

[講演]

アスペルガー症候群と感覚過敏（1）

生島博之（愛知教育大学 教育実践総合センター 教育臨床分野）

1. はじめに

特別支援教育が必要とされる子どもたちの中に、アスペルガー症候群の子どもたちがかなりのウェイトをしめていると思われる。そして、アスペルガー症候群の子どもたちへの特別支援教育の実践においては、3つ組（社会性の障害、コミュニケーションの障害、想像性の障害）の特徴をしっかりと理解した上での具体的な工夫が必要となる。しかし、その前提として、アスペルガー症候群の子どもたちの感覚過敏を理解し、教育環境を整えてあげることも重要であると思われる。そこで、今回は、視覚過敏や触覚過敏について考えるみることにしたい。

2. 視覚過敏、感覚の混線

さて、アスペルガー症候群の子どもたちには、視野が広いこと、映画の画面のように一面で認知すること、特定の色や光への過敏、偏った視覚反応、等の視覚過敏を持っていることが多いと思われる。

これらの点について、ジョリフ(1992)は、「私に見える物がいつも正しく見えているという自信が持てないのです。そのために、見える物の多くが恐怖の対象になってしまうのかもしれない。それは人間、特に顔、強烈な光、人混み、突然動くもの、見慣れない大きな機械や建物、行きつけない場所、自分自身の影、暗闇、橋、川、運河、小川、海などです」等と述べている。

また、奥平綾子(2006)は、息子のダダくんについて、「視覚の場合、気になることはくっきり見えていても、全体として見えてい

ないこともあります。小さいころは、マークや数字など好きな記号だけは、それをめざとく見つけて飛んでいきました。どんなふうに見えるのかというと、メガホンやペットボトルを逆さにして、口の広いほうからのぞいて見たような感じともいわれています。このことは思考にも影響していて、『木を見て森を見ず』とよく表現されます。そのわりに視野は広く、空間全体を映画の画面のように一面で把握もしますが、どこが意味のあるところかを捉えるのは難しいようです。マークや記号であるとか、あまり意味のない細かいパーツを気にしたりします。視覚的な記憶力はとてもすぐれているので、変化にはすぐに気がつき、以前と家具の位置が変わっていると混乱したり、パズルの小さな一かけらでも、なくなってしまうと気にしたりします。また、視覚的な刺激、たとえば色とりどりのものや、まぶしさなどに、敏感に反応してしまったり、ちょっとしたことで刺激され、集中できなくなり疲れやすいようです。だから、学校の教室の机には、息子専用の衝立が用意されています。そして、刺激を減らしていただちを静めるために、一人になれるスペースがあります。感覚が違って、じょうずにコントロールして暮らすための工夫です。聞こえ方、見え方一つとっても独特なのだとか知ること、息子の行動の一つ一つがしかたがないことなのだとかわかっていきました。そうか変なんじゃない。ただ違うだけなんだと」等と述べている。

そのため、このような視覚過敏への対処法について、トニー・アトウッド(1999)は、

「頻度は少ないのですが、自閉症やアスペルガー症候群の人の一部に、特定の光や色へ過敏だったり、偏った視覚反応がみられることがあります。『明るい目が眩む』と訴え、強い光を避けるようにしている子どもや成人がいます。例えば、ダレンはいかに『晴れた日には視界がぼやけてしまうか』について述べました。このような場合には、親や教師はそのような状況に子どもを置かないようにすべきです。例えば車の中で強い日光を浴びる席には座らせないとか、教室では太陽のまぶしい席に着かせないといった対応で、問題を避けることができるのです。もう一つの方法は、サングラスを使用したり、強い光が部屋に入るのを避けるために、日除けや着色ガラスを使うことです。過剰な視覚刺激や聴覚刺激を避けるために、勉強や仕事をする場所をついたてなどで仕切るのも選択肢の一つになるでしょう。視覚の感受性を減少させるために、『アーレン・レンズ』（アーレンが考案したメガネ用着色レンズ）が効果的であることに気づいたアスペルガー症候群の人が何人かいることに、私は注目しています」等とアドバイスしている。

そこで最初に、視野の広さについてもう少し詳しく考えてみることにしよう。

まず、藤家寛子（2007）は、視野について、「視界が広すぎる私は、景色が無駄に見えてしまうので、空を眺めて上の空のときが多い。みんなは、必要ないものは、視界に入らないと知らなかった。途中、集中力がなさそうな鳥が、窓にぶつかってきたので、話は、自閉っ子の『カメラのような視界』の説明に変わった。定型発達の人が、必要なものだけ見て歩けるのとは違い、私はメガネをかけていなければ、視界に関係ないものが入ってくるのでうまく歩けなくなる。のちに、『自閉っ子、こういう風にできてます！』の中で、メガネの効果を語る事ができたが、自分では当り前の話を自閉症の人が持つ感覚の例の一つと

して載せることができたのは、鳥が衝突したおかげである」等と述べている。

一方、ルーク・ジャクソン（2005）は、母親の視野の特徴について、「視覚の問題ではかにもときどき聞くのは、視界のはしっここの物まで見えちゃうってやつ。うちのママがそれでね、部屋のすみっこでなにかがちょっと動いただけでも目についちゃって、ものすごいきらいで怒るんだよ。ママの近くじゃ、だれ一人、指一本動かすことは許されない。指先でテーブルをこつこつたたくなんて、論外。でも、こんな力があつたら、かっこいい女の子を見かけたときに便利だろうなあ！じっくり観察してもバレないもんね」等と述べている。

さて、メガネについて、藤家寛子は、ニキ・リンコ（2004）との対談の中で、「今までのメガネだと東京の人の多さ、すなわち、視覚刺激の多さに対応できないと思って、フレームの大きいメガネを買いました。フレームが目に入ると『この中だけ見ていればいいんだ』と目安になるからです」と述べている。

（一方、ニキ・リンコは、ゴーグル型のサングラスについて「これだと下に隙間がなくて気が散らなくていいんです」と述べている）

一方、泉流星（2005）は、妻のサングラスについて、「難点は、どうやら目から流れ込んでくる情報の量を自分の意思でコントロールすることはできないらしいってことだ。注意力がよそにそれているために目に入らないことはあっても、面倒だからあまり何もかも目に入れないようにしようっていうわけにはいかない。自分の都合で入力のを加減することはできないんだ。だから、あまり目に刺激の多いところ（たとえば東京の繁華街なんか）で長時間過ごすと、入ってくる情報量が多すぎて処理が追いつかなくなり、くたくたに疲れてしまう。まぶしい日差しや、ばかばか点滅するネオンのような刺激の強い光でも同じことだ。入ってくる情報量を減らすに

は、目を閉じるか、色のついたレンズで明るさを弱めるしかないから、妻はいつもサングラスを持ち歩いている。室内でかけていても違和感のない薄めの色のレンズで、表面がミラーになっているのがお気に入りだ」等と述べている。

次に、点滅について、もう少し詳しく考えてみることにしよう。

まず、藤家寛子（2007）は、「横浜に来て数日。印象は、やたらとチカチカ光る街だなというところ。高層ビルはあるし、マンションも多い。どうやら照明器具にこる人も多くなってきたようで、街は色々な色で静かに輝いていた。夕方になると、ちらほら電気がつき始める。見たことがないような、緑やオレンジや赤い、蒼い光がまたたくのだ。あとで聞いたのだけれども、飛行機が困らないように、デカイ建物の屋上には、光がともるらしい。しかも、点滅しているらしかった。この点滅が、私のアンテナに引っかかった。夜になると、タワーの明かりも点滅する。もちろん信号も点滅。でも、大きな通りを歩いたとき、点滅してない信号もあることに気づいたのだ。『……？』私は疑問に思った。なんでうちのアパートの前の信号は点滅するの？」「光トリガーになった私は、少しめげそうだった。光が苦手で、太陽光線もダメなのだ。自然の明かりに弱いのに、なぜ、よりもよって点滅が『報せ』なのか」「カルシウム不足のせいかな。私はイラついていた。そして、その日から、指令を読み取ろうと必死になった。こうなったら、童話の原稿も、講演会の原稿もそっちのけである。点滅が気になって、その日からよく眠れなくなった。『明日、確かめに行かないと』私は決心した。この困地街と同じような場所があるのか、それともやっぱり私が住んでいるところだけなのか。かもしれない病になると、検証せずにはいられない。やはり自閉脳は厄介だった」等と述べている。

一方、TVのチャンネルに関するエピソードについて、泉流星（2005）は、「いい例がテレビだ。といっても、どちらが何を見るかでモメるわけじゃない。問題はチャンネルの変え方。僕は見たいチャンネルを出すために、パカパカとチャンネルを順送りするクセがある。すると妻が言う。『それ、やんなきゃいけないの？一発で出せないの？』＜そりゃ……出せるけど。ダメなの？＞『ちょっと刺激がつよくて。目的のチャンネルがあって変えるなら、パッとそこに変えてくれない？』

文字にするとかなり遠慮がちだけど、こういう時の妻はかなりご機嫌ナナメな様子だ。確かに、目まぐるしく変わるテレビの画面というのは視覚に刺激が強いだろうし、まあ仕方ないかと思って、僕は素直に謝った。＜ああ、ごめん＞ところが、ほんの半時間ほどしてさっきの番組が終わると、今度は妻が自分でリモコンを持ってパカパカとチャンネルを変えてるじゃないか！何なんだよ、おい。＜人にするなって言っというて、自分でやるなよ！＞『だって、九時からの映画、どこのチャンネルかわからなかったんだもん』＜番組欄、見ればいいだろ！番組欄＞『だって、めんどくさいじゃん』＜つuisさっき、人にチャンネル目まぐるしく変えるなって言ったところじゃないか！人がやってるのは悪くて、自分ならいいのかよ！＞『うん、自分でやると、次に何が起こるかかわかって、心の準備ができてから、多少画面がチャカチャカしても大丈夫なの』おいおい、お前なあ……まるでケンカを売られてるみたいだし、かなり腹も立つ。でも実はこれこそ妻の典型的な異星人らしさなんだ」等と述べている。

だが一方、ルーク・ジャクソン（2005）は、きらきら光るものについて、「きらきら光る物を見つけちゃうと、目が離せなくなっちゃうのは困るんだよね！光る物が好きなのは小さいころからで、自分の部屋にはいろんな照明器具をいっぱい置いてるよ。ラバァランプ

っていう、中にはいろんな色の透明の液体が入っていて、比重の差でゆらゆら動くやつでしょ、ディスコの照明に使うような回るライトでしょ、UFOみたいなやつでしょ、それにマジック・マッシュルーム（表面に小さなライトがいっぱいくっついた、丸いキノコみたいな電気スタンドだよ）でしょ。この手の灯りって、なんか催眠効果に似たものがあるって、とにかく気持ちが落ちつくんだよ。特別学校なんかの中には、『センサリー・ルーム』のあるところが多いんだってね。いろんな光源や音源がいっぱいそろえてある部屋だよ。ばくに言わせりゃ、これぞまさに天国ってやつだね！」等と述べている。

また、東田直樹（2007）は、光と空（と地面）について、「僕らにとっては、空の方がずっと近くに感じてしまうのです。どうしてそんなことを感じてしまうのでしょうか。それは、人の目を通して見える光のせいだと思います。人には光が見えますが、なぜか人が見えない光も、僕らにはかすかに見えている気がします。光はいつも僕たちをとらえて放しません。夢のようにゆらゆら揺れて、光の向こうに見えるものを変化させます。変化は景色が変わることではありません。景色と僕の間、空中の分子のようなものが、変化しているように思えます。どう変化しているのかというと、たくさんある光の粒が大きくなったり小さくなったりして。僕の目の前を通りすぎるのです。それは、いつも見えているわけではなくて、光の角度や明るさによって見える時と見えない時があります。よく自閉の子が光をじっと見たり、手をひらひらさせたりするのは、その光の粒に見とれているのか、光の粒と遊んでいるのか、どちらかだと思います。光と遊ぶなんてよく分からない。と普通の人には思われるかも知れませんが、僕たちは光を見ている時、なぜか自分も光になっているのです。自分が光になって光の粒を体に取り込んだり、粒の中に入ったりして光と遊

ぶのです。たくさんの光の粒は、静かに降る雪の中で一人たたずんでいる時のように、僕の周りを白一色ではなく金色でいっぱいにします。光の中にいるだけで、僕はとても幸せで、心が満たされるのです。空が近いと感じる理由には、この目の中に入り込んでくる光の影響があると思います。聞こえてくる言葉より光の方が、早く僕の元に届きます。光が届くと僕はそれを、僕自身の力で上に向かって投げ返すのです。それはまるで、空と僕とのメールのように瞬時に出来るやり取りなのです」等と述べている。

3. 触覚過敏

さて、アスペルガー症候群の子どもたちには、ある特定の強さで触ったり、身体のある部分に触れられることに対して、非常に敏感なことがあります。抱っこされると反り返る、肌ざわりの良い服しか着られない、箱の中や寝袋が好き、絵の具や粘土が苦手、等が見られることが多いと思われる。

奥平綾子（2006）は、息子のダダくんの触覚過敏について、「触覚も独特です。急に肌が触れたり、抱かれたりすると、ヒリヒリ感じます。幼児期には、同じ感触の洋服しか着られないとか、抱きかかえると体を反らせて逃げました。私が優しく抱っこしているつもりでも、ビッグハグ（強く抱きしめる）みたいに感じたのでしょう。逆に、箱の中に入ったり、布団に巻かれて圧迫されたりしていると、安心することもありました。息子は、生まれ変わっても、保育園や幼稚園には行かないと言います。それは、急に手を持たれた経験からだそうで、他人からの突然の接触には、怖さと驚きのほうが強いことを物語っています」等と述べている。

また、テンプル・グランディン（1994）は、「困った行動が、感覚的な問題から直接生じることがありました。日曜日に着る洋服の感触が普段と違うために、教会で不作法な振舞

をしたり大声で叫んでしまうことがよくありました。寒い時にスカートで外出しなければならぬ場合は、脚が痛みました。チクチクするベチコートは、気が変になってしまうくらい嫌でした。多くの人たちにとってはどうということはない感触が、自閉症の子どもにとっては、まるでむき出しの肌をサンドペーパーで直接削られるように大変な苦痛に感じられるのです。ある種の刺激は、損傷を受けた神経機構によって極度に増大します。日曜日の服が普段着と同じように感じられれば、その問題は解決できたのです。大人になった今でも、新しいタイプの下着を着なければならぬときには、ひどく不快です。ほとんどの人は異なるタイプの服に慣れて行くでしょうが、私は何時間も違和感を感じます。今では、私は普段着もよそ行きの高級な服も、同じように感じられるものを買うようにしています」等と述べている。

また、藤家寛子（2004）も、「ジーパンは肌が痛くなるし、ポリエステル素材は、皮膚過敏の私には堪えるので、結局ストレスになって、イライラするようになった」等と述べている。

一方、トーマス・A・マッキーン（2003）は、「散髪するのはものすごくつらい。ひどく痛くて、いつも、可能なかぎり（つまり、講演する直前まで）先送りにしてしまう。中でも最悪なのが、櫛を使うこと。ブラシも使えるものがなかなかないが、ありがたいことに、いくつかは確保できている。固形せっけんも困りものだ。だが、液状の石けんなら使えたとわかった。値段は高いが、固形のほどに痛くないので、よぶんに出費するだけの値うちはある。シャンプーも使えないものが多い。一番気に入っているのは、ヴィダル・サスーンの『ウルトラ・ケア』だ。かみそりも悪夢のようにつらい。でも、回転式の電気かみそりならがまんでできることがわかった。それ以外は、どうしても使えない」等と述べて

いる。

このように、アスペルガー症候群の人たちは肌が敏感なために苦しんでいることが多いため、自分の気に入った『肌にいい感じを与える物』を見つけることが大切であると思われる。

この点に関して、ニキ・リンコ（2004）は、愛用しているワニのぬいぐるみについて、「最新の愛人なんです。夫と一緒にのときはいらぬいんですけど」と述べ、好きな理由について、「精神の安定に役立ってくれるところです。ワニ君、何があってもたじろがないタイプなんです。いつ見ても冷静な顔をしているんです。（ユニボは黄色だと思いこんでいるのに）緑のユニボを見て、世界が崩壊するような気になっても、ワニ君を見ると落ち着いた顔をしてるんで真似すると落ち着けます。自閉の特徴にオウム返しがあるじゃないですか。その一種だと思うんですが、いつも冷静なワニ君の真似をすることでパニックが防げるんですよ」と説明している。そして、これに答えて、藤家寛子は、「私も同じ感覚でパニックを防げるように、いつも、ミーコ（注：ウサギのぬいぐるみ）を部屋にお留守番させています。よほど緊張するときは持っていきますけどね、外にも」等と述べている。

また、ケネス・ホール（2001）は、「なかでも、とびぬけて最高ないい感じなのはサンディーの毛。サンディーは、ほんとにかわいい猫だ。（『かわいい』猫といっても、サンディーの『皮』が『いい』という意味じゃないよ！）ぼくは一日じゅう、ずっとサンディーの毛をなでているのが好き」「サンディーはぼくの寝袋の中に、かくれることもある。ぼくはサンディーをつかまえて、その毛にほったたをこすりつけるのが好き。世界で最高の感触だよ。どんな布より、ずっといい。ぼくは、ウールみたいにざらっとした肌ざわりの布が大好きで、ラベルが肌にちくちくするのも好きじゃない。すてきな布は、やわら

かい木綿。綿 100 % の青い T シャツをもって、あんまり肌ざわりがいいから、そればかり着ている。シルクは好きじゃない—やわらかすぎて、にせものっぽい感じだから」等と述べる一方、「アスペルガー症候群の人たちは、ときどき、物をちがうふうに感じていると思う。とても感じやすいのかもしれない。ぼくにとってやっかいなのは、感じない痛みがあるみたいだってこと。このあいだ、ひと晩じゅうぐあいが悪かったのに、朝になるまで気がつかなかった。いろんなことを強烈に感じる時もある」と補足している。

さて、ルーク・ジャクソン (2005) は、アスペルガー症候群の人たちの感覚過敏を親や教師たちに理解して欲しくて、「ベンには、感覚統合不全がある。人によっては、触覚防衛があるって言う人もいるし、名前はいろいろだけどね。こういった問題はなんていう名前前で呼ばれているのか知りたくて、ベンの検査結果の書類を見せてもらったら、そこには『感覚刺激が元でひどい困難を示す』と書いてあったよ。ベンは服の感触でもひどくつらい思いをしている。いまでは、学校に行くときやお出かけのときにはちゃんと服を着るようになったけれど、帰ってきたら、すぐにぬいじゃう。外にいても、ストレスにさらされると、どこだろうとかまわずにぬいじゃう。着られる服をみつけるのがまた大変でね。服を買うときは、本人をお店に連れて行って、自分で選ばせるんだ。乳母車にすわったベンに、ママが新しい服を見せる。ベンは顔や手に押し当てて、手ざわりを確かめる。気に入らないと、『いや。いたい』って言うし、だいじょうぶなやつはしっかりとぎっている。めったにないことだけど、ベンががまんして着てくれでもしたら、それこそばんざいってわけ。この本を読んでいるみなさんの育ててるお子さんや、仕事で接する子どもがこんな感じだったとしたても、『まったく世話のやける子だねえ』と言って片づけるのはやめて

ね。ベンにとっては、ほんとに痛いんだよ。近ごろは、ベンもことばがうまくしゃべれるようになってきたものだから、大声で『ああん、いたいよ』って言うようになった。それも、えっ、こんなものが？ってときにね」等と述べている。また、手の感覚については、「以前は、絵の具を見ただけでも苦しうにうめいて、いまにも吐きそうにしていた。それがいまじゃ、手に絵の具をつけられてもがまんできるくらいになった。まあ、ついたらすぐに洗い流さなきゃいけないんだけど。ねん土はまださわれない。でも、これはかえって助かるかも。だって、子どもにさわらせるねん土っていうと、小麦粉ねん土を使っているところが多いからね。ベンは小麦タンパクと牛乳タンパクを除去する食餌療法をしていて、小麦は口に入れちゃいけないんだ。だからベンの学校では、いつかねん土をさわってみようって気になってもだいじょうぶなように、お米の粉でねん土をつくってくれてる。ありがたいことだよ」「ベンは、砂の手触りもダメだった。これは、ぼくやママも同じ。ママも感覚がらみの問題がいろいろある人でね。苦手な感覚はぼくら以上に多いくらいだから。ベンもいまでは、乾いた砂でなら遊べるようになった。ぬれた砂はまだわりだけだね。ぼくは、べたべたするもの、ぬるぬるするものはいまだにダメだけど、暖かくて乾いた砂ならがまんできるよ。さわる前に、いちど深呼吸して、心の準備をしたらだいじょうぶ。まあ、がまんできるってだけで、楽しいとは思えないけどね！」等と補足している。

次に、泉流星 (2005) は、妻の皮膚感覚について、「妻の皮膚感覚、というか、肌で感じる感覚にも、何だかすごく異星人的というか、妙なところがある。僕から見て何といっても一番ヘンなのは、大好きな天気予報を見ながら、『あ、やっぱり大きな低気圧が来るよ〜。どうりで何か重い感じがすると思ってたんだ』って、よくひとりごとを言ってい

ることだ」「妻のあらゆる感覚は、ほとんどどれも敏感すぎるぐらい敏感だ。皮膚感覚にしたって、外に出ただけで気温をほぼ正確に当ててしまうし、雨が降ってきたら誰よりも先に気がつく。雨の最初のひと粒が体に当たった瞬間に（それが髪の毛でさえ！）感じるんじゃないかと思うほどだ。服を選ぶ時も、デザインや色は気に入ったのに、肌触りがガマンできないからダメってこともある。本人いわく、キシキシした感じが一番苦手なんだそう。それが具体的にどんな種類の布地のことなんだか、僕にはさっぱりわからない」と述べながら、痛覚に関しても、「普段からこんな調子だから、異星人妻はさぞかし、あらゆる種類の皮膚刺激に対して敏感に反応するもんだと思うだろう？ところが、ことはそう簡単じゃない。ひどく敏感なのかと思えば、ある種の刺激に対しては、とんでもなく鈍感でもある。この妙にアンバランスな感覚こそ、実は自閉系の特徴のひとつなんだ。皮膚感覚に限らず、視覚や聴覚など、どの種類の感覚や知覚についても、敏感さと鈍感さを合わせ持っている場合がけっこうあって、それ自体は別に珍しいことじゃないらしい。妻の場合、注射がいい例だ。僕は、別にすごく痛がりってわけじゃないが、どうも注射針というやつは苦手で、テレビで点滴や注射のシーンを見るだけで何となく身震いしてしまう。ところが、妻は注射針がまるで平気。入院した時、何日も点滴針がさ刺しっぱなしだったことがあるけど、ほとんど意識すらしていなかった。精密検査のために採血室でやたら何本も血をとられた時だって、腕に刺さった針から次々と管に血がたまっていく様子を、いつものあの無表情な顔でじーっと見つめていて、まったく平気だったらしい。検査技師の方が気味悪がって、『あの～、あまり自分で見ない方がいいですよ』って注意されたそう。笑いながらその話をする様子を見て、最初は単に、妻の方が医者嫌いな僕より病院や注射に慣れ

てるから、度胸があるんだろうと思った。けれど、どうもそれだけじゃない。妙にけろっとしているのは、実は妻が、注射針が体に刺さっている感じも、その痛みも、あんまり感じていないせいだってことが、だんだんわかってきたんだ。痛みに鈍感なもうひとつの例がケガをした時だ。異星人妻は、普段からコケたり手足をぶつけたりして傷を作ることが多い。動作が何となくぎこちないことがあるせいなんだけど、これは脳がある動きをイメージして指令を出しても、その通りに体を制御でなくて、指令と実際の動きがズレるからだ。こういう奇妙な不器用さも自閉系にはありがちなことらしいけど、とにかく、そのせいで妻の動作は時々いくらぎくしゃくするので、すり傷、切り傷、打ち身なんかは日常茶飯事。ところが、ケガをしているのに自分ではまるで気づいてないってことも、またよくあるんだ」等と述べている。

また、藤家寛子とニキ・リンコ(2004)は、対談の中で、宮沢賢治の『雨ニモマケズ』の話から発展して、痛覚について、次のように述べている。

まず、藤家寛子は、「雨は痛いけど負けちゃいけないんだ、って思いました。彼はその時点で雨に負けていたんだろうな、とも。だから『そういう人』になりたかったから書いたのかな、と思いました」「雨は痛いじゃないですか。当たると。傘さしていても、はみ出た部分に雨が当たると一つの毛穴に針が何本も刺さるように痛くありませんか？」「私も、体調は毛穴の痛み具合でみてますから。歩いただけで頭皮の毛穴が痛いときは、絶対安静にしています。だから、髪を切るとかも、『神経ないんだから、痛くないって』と言われても、毛穴から出てんだから、切るときに触られるといたいんだよっ（怒）とか、爪も、普通の人だったらまだ切らない長さで、切ります。長くなってくると、バシンってやるときに、指に負担が大きいので。でもこん

なとき『痛い』とか言うのを、信じてもらえませんでした。『爪には神経ないから痛くないはず』と。それで、指の中から生えてきてんだから、いたいんだよっ（怒）……という具合で、それでそのたびに泣いていました。まかり間違っただけのタイミングを逃がしたりしたら、今度は爪を伸ばすしかなくて、『切りなさい』とも言われていました。もう、大パニックです。痛い理由がわからなかったのだから、日常生活でかなり泣きっぱなしだったと思います」等と述べている。

一方、ニキ・リンコは、「ああ、あれはね、農村の中のただ一人のインテリだった宮沢賢治がね、自分は体が弱いけれども農民たちのようにたくましくなりたい、って思って作った詩なんですよ（きっぱり）。きっと賢治自身は胃が弱くて、白米とかしか受けつけなかったんじゃないかですか、身体が。でも農民たちは頑強で、雑穀入りのご飯食べて味噌とすこしの野菜でばりばり働けたんじゃないでしょうか。だからそういう身体がうらやましいな、と思ったんでしょうね（再びきっぱり）」「私は雨は痛くないです。でも扇風機の風が痛いです。それも、どうやら毛穴の問題らしいんです。手の甲の毛を剃ってみたら痛くなりました。この年（三十代後半）になって、先日初めて母に『扇風機の風が痛い』って言ったら『変わってるね』って言われました。それで、なんだみんな痛くないのか、と」「産毛ばかりです。剃って洗い流しても見えないくらいの薄い産毛ばかりです。それでも剃ると痛みが消えます」「私はお料理嫌いだけれどお掃除好きです。お料理は、水を使うし。水道の水も痛くて手が腫れるんです。いどこにビニール手袋の存在を教えてもらって、ずいぶん助かりました」等と述べている。

また、奥平綾子（2006）は、息子のダダくんについて、「傷や痛みには、鈍感な面と敏感な面とが極端にある感じです。血が出てい

てもまったく意識していないときもあるかと思うと、注射など、見ただけで恐怖感を持つものもあります」等と述べている。

さて、このような痛覚の過敏などについて、トニー・アトウッド（1999）は、「アスペルガー症候群の子どもや成人は、非常に我慢強くみえるかもしれませんが。ほかの人には我慢できないようなレベルの痛みに対しても、反応せずひるんだり痛がったりしないことがあるからです。とげを抜いても気付かなかったり、何の苦もなく熱い飲み物を飲んだりします。暑い日に沢山の服を着込み、凍える冬の日に夏服を着続けることに固執するかもしれません。まるで、体のサーモスタットが壊れてしまったみたいです、痛みを感じないために、危険な行為を避けることを学習できなくなってしまう」と述べ、「子どもがほんの少しでも痛みを感じている時は、不快を示す何らかのサインに対して気を配ること、病気のサインをチェックすること、痛みを子どもが親へ伝えることができるよう、第2章（社会的ふるまい）に示した子どもが自分のことを告げるための方法を用いることが、親にとって大切なことです。なぜ痛みを親に知らせるべきかを、子どもによく説明することも非常に重要です」等とアドバイスしている。

4. 身体イメージについて

そこで次に、アスペルガー症候群の人たちがどのような身体イメージを持っているのかについて考えてみると、定型発達の人たちに比べて、身体イメージが不確かで、身体をうまく使いこなせないことが多いように思われる。

まず、藤家寛子（2007）は、自分の体や体力について、「想像力に障害があると、体力の分配がわからない。だから私は、結果的に失敗することが多い。一週間の予定を組むときも、体力を過信して、仕事を入れすぎたりしていた。倒れてしまったら元も子もない。

相手先に迷惑かけるだけになってしまう。私は、成長したら体も大きくなるという、根本的なことに気づけないことが多かった。子どものときより、手も足も伸びているのだ。細いといっても、小学生のときより体重は重い。小回りはきかなくなるし、消費するエネルギーも増えているはずだ。私は今でも、解離する前の小学校二年生のような、子どもじみた考え方をするときがある。端的に言うと、私には育っていない部分があるのだ。メタ認知が弱いのは、自閉症の発達の遅れもあるが、自分が育っていないことに気づけなかったことも理由のひとつだと思う」等と述べ、『体力のなさや折り合いをつける』こと等の重要性を指摘している。

次に、体温調整について、ニキ・リンコ（2004）は、「私は夏の暑いときよりも、三月から五月くらいがづらいんです。『熱暴走』が起きます。たぶんまだ、夏毛に生え変わってないからではないか、と（笑）。あと、寝てるときに誤嚥して、そうすると熱が出たりします」等と述べている。

また、奥平綾子（2006）も、息子のダダくんの体温調整について、「気温、気圧、湿度にも敏感に反応します。とくに、気温には敏感で、外気の温度が上がると体温も上がり、気温が下がると体温も下がる。体温調整が難しく、変温的なところがあります。小さなころ、暑いときにはよく靴下を脱いだり、ひんやりしたところに寝ころんだり、また水遊びも長くしていました。思えばそれは、自分で体を冷やそうとしていたのでしょう。今でも学校から帰ると、ぬるめのお風呂に長く入って、水の感触を楽しんだり、リラックスしたりしています。それは気持ちを静め落ち着くための一つの方法です」等と述べている。

一方、ニキ・リンコ（2004）は、歩くという基本的な動作について、「私の場合は、普段はオートマティックに歩いているんだけど、その代わりオートマティックすぎて、は

っと気がついたら歩いているかどうか、耳で聞かない限りはわかりにくいんです。当時は耳栓をしていなかったの、学校に行くとときもきちんと歩いているのかどうか確信がもてなかったのです。そうすると、自分が学校に行っているのか、学校が自分のところに決まった時間になると来るのかわからない。おかげで、『学校を休もう』という発想は思いつかないかったです」「ちゃんと歩いているながら、音を聞かないと自分が歩いているのか止まっているのかわからなかったり、止まったまま、歩いているつもりになっていて、いつまでたっても目的地につかなかったり、スイッチがきれたら歩けなくなったり」と述べ、さらに、学校について、「私は自分が学校に歩いて行っているのか、世界が回り舞台のように自分に近づいてきているのか、どちらなのかははっきりと確信がもてませんでした」「学校が『来ている』かもしれないという感覚は、駅で待っていたら電車が『来る』ことからの連想でもあります。電車は『来る』んだから、学校が『来て』いてもおかしくない。それに、電車に乗っていれば、駅は『来る』ように見えるんです」等と補足しています。

一方、藤家寛子（2004）は、歩くことについて、「私は疲れたときには、歩くことさえ自然にできません。『右、左、右、左』と自分に言い聞かせながら歩きます」「『他の誰かになりたかった』にも書きましたが、耳とか目が『今日は営業おしまい。売り切れ』になってしまうんです。それで、歩くのも右、左、右、左と意識して足を踏み出さないといけなくなります。歩き方を忘れてしまって」「私は、関節が繋がらないという現象は、身体機能での一過性の全健忘症じゃないかと思いました。しかも、身体がバラバラになって、パソコンの初期化に似ているとも思いました。つまり、脳が初期の状態に戻る感じです。座り歩きしかできないし、突然、三歳に戻るという感じです。それから徐々に自分

用のマニュアルを再インストールする、という感じなのではないかな、と解釈しました」
「最近、定型発達の人はずいぶん少なくなっているって知りました。でも私はそうなることがある、って親にわかってもらったので、この前、身体がなくなったときは母がずっとついていてくれました。そして、『小さい頃、ずっとそうやって動いていたのは、歩けないからだったんだね……』と言ってました」等と述べ、『自分の体取り戻し用マニュアル』について詳しく説明しています。

一方、ニキ・リンコ（2004）は、『見えなものは無い』という認知の仕方について、「私小さい頃、自分は決定的に他の子と違うと思っていました。他の子には背中があるのに、自分には背中がないからです」「それとときどきパーカーのフードやポケットがどこかに引っかかると、なんで動けないか理解できなくて、半日ぐらいじっとしていたりします。それで夫が帰ってくると、ひよいとはずしてくれて動けるようになったり。自分にも背中があるのはわかっているはずなんですけど……」と述べたり、「私はスカート怖くてはけないです。スカートって脚がなくなるから」「コタツも、脚がなくなってこわいですよね。コタツから出るときって、やっぱりコタツ布団めくりますか？」「そうですね。私もコタツ布団めくって、脚があるのを確かめて、それを引き寄せて立つ、って全部これマニュアル作業です」「どうも、どこからどこまで自分の身体なのかがつかみにくいんですよ。」「そう言えばさっき雨の話出てたけど、私、雨が降って困るのは痛さっていうより、どこからどこまでが傘で、どこからどこまでが腕なのかわからなくなって、運動機能が全般的に低下することなんです」「腕の感覚はつかみにくいんです」等と、脚や腕の感覚の違いについて詳しく説明しています。

そこで、藤家寛子やニキ・ニンコ（2004）と対談した浅見淳子は、「様々な自閉スペク

トラムの方たちと出会いました。そして、ますます自閉と身体機能の問題について知ることになりました。そして、ひと口に自閉スペクトラムの方と言っても、性格は皆さんそれぞれです。定型発達の人と同じようにバラエティに富んでいます。でも一人残らず、身体機能の不具合を抱えていました。しかも皆さん、それが自閉と関係があるという認識はしていられませんでした。むしろ私の話を通じて、他の自閉の方も『体温調整ができない』『血小板が少ないとお医者さんに言われている』などと聞いて『私もそうです。自閉と関係あるんでしょうかねえ』という認識に至るのです。自閉はまず、社会性の障害と言われます。でもそれは『こっち側の論理』でもあります。私たち定型発達の間が作り上げた社会が不可欠なため、それが身につけにくい自閉スペクトラムの人を見て、ああ社会性の障害なのだなあ、と思うわけでしょう。社会性の身につけにくい問題はもちろんこの本でも採り上げていますが、私は自閉スペクトラムの方々と過ごす時間が多くなるにつれ『この人たちにとっては<身体が辛い>障害なのではないか』という思いを強くすることになりました。しかも、ご本人たちはそれを言葉で表現しようとしません。ニキさんや藤家さんのような言語表現の才能をお持ちの方でさえ、こちらが疑問を投げかけないと言いださないので。なぜならご本人たちにとって、『これが当たり前』の状態で、くしゃみや体温調節や関節の接続がオートマチックに成り立っている定型発達の人々の身体機能など、想像の外だからです」「このとき私は気づかされたのです。『人間は皆一つしか身体を持っていないのだ。だから自分と同じ感覚を皆が持っていると思いこんでしまうのだ』そして、自閉症が『心の病』ではなく『先天的な脳機能障害』であることを思い出しました。脳がコントロールしているのは、心だけではないはずです。身体機能だって、脳によってコン

トロールされているのです。ならば、自閉スペクトラムの人々が不具合を抱えていてもおかしくない。そして周囲にいる定型発達の間は、やはり自分の身体しか知らないがゆえに、自閉の人がどれだけ『身体的に』つらい思いをしているか気づきにくいのではないだろうか？パニックや様々な行動上の問題も、実は身体的なつらさから来ていることだって多いのではないだろうか？」「自閉スペクトラムの方が抱えている五感の問題は、定型発達の人たちにとっても実感しにくいということです。私は、自閉症のお子さんをもちながら、身体の問題にあまり関心のない親御さんにもお会いしたことがあります。血を分けた肉親でさえ、自分の身体以外の身体機能は想像しにくいようです。私が体温調節の話をして、初めて『そう言えばうちの子は夏に外で遊びたがらないわ』とか『汗をかかないわ』とおっしゃるお母様も珍しくないのです」と述べ、「身体機能の問題は、自閉スペクトラムの方が将来生計を立てられるかどうかに関わってきます。ADHDや高機能自閉症、アスペルガー症候群などの成人で、生計を立てるだけの職に就けない方も多いようです。そして、その多くは、精神的な不安定さよりもまず、『週五日働きにいけない』ことに由来しているようです。けれども残念なことに、今の社会の中ではとにかく週に五日以上どこかに通えることが生計を立てる早道なのです。そして多くの知的障害を伴わない発達障害の成人が、この壁に阻まれています。精神的な不具合よりもまず、身体機能がついていけないという理由で。高機能自閉症やアスペルガー症候群は『見えない』障害です。自治体によって理解に差はあるようですが、IQが人並み（以上）にあるという理由で、障害者年金を受給するのも難しいのが現状です。けれどもIQが高いというだけで障害者年金の受給ができないというのなら、この障害のある方々の身体機能の問題はどれほど考慮さ

れているのでしょうか？親御さんでさえ気づきにくいという現状を見ると、疑問を感じざるをえません。当事者たちの社会進出を阻んでいるのは、むしろ身体機能なのかもしれないのに」等と、問題提起しています。

さて、一方、このような辛い身体感覚を補うためか、自閉スペクトラムの子どもたちには、ぐるぐる回り、飛び跳ねる、急に動き回る、等の行動がみられることが多いと思われる。（定型発達の人たちには、このような行動が理解しにくいのが現状です）

まず、ルーク・ジャクソン（2005）は、「ぼくは小さいときから今日のこの日までずっと、ぐるぐる回るのが好きで好きでたまらない。単に好きななんてもんじゃないよ。きみにとって大事なものはって聞かれたら、『コンピューター、ヒカリモノ、ぐるぐる回り（このとおりの順番で）』って答えるね。回転が好きなって、感覚の入力のせいなんだ」等と述べている。

また、東田直樹（2005）は、『飛び跳ねる理由』について、「僕たちは、自分の伝えたいことが上手に伝えられない時などに、両足で飛び跳ねて手をパチパチ叩きます。すごく悔しくて悲しい心を止められません。他の人はこういう時そんな動作をしないのに、なぜなのでしょう。それは、跳ぶと、とてもすっきりするからです。手を叩くと、すごく気持ちがいいからです。僕は、どうしてだろう。とずっと考えてきました。それは、跳んでいる時には、自分の体の部分がよくわかるからだと思います。手を叩けば、ここが手。飛び跳ねれば、ここが足。というふうに。みんなは、自分の体のことをよくわかっているかもしれませんが、僕たちにとって手や足は、自分のものだという感覚がありません。跳ぶと、自分の手足の場所が良く分かるので、とても安心するのです。上に跳んでいる時は、まるで天に飛んで行けそうなくらい心も体も軽くなります。その間は、自分が人だという

ことも、障害者だということも忘れることが出来ます。手を叩くとその音で何も聞こえなくなるし、辛いことから自分を守ることができるのです」等と述べています。

さらに、『急に動きまわること』についても、「僕は、急に人の手を振り払って動き回ることがあります。突然、飛び出すように動くので目が離せないと、思われてしまうのです。何か目的があってかけだしてしまう場合と、そうでない場合があります。どちらもそうなる理由は同じです。結局、そこにいられなくなるからです。『自分の居場所』をみんなはどう感じているのでしょうか。すごく疑問です。僕はいつも自分の場所を気にしています。すこしでも、その場所に違和感があると、体が反応してしまうからです。違和感とは、その事がいやだ。という時もありますが、そこになじめない。という時もあります。なじめないというのは、いやではないのです。やりたいのに出来ないことなのです。どうやればいいのかも分からないし、わかっても、僕には出来ません。それで、どうしていいのか分からない僕は、居場所がない。と思うのです。他の人なら、困っている人のまねをしてみるとか、尋ねるとかするはずですが、でも、他の人と関われない僕は、雪山で遭難したみたいに悲しくなってしまうのです。どこかへ逃げたくなって、ワーンと叫びたくなって、一人さまよってしまうのです」と述べ、「僕らの居場所はどこでしょう。自分の中には、居場所をつくる方法がないのです。僕らの居場所をください。僕らに分かりやすく、僕らがいても困らない、そんな場所です。そこにいれば僕らはとても安心で、やることが良く分かる。そう感じていられる場所が、僕らには必要なのです」等と訴えている。

5. 睡眠障害

さて、最後に、アスペルガー症候群の人たちが、睡眠障害に悩まされている点について

考えてみることにしよう。

まず、藤家寛子(2007)は、「寝るまで大仕事。でも、いつもフル回転している脳のせいで、不眠症は続いた。睡眠欲があるだけに、眠れないとイライラする。食べられない。眠れない。疲れきっているのか、性欲は低く、誰かにドキドキすることもなかった。同級生は、冷めているとか、大人とか言っていたが、『欲』がないので仕方がない。こんな風に、私には生まれつき備わっているはずの本能さえ、欠け気味のものがたくさんあった。本能が抑制されればなしという現象は起こるのだろうか？それとも、はじめから欠けている人が存在するのか？もし、はじめから欠けている状態ならば、やはり補わなければならない」等と述べている。

また、ルーク・ジャクソン(2005)は、「自閉症スペクトラムの人たちって、全員とまではいわないけれど、他の人たちとはちがう設計になっている人が多い。とりわけ目立つのが、睡眠障害ってやつ。睡眠障害なんていったら、まるで眠っちゃう障害みたいに聞こえるけど、意味は逆。眠れないんだ」「小さいころからずっとこうだった。いまでもはっきり覚えてるよ。ベビーベッドに寝かされて、でも眠れなくて、出してほしくてぎゃあぎゃあ泣いていたこと。ベッドのさくにつかまって、ぶりぶり腹を立てて、部屋が割れるかってくらい大声で泣いたときのこと。それから、ベッドのさくのすき間から足をつき出して、足は出られるのに身体はついてこないで、ひどく不満だったこと。いく晩もいく晩もーというより、そうじゃなかった夜なんて、これまでめったになかったんだけどーぼくは眠れないままだ横たわって、自分はいったいどうすればいいんだろうって思いながらすごしてきた。みんな、知ってる？まったくなんにもしないで、じっと横になったりすわったりするときって、時間のすぎるのが本当に遅く感じられるものなんだよ」「ベンもぼくと

同じで、なかなか眠れない。このごろ、少しずつことばがしゃべれるようになってきたので、ベンの気持ちがわかりやすくなってきた。ベンの場合、まぶたが重くなってくると、ぎゃあぎゃあめきながら、まぶたをつまんで引っ張り上げようとする。『目のせい。暗くなっちゃう！』って言うんだよ。あの子は、暗いのがきらいでね。ぼくも小さいときはそうだった。自分の部屋、自分の持ち物って、見慣れてて、勝手にわかるでしょ？それが安心のもとなんだよね、なのに、暗くなると勝手に変わってしまう。安心のもとがなくなっちゃうんだよ。いまでこそぼくは、暗くても平気になった。でもそれは、『たとえ見えなくても、ぼくの部屋はいつもとおんなじだ』ってわかるようになったから。ベンはまだそこまで進んでないんだ。さて、一口に『眠れない』といっても、本当は二種類の問題に分けられる。ひとつは、『寝つきがわるい』って問題。もうひとつは、『せっかく眠りについていても、途中で目がさめてしまう』ってやつ」等と述べ、おうちの方に対して、「①食べるものを変えることで、よく眠れるようになった人はおおぜいいる、②遮光カーテンはすごく大事、③体温の調節がじょうずにできない人も多い、④なにか重たいもので包みこんだり、締めつけたりしてもらって眠りやすくなる、⑤寝る前にやることを順番リストにするのもとても役に立つ、⑥外の空気を吸って、運動することで眠れる人もいる、⑦オイルマッサージがよく効くこともある、⑧ビデオやテレビ、音楽なんかを音量をしばってつけっ放しにしておくと眠れることもある」等とアドバイスし、聴覚過敏や触覚過敏についても詳しく述べている。

6. 感覚過敏をふまえた上での特別支援教育の重要性

さて、アスペルガー症候群の子どもや大人たちが感覚過敏（視覚過敏、触覚過敏など）

について語っている声に耳を澄ますことによって、教師たちが配慮したり工夫しなければならない点が明確になってくると思われる。

つまり、①困った行動や世話のやける行動の背景に感覚過敏があることを知る、②教育環境を整えること、③学習方法を工夫する、④制服を強要しない、⑤身体がうまく使えるようにサポートする、⑥定型発達の子どもたちにアスペルガー症候群の子どもたちに関する理解を深める、等が重要であると思われる。

これらを参考にしながら、教師たちが、アスペルガー症候群の子どもたちにら対して、日々の具体的な実践を行われることを期待したい。

引用文献

藤家寛子(2007)：自閉っ子は、早期診断がお好き。花風社。

G randin, T. (1988) : 'Teaching tips from a recovered autistic.' focus on Autistic Behaviour 3, 1-8.

東田直樹(2005)：この地球に住んでいる僕の仲間たちへー12歳の僕が知っている自閉の世界ー。エスコアール。

泉流星(2005)：僕の妻はエイリアンー「高機能自閉症」との不思議な結婚生活。花風社。

ルーク・ジャクソン(2005)：青年期のアスペルガー症候群へ。ニキ・リンコ訳、スペクトラム出版社。

Jolliffe, T., Lansdown, R. and Robinson, C. (1992) : 'Autism: A personal account.' Communication, journal of the National Autistic Society 26, 12-19.

ケネス・ホール(2001)：ぼくのアスペルガー症候群。野坂悦子訳、東京書籍。

ニキ・リンコ、藤家寛子(2005)：自閉っ子、こういう風にできてます！。花風社。

奥平綾子(2006)：自閉症の息子 ダダくんの11の不思議。小学館。

トーマス・A・マッキーン(2007)：ぼくとク

マと自閉症の仲間たち。ニキ・リンコ訳，
花風社。

トニー・アトウッド，富田訳(1999)：アスペ
ルガー症候群。東京書籍。

リアン・ホリデー(2002)：アスペルガー的人
生。ニキ・リンコ訳，東京書籍。

＜付記＞

本論文は，平成20年の秋に，公開講座「学校
教育臨床－事例研究－」で行われた講演に加筆訂
正を加えたものである。