

 も く じ 

はじめに 1

人の顔を覚えるのが難しい 4

風景が真っ白に見えることがある 18

感覚だけで物事を考えてしまう 41

自分の個性を失いたくない 46

真ん中と端っこの区別 53

人に注意されると怒ってしまう 63

私は、私らしく生きていきたい 70

声の持つ音に反応してしまう 91

学校に「1人でいられる場所」を見つけた 100

「見ていないことは、わからない」がわからない 116

私の最初の記憶 130



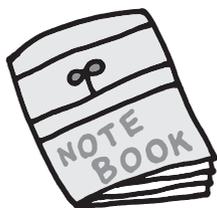
K子からの質問

その1 5	その5 30
その2 8	その6 45
その3 12	その7 50
その4 19	その8 54

その9	56	その14	69
その10	58	その15	81
その11	62	その16	102
その12	64	その17	105
その13	66		

★.....★.....★.....★ **番外編** ★.....★.....★.....★

その1 K子流・プロ野球選手の覚え方.....	10
その2 K子の、色に対する見方とは?	28
その3 K子と普通の人の方向感覚の違い	110
その4 K子の「誤った信念」に関する別の考え	117
あとがき	131



K 子から読者へ

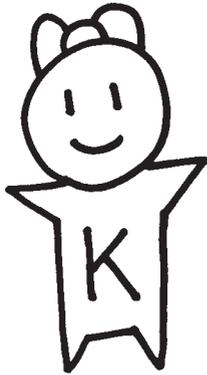
この本は、私と母が共有している「K 子とママのノート」を私の手によって加筆・修正したものです。

「K 子とママのノート」は
2011 年 2 月からの約 2 年半の間にわたって書かれた
交換ノートです。

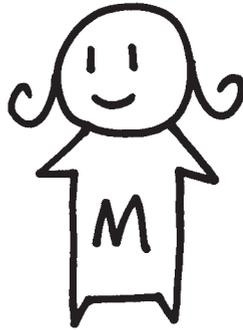
私は、当初、高機能自閉症という
ハンデを持っていることを
知りませんでした。

しかし、今は、自分がそのハンデを
持っていることを知っています。

この本が、高機能自閉症を持つ人の手助けに
なれたらいいと思います。



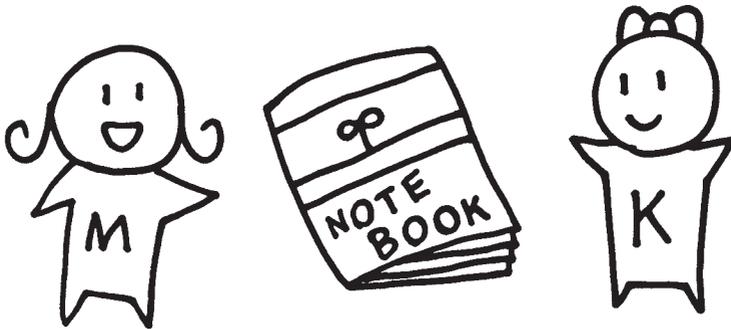
K子



ママ

ママからのお願い

このノートにはできるだけ詳しく
率直に伝えてね。
それによってママはK子のことを
より深く理解できると思うから。



人の顔を覚えるのが難しい



中学生くらいまでは、テレビを見ていて、時々、両手で耳をふさいでいたりしていたけれど、最近は、しなくなったと感じているよ。

両手で耳をふさいでいた頃は、どんな風に音を感じられていたの？

最近は、耳をふさがなくても平気になったの？



放映されているテレビ番組にもよるけど、怖いと感じたり、嫌だと思った場面の時は、耳をふさいでいた。耳をふさぐと、音が小さく聞こえるから、恐怖心が軽く感じられた。

今でも、番組で嫌な場面を見た時は、やっぱり、耳をふさいでしまう。

でも、聞きたくないと思った時は、心の耳をふさいで、周りの音を無視することで、小さい頃と比べれば、そんなに耳をふさがなくてもいいようになったのかもしれない。

見たくないものは、見なければいい。

聞きたくないものは、聞かなければいい。

嫌な思いを感じることから逃れるために、私は両手で耳をふさいでいたのだろう。





K子からの質問 その1



ママは子どもの頃、テレビの音を気にしたことがあったの？



プロレス中継やキックボクシングの試合をテレビでやっている時は音を聞くのも嫌だったよ。その音が、プロレスラーが血を出したり、蹴られたりしているのを連想させたからね。

でも、一度も耳をふさいだりしたことは無かったと思う。K子程には恐怖を強く感じなくて済んでいたからじゃあないかな。

小さい頃は、ウルトラマンとかも怖いと思っていたよ。出てくる怪獣がね。でも、それは視覚からの刺激で、テレビを見ていなくて音だけ聞いている分には、それ程恐怖感は無かったよ。

K子の場合は、怖いとか、嫌だと思うテレビ番組がすごく多いと思うよ。そのために、お姉ちゃんは、よくガマンさせられて来たんだよ。知ってた？



K子： 本当は、薄々知ってました。

お姉ちゃん、ごめんね…。m(_ _)m





幼い頃はテレビのボリュームを^{ゼロ}0にしてテレビを見ていたりしたけれど、その時に、音は聞こえていたの？



今でもそうだけど、音量を0にしても、テレビには画面があるから、音は聞こえていたと思う。

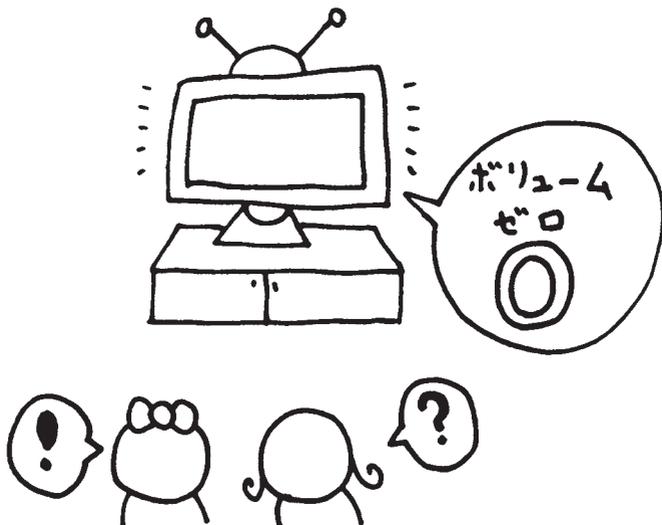
画面に文字がない時は、画面を見て、「これから何が起こるのかな？」って思いながら、いろいろなことを想像しながらテレビを見ていた。

私は、テレビから流れる音よりも、テレビに写る画面が好きだ。

時々、逆になるけれど、テレビの画面は音よりもきれいに感じるし、さまざまなことを想像できるから好きだ。

これは、ゲームでも同じことだ。音は、聞いた瞬間に、イメージが固まってしまうから、あまり好きではない。

テレビの画面を見ることは、絵を見るのと同じ感覚だった。だから、私は、小さい頃から、絵を描くことが好きだったようだ。





Q3 K子は「今も人の顔は覚えるのが難しい」と言うけれど、人の顔が認識できないと気が付いたのはいつ頃なの？「高3の担任の先生は学校外で会ったら、絶対にわからない」って言っていたけれど、やっぱり、今でもわからないと思う？



A3 人の顔の区別が難しいことに気付いたのは、小学校の低学年くらいだと思う。それ以前にも、人の顔を区別できないと思ったことはたくさんあったけれど、不便だとは感じていなかった。

でも、小学校に入学して、クラスメイトと行動する機会が増えた時、自分以外の人が「誰が誰なのか」ということがわからないことに気付き、そのことで苦労することが増えていった。人のことを早く覚えたいと思うようになったのも、この頃からだろう。

人を早く覚えるために、私は、人の名前からその人を少しずつ覚えるようになっていった。

でも、他の人は他の人。自分は自分。他の人の「プライベート」な部分までは知らなくていいと思っていた。

だから、学校のクラスメイトは学校ではわかるけれど、それ以外の場所で会うと、区別ができない。

つまり、こういうことだ。

私は、学校外で高3の担任の先生に会っても、やっぱり今でもわからない。





K子からの質問 その2



ママはいつ頃から、人の顔が区別できるようになったの？



生まれて7、8カ月頃には見分けが付いていたと思うよ。

ふつう、赤ちゃんの成長には、人見知りをする時期があり、それは、知っている人（とくに母親）と他の人の区別ができるようになるから、他の人に抱かれたりすると泣くんだよ。歩き始めた1歳の頃には、“後追い”という行動もあって、母親の後を追って、ついてまわったよ。絶対に母親（または家族）以外の人について行ったりしない。その頃には人の顔を認知していたから、“後追い”したんだと思うよ。

だから、いつから区別がついたかななんて考えることもなく、人の顔は1人1人区別できていたよ。

ところで、K子は写真を見た時は、知らない人は区別できる？
本人と写真を一致させることはできる？



K子： 区別がつく時もあれば、そうでない時もある。

本人と写真を一致させることはできる。

ただし、自信は無い。

