持って参加されています。特に障がいのあるランナーの方には、ご本人だけで

なく、ご家族やご友人、サポートされている方の想いも背景にあるはず。そうした全ての皆さんの大切な想いを、東京マラソンを通じて形にしてほしい。そのため、これからもより一層、人にあたたかく優しい大会を目指してまいります。マラソンは簡単に完走できるスポーツではないけれど、誰もがチャレンジできるスポーツ。様々なサポートを活用しながらフィニッシュラインでの感動、自分への誇りを実感してほしいと財団は語ります。

一般財団法人
東京マラソン財団

東京マラソンを頂点に東京レガシーハーフマラソン、TOKYO ROKUTAI FES、更には全てのランナーをサポートするプログラムも毎週のように展開。「全てのランナーの皆さんに寄り添っていきます。皆さんのチャレンジをお待ちしています!」
<https://tokyo42195.org/>





子どもたちが自分らしく生きるために スポーツ×福祉で描く 共生社会のカタチ

元プロバスケット選手・岡田優介

元プロバスケットボール選手の岡田優介さんは、愛息子・朔玖(さく)くんが3歳のときに障がい公表しました。現役時代の葛藤から、現在の「スポーツ×福祉」の活動まで。アスリート、事業家、そして一人の父として、未来を切り拓く歩みを追いました。



診断は本人の生きやすさを
整えるための仕組み

バスケットボール選手としてコート
を駆け抜けてきた岡田優介さんにとつ
て、朔玖くんの成長は、それまでのス
ピード感あふれる世界とは異なる、驚き
と発見に満ちた日々でした。

最初に感じたのは、朔玖くんが1歳過
ぎ、「指差しをしない」「目が合いづらい」
といった些細なことがきっかけでした。
2歳を過ぎる頃には、独特の遊び方や周
囲との成長スピードの差が、個性として
表れ始めました。

診断を受けたのは、移籍やコロナ禍が
重なる多忙な時期。支援センターに通う
中で、自閉スペクトラム症の傾向がある
ことが分かりました。

「2歳半くらいからそうかなと思ってい
たので、診断が出たときも『そういうこ
ともあるよな』と自然に受け止めていま
した。この子だけが特別に珍しいわけ
もないですから」。

その言葉通り、岡田さんたちにとって
診断はネガティブな宣告ではなく、公的
支援につながる大切な仕組みでした。2
025年には「重度知的障がい」の判定
を受けますが、それも岡田さん自ら市に
働きかけ、時期を早めた結果です。「制度
を最大活用することは、この子の将来の
生きやすさに直結する」。一歩先回りし

て環境を整えようとする、父としての強
い意思がそこにありました。

子どもたちを抱きしめる
時間が明日のプレーの活力に

現役時代最後の一年間、岡田さんは香
川と千葉を往復する過酷な生活を送っ
ていました。

「身体的にはきつかったです。支えに
なっていたのは間違いなく子どもの存
在です。疲れて帰っても、笑顔の子ども
たちを抱きしめるとストレスが全部抜
けていくような感覚がありました」。

3歳下の妹の誕生も、家族に新しい風
をもたらしました。今では妹がまるで姉
のように振る舞うこともあり、微笑まし
い兄妹の姿が日常に溶け込んでいます。

現在、小学2年生の朔玖くんが通うの
は高校まで一貫の特別支援学校。少人数

制で手厚いサポートがある環境を選ん
だのは、12年後の息子の姿を具体的に思
い描けたからだといっています。

「先生方が良い表情で働かれていたのが
決め手でした。高校生が過ごす様子を見
て、ここなら預けられると確信できたの
です」。

社会を構成する一人となるよう
発信して未来を切り拓く

岡田さんは、朔玖くんが3歳になる前
にSNSで「喋れないこと」を伝え、診断
後に「知的障がい」と「自閉スペクトラム
症があることを公表しました。アスリー
トという発信力のある立場だからこそ、
できることがあると考えたからです。

「この子が誰かの役に立てるかな、と思っ
たのが一番の理由です。息子は将来、自
分の意思で何かを表明することが難し
いかもしれない。

だったら僕が発信
することで、周囲の
理解が広がり、少
しでも彼が生きや
すい社会になれば
いいなと」。

公表後には「勇
気づけられた」とい
う多くの声寄せ
られました。身近
な人からも「実は



うちも……」と打ち明けられることが増
え、声を上げられずにいる家族の多さを
実感したといっています。

「朔玖の写真を載せるだけで『元気をもら
える』と言ってもらえるのが嬉しい。せつ
かくな、息子が社会の役に立つ生き方
をしてほしいという思いがあります」。

スポーツ×福祉が作る
インクルーシブな未来

2025年6月、岡田さんは惜しまれ
つつ現役を引退しました。その決断の根
底にあったのは、「これからは自分中心
ではなく、家族中心で生きる」という思
いです。

現在は、複数の事業を手がけながら、
全国の障がい者施設を訪問して、子ども
向けのバスケット教室や講演を行う「スマイ
ルアシストプロジェクト」や、誰でも通
える「DIMEスマイル運動教室」の運
営に力を注いでいます。特にバスケット

ボールを通じて障がいの有無を越えて
共に過ごすインクルーシブな場作り
に情熱を燃やしています。

「専用の教室を作るだけでなく、少しづ
つ混ざり合うことが大切だと思ってい
ます。周囲の子どもたちにとっても、『い
ろいろな子がいる』と肌で感じることは
大きな学びになる。線引きをせず、互
いを知る場を作ることが、僕の役割だ
と思っています」。

かつてコートで勝利を追い求めた情
熱は今、障がいのある子どもたちや家族
に寄り添う「笑顔の支援」へと姿を変え
ました。スポーツ×福祉という岡田さん
ならではの挑戦は、次世代の行く手を明
るく照らし、これからは多くの家族の心
に希望を届けていきます。

TOKYO DIME
岡田優介

大学卒業後、2007年にプロバスケット
ボールチームに所属し、日本代表として
も活躍。日本バスケットボール選手会初
代会長も務める。現在は、3人制プロバス
ケットボールチーム「TOKYO DIME」共
同代表や「DIMEスマイル運動教室」など、
様々な事業やプロジェクトを手がける。
instagram: @ysk_okada

1名様 **PRESENT**

日本バスケットボール
選手会サイン入り
ユニフォーム&
バスケットボール

詳しくはP.31

YUSUKE OKADA



「ちがいはちから、つながりは未来」—— 世界自閉症啓発デー・ スペシャルレポート

東京タワーが青く輝いた「世界自閉症啓発デー」。当日の熱気あふれる点灯式やイベントの様子と、セサミストリートジャパンの吉田麻鈴さんへのインタビューをお届けします。一人ひとりの「違い」を希望に変える未来への想いが紡がれていました。



「ちがいはちから、つながりは未来」——東京タワーが青く染まった希望の夜

4月2日、世界自閉症啓発デー。この日、世界中の街が自閉症への理解を深めるシンボルカラー「ブルー」に染まりました。日本でも「ちがいはちから、つながりは未来」というテーマのもと、各地で多彩なイベントが開催されました。

今年の啓発活動は例年以上の広がりを見せています。実行委員会の市川委員長からは東京タワーをはじめとする全国388箇所のランドマークがライトアップされ、賛同する自治体や企業は1,500箇所を超えたことが語られました。点灯式前には、厚生労働大臣や文部科学大臣、子ども政策担当大臣らからも応援メッセージが寄せられました。

点灯式の壇上で、発達障害の支援を考える議員連盟の野田聖子会長は「毎日が啓発デー。当事者の皆さんのリアルな生活に即し、より生きやすくなるような法律改正を実現したい」と、未来に向けた決意を話します。

今回の目玉となったのは、アーティストの伊賀敢男留（いがかおる）さんと、エルモたちによるトークショーです。伊賀さんは、自身の作品「サイクリングロード」について、「自転車走って楽しかった、自由な気持ちをイメージした」といいます。母・祥子さんによれば、幼少

期は床や壁にまで絵を描いていたという敢男留さん。その独特の感性は、花を描く際に「根」や「茎」を大きく描いたり、青いひまわりを描いたりする点に現れています。

「皆さんの笑顔が、何よりの力に」——アートを通じた啓発の形

「今年も、啓発デーにおいてようやくコロナ禍が明けたと実感しました。本当にたくさんの方が足を運んでくださり、一般の方々との距離も近く、当事者の方もたくさんいらして下さって……。会場全体がとても温かい雰囲気になっていて、嬉しさを覚えています。私自身、本当に嬉し

近年は音楽を中心としたコンテンツが多かった当イベントでは、今年「アート」をテーマにしたトークショーが実現しました。「これまででは日本でキャラクターと当事者の方が直接お話しする機会って、実はそんなになかったんです。でも、セサミストリートの自閉

「そのままのあなたが、世界を豊かにする」

「人それぞれ、見え方や感じ方は違います。でも、その違いこそが世界を豊かにするのだと私たちは信じています。セサミストリートの世界にも、いろんな仲間がいます。ジュリアも、エルモも、みんなそれぞれ違うけれど、それが当たり前なんです」と、吉田さん。

「まずは、セサミのコンテンツや今日のようなイベントをきっかけに、楽しんでいただけたら嬉しいです。みんなで力を合わせれば、もっと楽しい場所が作れる。私たちはこれからも、皆さんと一緒にそんな未来を作っていきたいと思っています。来年はもっと皆さんと楽しめるコンテンツを広げていきたいです。」

症の特性があるキャラクター「ジュリア」も絵を描くのが大好き。今回、同じように美しい絵を描かれる敢男留さんと共通点を見つけられて、この企画ができたことは大きな一歩でした。アートを通じて「違い」が視覚的に伝わることの意義を話してくださいました。

「一人ひとりに役割がある」——新しく届ける、二つの物語とこれからの挑戦

セサミストリートが今、特に力を入れているのが「ジュリア」を通じた自閉症に対する相互理解の促進です。今回のイベントの日に合わせて新たに二冊の絵本が公開されました。

さらに、アメリカでは新しいコンテンツもローンチされたとのこと。日本での展開も検討しているということを楽しみが続きます。

トークショーに登壇した伊賀敢男留さん(右)と母・祥子さん(左)



一般社団法人Get in touch代表で俳優の東ちづるさんも登壇し、自閉症啓発への想いを込めたメッセージを発信しました



点灯式後はみんなで『We Belong わたしたちのうた』を歌唱♪

世界自閉症啓発デー

毎年4月2日に、自閉症への理解を深めるために国連が定めた国際デー。「ブルー」をシンボルに、世界各地でランドマークの点灯や啓発イベントが広く開催されている。
<https://www.worldautismawarenessday.jp>

主催団体

厚生労働省／一般社団法人日本自閉症協会

セサミストリート

自閉症の特性があるジュリア等の多様なキャラクターを通じ、相互理解や多様性の尊さを伝えている。
<https://www.sesamestreetjapan.org>

ジュリアの新しい絵本はこちら！

<https://www.sesamestreetjapan.org/Diversity/Autism/Storybook.html>



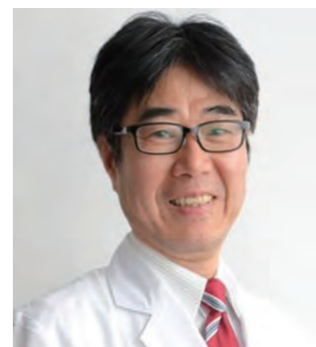
(右)一般社団法人メルディア 事務局長 永野 周平
(左)セサミストリートジャパン合同会社 吉田 麻鈴さん

緒に頑張りましたよ！」「ちがいはちから」。その言葉が、単なるスローガンではなく、確かな希望として会場を照らした夜。セサミストリートとアーティストたちが描いた彩り豊かな未来は、これからも一歩ずつ、私たちの社会を明るく変えていくはず。

「読めない」を、置き去りにしない ——小枝達也先生が語る ディスレクシア支援の今と未来

本物はここにある
可能性がここにある
T式ひらがな音読支援

「知的な遅れはないのに、なぜか教科書の文字が読めない」。そんな子どもたちの困難に、まだ「学習障害」という言葉すら一般的でなかった時代から向き合い続けてきた医師・小枝達也先生。先生が歩んできたディスレクシア(読字障害)研究の軌跡と、開発された「T式ひらがな音読支援」、そしてこれからの支援のあり方についてお話を伺いました。



小枝達也先生
鳥取県立総合療育センター院長。日本におけるディスレクシア(読字障害)研究の第一人者であり、内閣府や子ども家庭庁の委員も務める。

一人の少年との出会いから始まった
「見えない困難」への挑戦

小枝先生がディスレクシアの研究に足を踏み入れたのは、医師1年目の冬のことでした。当時、小学2年生の男の子が先生のもとを訪れます。その子は会話もスムーズで理解力も高いのに、どうしても教科書の文字が読めませんでした。

「当時は『ディスレクシア』という診断基準も確立されておらず、医療現場でも『それは教育の問題で、医者の仕事ではない』と言われるような時代でした。しかし、本人に何が起きているのか解明できない『分からなさ』が強く心に残り、同じような苦しみを抱える子が他にもいるはずだと探し始めたのが原点です」と小枝先生は振り返ります。

ディスレクシアの根本的な困難は、文字を見て、それに対応する音へ変換する「解読」の自動化が難しい点にあります。一文字ずつ時間をかけて音を当てはめる「逐次(ちくじ)読み」の状態から抜けるはずだと探しました。

出せず、内容を理解する余裕がなくなってしまうのです。この「見えない障がい」を科学的に捉え、支援の仕組みを作ることが先生のライフワークとなりました。

アプリ「T式ひらがな音読支援」が変える子どもの自信

長年の研究を経て、小枝先生が開発したのが「T式ひらがな音読支援」です。これは、音と文字を一致させるトレーニングや、文字を「まとも」として捉える練習を段階的に行うメソッドです。この理論を具現化したのが、タブレットで使える「指導アプリ」です。

「このアプリは、表示される文字を繰り返し『読む』練習を行うものです。学習リンクにあわせて、音声の再生時間を調整したり、ひらがな直音・カタカナ直音・カタカナ直音・カタカナ単音のコースを選択したりすることができ、よりその子にあった練習を積み重ねていくことができます。医療的なエビデンスに基づきながらも、子どもが『自分でも読める!』という成功体験を積み重ねられることが最大の特長です」。

かつては、ただ「努力が足りない」と練習しなさい」と突き放されていた子どもたちが、この支援ツールに出会うことで、学びの扉を自ら開いていきます。先生が開発したこの手法は、今や全国の学校や療育現場で、多くの子どもたちの

救いとなっています。

「障がい」が減るといふ事実——
早期発見と年間プログラムの成果

小枝先生は、鳥取県などで夏休みなどを活用した「年間プログラム」を通じて指導も行っています。ここで特筆すべきは、適切な指導によって「障がい」としての困難を抱える子の割合が、劇的に改善するという事実です。

「適切な支援を継続的に行うことで、当初は深刻な読みの困難を抱えていた子のうち、多くの割合で読みの流暢さに向

上し、診断基準としての『障がい』の域を脱する(支援が必要なレベルから改善することがデータで示されています。つまり、ディスレクシアは『放っておくもの』ではなく、適切な方法で導けば、必ず改善に向かうものなのです」。

しかし、課題も残っています。現在、学校現場ではICT(タブレット端末など)の導入が進んでいますが、それをディスレクシアの支援にどう結びつけるかというノウハウが、まだ十分には浸透していません。「早期に発見し、適切なツールを使って、その子に合った学び方

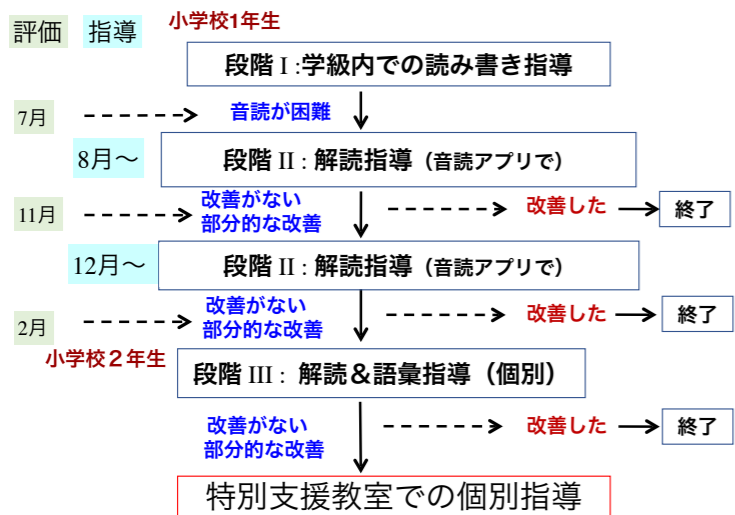
を提供できる環境を整える。これが今の私たちの大きな使命です」と先生は力を込めます。

「自信を失う前に手を差し伸べたい」
誰もが自分らしく学べる社会へ

小枝先生は現在、鳥取県立総合療育センターの院長として現場に立つ傍ら、国の委員として政策決定の場でも声を上げ続けています。先生が見据えるのは、障がいや学びの壁にならず、適切な支援やICTの活用によって、誰もが自分に合った方法で力を発揮できる社会です。

「5歳児健診の普及にも力を入れていま

RTIモデル



鳥取県などの小学校で導入されているRTIモデルのプログラム例

コホート年度	リクルート人数	対象人数(全検査実施)	指導の有無	読み困難児数(1学年末)	読み困難児の割合(%)	
2010	251	237	無	16	6.75	7.34
2011	571	540	無	41	7.59	
2013	334	320	有	12	3.75	2.63
2014	1763	1737	有	42	2.42	

音読指導を経て、読み困難児の割合が減ったことを示すデータ



(右)「T式ひらがな音読指導アプリ」の画面の一例。
(左)「読む」ための脳機能は指導を受けると、左脳の側頭部などがより活性化されていきます。出典: 小枝達也、関あゆみ著「T式ひらがな音読支援の理論と実践」(中山書店、2022)



1名様 PRESENT
 これからの5歳児健診
 小枝達也(著)
 『これからの5歳児健診』
 (診断と治療社、2025)
 詳しくはP.31

無料で使える!
音読指導アプリ

<https://t-shiki.jp/ondoku/>

