

高次脳機能障害

—当事者、家族、そして支援者の方々に—



絵・石井一隆(当事者)

なごみだより

令和6年度初夏号(第41号)

とちぎ高次脳機能障害友の会 2024.5.31 発行

高次脳機能障害友の会 事務局
TEL 090-8726-5007 FAX 028-638-4322
e-mail info@tochigikoujinou.sunnyday.jp
URL <http://tochigikoujinou.sunnyday>



 この会報誌は、赤い羽根共同募金の助成金により発行しています。

はじめに

春から夏へと季節が変わりゆくこのごろ、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

4月13日の定例会から今年度の活動が始まりました。今年度1回目の定例会は「墨絵」を行い、皆さんとても素敵な絵が完成しました。今年度も皆さまと一緒に楽しめる活動を予定しています。

ご存じの方は多いと思いますが、高次脳機能障害の症状の現れ方は多様だと言われています。それ故に対応や支援のパターン化が難しく、当会にも家族としての対応や支援者としての対応の相談が寄せられます。少しでも受傷、発症前の生活や社会参加を目指していくには、適切なリハビリテーションと切れ目のない支援が必要不可欠です。必要としているすべての人が適切な支援に繋がり、住み慣れた地域でその人らしい生活が送れるように、支援体制の強化、医療との連携、人材育成、普及啓発等、栃木県における支援の連携がさらに進むことは、当事者・家族の願いであり、誰でもなる可能性が

あるこの中途障害だからこそ、そこに暮らす人々の安心した生活と希望に繋がるのではないのでしょうか。

本誌の裏表紙に掲載した定例会で描いたパステル画を、ぽぽら2階事務室の壁に飾っています。柔らかなタッチで描かれた動物たちです。この作品を描いた時間が、心穏やかで楽しい時間であってほしいと願いながら、皆さまの作品を飾らせていただきました。お時間があつたら、是非のぞいてみてください。きっと心が和みますよ。

会長 徳元昌子



目次

	ページ
はじめに.....	1
活動報告.....	2 - 4
2024年1月から3月の活動予定.....	4
<栃木県障害者総合相談所より>	5
とちぎ高次脳機能障害友の会【入会のご案内】.....	6

活動報告

2023年度高次脳機能障害講演会

1月13日(土) 14:00~16:00 とちぎ福祉プラザ1F多目的ホール 参加者70名

前半は高次脳機能障害の社会的行動障害を中心に、足利赤十字病院精神神経科 船山道隆先生にご講演をいただきました。脱抑制やセクハラ等の行為について、どうしてそのような症状が起きてくるのか脳の障害としての説明や事例を基に個々の症状や対応についてのご講演でした。特に家族や支援者は自立を高める支援が必要で、出来ない事ができるような工夫を一緒に考えていくことやダメな事はダメと情動を込めて言うていくこと等、あきらめず対応していく大切さを学びました。

後半は、栃木県立リハビリテーションセンターの船越政範先生と船山道隆先生に登壇していただき、会場の参加者と意見交換しました。

当日は寒い日で途中吹雪となりましたが、たくさんの方に参加していただきました。(袖山)

定例会(パソコン教室) 2月10日(土) 13:30~15:30 ぽぽら 参加者16名

芯和 Cocowa® さんによる、パソコン教室でした。

最初は、代表の青柳さんが恐竜の着ぐるみを着て登場。マツケンサンバで楽しませてくれました。

本日のテーマは、「生成 AI を活用する」でした。

生成 AI とは何かを説明いただき、入力しない方がいいことなど具体的な注意事項も教えていただきました。

参加された方々は、母の日におすすめのプレゼントを探したり、地域の美味しいお店を聞いてみたり、賛否ある時事問題について考えたりと、色々な活用をされていました。結果をシェアリングしました。

Cocowa さんの楽しく丁寧なパソコン教室は、会員の皆様にもとても好評です。ありがとうございました。(大村)



パソコン教室の様子1



パソコン教室の様子2

定例会(パステル画) 3月9日(土) 13:30~15:30 ぽぼら 参加者10名

はじめに、椅子に座って体操・ダンスを行いました。

呼吸やリラックス法で心身をほぐした後、音楽に合わせて準備体操をします。爽やかなメロディに合わせて皆さんと動くことで、心地よい一体感を感じられる時間となりました。カラフルな布を使い、「龍」をテーマに表現をしました。海で泳いだり空を飛んだり、それぞれ個性豊かな動きが見られとても素敵でした。

続いて、今年度のパステル画「動物」を完成させました。

毛並みや表情、それぞれの作品に良さや味わいが感じられます。

後半はお茶を飲みながら、今年度の活動の振り返りと、来年度の活動の話をしました。

皆さんの描いた絵は後日額に入れ、ぽぼらの事務所に飾っていただきました。お越しの際は、どうぞご覧ください。(大村)

定例会(墨絵) 4月13日(土) 13:30~15:30 ぽぼら 参加者10名

今年度の会報誌の挿絵を墨絵で書いてみました。選んだ写真を見ながら集中して素敵な墨絵ができました。会報誌の挿絵を楽しみにしてください。(袖山)

家族の集い 3月27日(水) 13:00~15:00 宇都宮中央市民活動センター 参加者3名

役員会 1月24日(水) ぽぼら 参加者5名 3月5日(火) ぽぼら 参加者5名
4月24日(水) ぽぼら 参加者5名

○ 電話相談	1月——3件	2月——7件	3月——8件
○ メール相談	1月——2件	2月——7件	3月——2件
○ 面談	2月——2件		



その他の活動報告

北関東家族会会談Web

12月21日(木) 10:30~12:00 Zoom 参加者2名

講演会打ち合わせ	12月4日(月)	とちぎ福祉プラザ	参加者3名
	12月14日(木)	栃木県障害者総合相談所	参加者2名
	12月15日(金)	足利赤十字病院	参加者1名

令和5年度栃木県高次脳機能障害支援連携協議会

1月19日(金) 16:00~17:30 Zoom 参加者1名

栃木県障害者差別解消委員会

3月13日(水) 14:00~15:30 栃木県庁舎本館6F大会議室 参加者1名

赤い羽根共同募金分配金交付事務に関する説明会

4月4日(木) 13:30~14:30 Zoom 参加者1名

栃木県障害者総合相談所 挨拶と打ち合わせ

4月22日(月) 11:00~12:00 参加者2名

2024年5月~年9月までの活動予定

5月 11日(土)	令和6年度総会・学習会	とちぎ福祉プラザ3F福祉研修会AB	
		総会	13:30~14:30
	学習会(障害者差別解消について)	栃木県障害福祉課出前講座	14:45~16:00
5月 22日(水)	家族の集い	宇都宮市中央市民活動センター	13:00~15:00
6月 8日(土)	定例会(パソコン教室)	ぼぼら	13:30~16:00
7月 13日(土)	定例会	ぼぼら	13:30~16:00
7月 24日(水)	家族の集い	宇都宮市中央市民活動センター	13:00~15:00
※8月の活動はありません			
9月 9日(土)	講演会	※詳細は後日連絡	

寄付のお願い —いつも大変助かっております—

引き出しの奥に眠っている古いハガキや切手、テレホンカード、また書き損じのハガキや年賀状などございましたら是非ご寄付下さい。切手や新しいハガキに交換して活動の一助にさせていただきます。

栃木県障害者総合相談所より

菊地 幹

令和6年4月から、障害者総合相談所に配属になりました菊地 幹（きくち みき）と申します。高次脳機能障害について目下勉強中ですが、「あの人もそうだったのかな。診断があればリハビリやサービスが受けられたかもしれない」と思いつく事例があり、長年、行政保健師として仕事をしてきましたが、「この障害はまだまだ認知度が低いなあ」と痛感しているところです。最近のドラマでも「交通事故や頭部外傷による記憶や生活に障害があるヒーロー・ヒロイン」が登場しているのを見ますが、「高次脳機能障害」という言葉も出してほしいなあと思うこの頃です。

私は、栃木県の保健師として30年以上（年がわかりますね…）健康福祉センター（保健所）に勤務し、精神疾患を抱える方、発達特性をお持ちのお子さん、難病で療養されている方、医療ケアが必要なお子さん等の個別相談やグループ支援などに携わってきました。その中で、障害に苦悩しながらも前向きに生活する御本人とそれに伴走しながら支える御家

族から、多くのことを学ばせていただきました。また、地域住民の皆さんや支援関係者への普及啓発や人材育成、地域の支援体制づくりにも携わってきて、必要不可欠だと感じていることがいくつかあります。

それは、「問題を御家族だけで抱えず孤立しないようにすること」「病気・障害の理解を広げ、協力してくれる仲間を増やすこと」「御本人のできること・強みを見つけて生活に生かしていくこと」「御家族自身が健康な生活を取り戻すこと」です。そのためにも、同じ障害を持つ当事者・家族の友の会活動は、大きな力になると思います。

皆さんの不安や生活の困難さに寄り添い、住み慣れた地域で安心して生活できるように、皆さん一人一人のQOL（生活の質）向上にむけて、微力ながらお手伝いできればと思っております。また、友の会会員の皆さんの声を行政施策に反映できるよう努力したいと思っておりますので、どうぞよろしく願いいたします。

増淵 静枝

同じく、令和6年4月から障害者総合相談所に配属になりました増淵 静枝（ますぶち しずえ）と申します。

障害者総合相談所に配属される前は健康福祉センターで勤務し、精神保健福祉や難病の相談、肝炎医療費公費負担の相談などに携わりました。それ以前は精神科の病院で長く勤務していました。職種は看護師になります。

主な担当地区は、県南地区（小山市、下野市、栃木市、上三川町、野木町、壬生町）と安足地区（足利市、佐野市）、

宇都宮市の一部になります。また、友の会の支援の他、障害支援人材研修なども担当いたします。

長い病院の勤務から一転、行政の仕事となりまだまだ不慣れでご迷惑をおかけすることも多いかと思っておりますが、皆様の困りごとに耳を傾け、安心して過ごすことができるよう尽力して参りたいと思っております。至らない点が多々あるかと思っておりますが、どうぞよろしく願いいたします。



「高次脳機能障害ピアサポーター養成講座」の受講者を募集します！

栃木県では、高次脳機能障害のある方のご家族同士が話し合う集団の場において、同様の立場の経験者として、互いの体験を分かち合いながら、聞き役やまとめ役をしていただくピアサポーターの養成講座を開催します。



- ・ピア(peer):同じ立場や境遇、経験を持つ「仲間」を意味
- ・サポート(support):支える

ピアサポーターとは？

同じような経験があり、その経験を活かして同じ境遇にある仲間(今回は高次脳機能障害のある方を支える家族)をサポートする人のこと



受講の対象者は？

以下の条件をすべて満たす方が対象です。

- ① 高次脳機能障害のある家族を介護した経験がある方(概ね1年以上)
- ② とちぎ高次脳機能障害友の会会員、または介護者として同じような立場の方の力になりたい、サポートしたい、とお考えの方
- ③ すべての講座への参加が可能である方
- ④ 栃木県内にてピアサポーターとして活動ができる見込みがある方

講座の内容は？

・以下の内容は予定です。詳細が決まりましたら、ご案内します。

・このほか、動画の視聴や、フォローアップ研修(ピアサポート活動の振り返り)の受講を願う場合もあります。

日 程	テーマ等	講 師
R6年7月～8月頃 (1回3～4時間程度)	<ul style="list-style-type: none"> ・今回の事業について ・ピアサポートとは？ ・傾聴とは？相手の話を聴くポイント等 ・支援者のメンタルヘルス 	<ul style="list-style-type: none"> ・県関係機関職員等 ・臨床心理士等の専門職等 ・家族の立場でピアサポーターとしての活動経験者等
R6年9月～10月頃 (1回3～4時間程度)	<ul style="list-style-type: none"> ・高次脳機能障害の特性理解と対応のポイント ・高次脳機能障害のある方が、地域で暮らす際に役立つ制度や関係機関の役割等 	<ul style="list-style-type: none"> ・高次脳機能障害を専門とする医療従事者等 ・相談支援事業所職員等

ピアサポート活動はどこですか？

受講修了者の方には、派遣依頼に応じて、福祉事業所や病院、栃木県障害者総合相談所が開催する家族教室等の場において、ピアサポーターとして活動いただく場合があります。

ご確認ください！

- ・このピアサポーター養成講座は、**家族介護者の方を対象**としています。
- ・養成講座の中で、特定の方のご相談をうかがうことはできません。ご自身の相談を希望される方は、栃木県障害者総合相談所にまずはご相談ください。

【お問合せ先】

栃木県障害者総合相談所 発達・高次脳機能障害支援課
☎028-623-6114(受付時間:平日9:00～17:00)



とちぎ高次脳機能障害友の会 入会のご案内

高次脳機能障害者（児）とその家族が悩みを話したり、医療や福祉に関する情報を交換したり、理解ある方々の支援の下一人一人の可能性を伸ばし、楽しみや生活の目標を見つけて地域の中で暮らすことができるよう活動しています。一人で悩まずに共に活動していきましょう。

高次脳機能障害のある方、ご家族、ご理解・ご支援くださる方、正会員または賛助会員として関わって一緒に活動していきませんか。応援してくださる方も賛助会員として随時募集しております。

【活動内容】

- ・ 定例会
- ・ 講演会 ・ 学習会
- ・ 会報誌(なごみだより)年3回発行
- ・ 家族相談会 ・ 家族の集い
- ・ 研修旅行 ・ クリスマス会 等

【主な活動場所】

ばばら

〒320-0032 宇都宮市昭和2-2-7

TEL 028-623-3455

※県庁西側 税務署北側

【年会費（一口）】

正会員(個人・家族・支援者)	3,000円
賛助会員(個人)	2,000円
賛助会員(団体)	5,000円

編集後記

木々の芽吹きがまぶしい新緑の季節となりました。新緑の勢いは背中を押されるようなパワーがあるような気がします。今年度の会報誌には所々に会員の書いた植物を挿絵しています。裏表紙には昨年度のパステル画をまとめた自然たっぷりの作品ができました。植物や動物の作品からパワーや癒しを感じてもらえたら嬉しいです。(袖山)

【ご相談や入会・見学希望の方は、
電話またはe-mailでご連絡下さい。】

とちぎ高次脳機能障害友の会 事務局
会長 徳元

電話 090-8726-5007

e-mail info@tochigikoujinou.sunnyday.jp



ホームページはコチラから

とちぎ高次脳機能障害友の会

検索

URL <https://tochigikoujinou.sunnyday.jp/>

※当会の電話番号とメールアドレス、ホームページが変更になりました。表紙にも掲載されております。お間違えないよう宜しくお願いします。



定例会で描いたパステル画のコラージュ作品

会報作成担当

表紙・絵： 石井一隆

本文編集： 柳美由紀 袖山寿美江

印刷・製本：(有) 芯和 Cocowa®