

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8年度初夏号(第47号)

とちぎ高次脳機能障害友の会 2026.6.15 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.jp>



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

あじさいの花が雨に映える季節となりましたが、会員の皆様におかれましてはお変わりなくお過ごしでしょうか。

先般開催いたしました総会におきましては、多くの会員の皆様にご出席いただき、誠にありがとうございました。今年度、新たに二名の役員が加わり、皆様の温かい支えのもと、新年度の歩みを力強く踏み出すことができましたこと、深く感謝申し上げます。

さて、私たちの大きな柱である「高次脳機能障害者支援法」ですが、法の実効性を高めるためには、社会の現状に合わせて常にブラッシュアップしていく必要があります。

実際に動き出してみないと分からない課題もあるかもしれません。だからこそ、

当事者やご家族、行政、医療、福祉、教育などの関係機関が互いに密に連携し、当事者目線で意見を出し合いながら、共により良い支援の形を模索していくことが大切だと感じています。

私たち家族会は、孤立を防ぐ心の拠点であり、生きた知恵を共有し共に社会へ声を届けていく場でありたいと願っています。共に手を取り合い、一歩ずつ確かな歩みを進めてまいりましょう。今年度もどうぞよろしく願いいたします。

会長 徳元昌子



目次

	ページ
はじめに.....	1
活動報告.....	2 - 4
2026年6月～10月までの活動予定.....	4
縁日イベントのお知らせ.....	4
名誉顧問の高柳槿八郎先生ご退任のお知らせ.....	4
<栃木県障害者総合相談所より>.....	5
高次脳機能障害でお困りの方へ ―支援のご案内―.....	6
とちぎ高次脳機能障害友の会【入会のご案内】.....	7

活動報告

定例会 2月14日(土) 13:30~15:30 ぽぼら 当事者6名 家族5名

ミニ運動会で、みなさんと楽しく体を動かしました。

椅子に座って行う新聞紙ボールのサッカーでは、「いち、にの、さん！」と声をかけ合いながらパスをつなぎ、シュートまで大盛り上がり。

パターゴルフも新聞紙のボールを使い、方向や力加減を工夫しながら楽しみました。ほかにも玉入れや風船バレーなど、安全に配慮しながら実施し、会場は笑顔と歓声に包まれました。

体を動かすことは、心身の健康づくりだけでなく、交流や気分転換にもつながる大切な時間でもあります。

運動後は、差し入れのチョコレートと紅茶を味わい、ほっとひと息。

心も体もあたたまる、バレンタインらしい定例会となりました。(大村)



風船バレーの様子



パターゴルフの様子

定例会 3月15日(土) 13:30~15:30 ぽぼら 当事者10名 家族10名 支援者2名

始まりは大村さんのリズムに合わせた体操。「手をぶらぶらさせて、脱力しましょう」「はー、声も出して力も抜いちゃいましょう」。気持ちよく誘導されて、何だか楽しく身体がほぐれていく。続いて四季をテーマにしたインクルーシブダンス。「春と言え、何をイメージしますか?」「桜の木が大きく花を咲かせています。こんな感じでしょうか」。手だけでなく身体全体で表現する。夏秋冬と続き、最後にリズムに合わせて四季を通して踊った。

次は匂い袋作り。まずは好きな色の巾着を選んでもらった。次にラベンダー、ローズマリー、レッドローズの3種のハーブが入った深皿を回して、好きなものを小袋に入れる。その小袋を巾着に入れれば完成。更にもう一つ。正方形の和紙にハーブを入れて折りたたんで紐で縛って出来上がり。どう使おうか。枕元に置いて寝れば良い夢が見れるかも知れない。最後に今年度の友の会の行事をを振り返って何が印象的だったか、また来年度は何がしたいかなどの意見交換を、お茶と菓子を楽しみながら行った。(迫)

今回は多くの参加者にお越しいただき、専門職の支援者の方々にも見学いただきました。

定例会の活動を知っていただくことは、この場を必要としている方に情報が届くきっかけになるだけでなく、支援者とのネットワークや連携を育む機会にもつながります。こうしたつながりが、今後の支え合いにつながっていくことを願っています。

一年を振り返りながら、安心して集い、つながりを深められる場の大切さを改めて感じる定例会となりました。(大村)



定例会の様子



作成した匂い袋

総会・学習会

5月16日(土) 13:00~15:00 ぱぼら 出席者39名 委任状による出席者21名 計60名

令和7年度とちぎ高次脳機能障害友の会総会を開催しました。昨年度の活動報告等、今年度予算や活動予定等が決議されました。今年度の活動においても引き続きご協力のほどよろしくお願ひします。

学習会は、「高次脳機能障害の理解と栃木県の取組について」として講師は栃木県障害者総合相談所の増淵様に実施していただきました。仮定事例をもとに一緒に症状や支援について考えました。(袖山)

家族の集い

3月25日(水) 13:00~15:00 宇都宮中央市民活動センター 参加者4名

5月27日(水) 13:00~15:00 宇都宮中央市民活動センター 参加者5名

役員会

3月11日(水) 出席者6名 令和8年度役員、予算、活動計画等

4月22日(水) 出席者6名 今年後活動計画、総会・学習会等

○ 電話相談	3月——3件	4月——0件	5月——6件
○ メール相談	3月——2件	4月——2件	5月——2件

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。

その他の活動報告

「LIFE&WORK」福祉の情報フェスタ パネル展示 2月28日(土)

金子武蔵栃木県議会議員意見交換会

4月1日(水) 10:30~12:00 ぽぼら 参加者6名

参加者それぞれの経験で感じたことや家族・当事者の状況や困りごとなどの意見を、真剣に受け止めていただきました。今後の課題や要望など前向きに検討していただきたいと思います。



赤い羽根共同募金分配金交付事務に関する説明会

4月6日(金) 13:30~14:45 Zoom 参加者1名

2026年6月~10月までの活動予定

6月13日(土)	定例会	ぽぼら	13:30~15:30
7月11日(土)	定例会	ぽぼら 縁日 参加費500円【下記詳細】	13:00~15:30
7月22日(水)	家族の集い	宇都宮市中央市民活動センター405号室	13:00~15:00
9月13日(土)	定例会	ぽぼら	13:30~15:30
9月26日(土)	講習会	ぽぼら	(詳細後日)
10月10日(土)	定例会	ぽぼら	13:30~15:30

★★★ 縁日イベントのお知らせ ★★★

夏の楽しいひとときを、みなさんと一緒に過ごせる「縁日イベント」を開催します。手づくりのゲームやお楽しみブースなど、夏祭りの気分を一緒に味わいましょう！みなさんのご参加をお待ちしています！

【日時】 7月11日(土) 13:00~ 受付 / 13:00~ 15:30

【場所】 とちぎボランティアNPOセンター ぽ・ぼ・ら 研修室A

【参加費】 お一人 500円 【持ち物】 水分補給用飲み物

【受付】 お電話またはメールにて、お名前と参加人数をお申し込みください。

090-8726-5007 (平日10:00~15:00 受付) info@tochigikoujinou.sunnyday.jp

【締切】 6月30日(火)

【駐車場】 障害者用スペース優先のため、県庁駐車場のご利用にご協力をお願いいたします。

~名誉顧問の高柳慎八郎先生ご退任のお知らせ~

当会の発足当初より顧問として、近年は名誉顧問としてご支援いただきました高柳慎八郎先生がご退任されました。今までの御尽力に会員一同感謝申し上げます。

栃木県障害者総合相談所より

稲村 哲男

令和8年4月から、障害者総合相談所に配属になりました稲村 哲男（いなむら てつお）と申します。職種は作業療法士（OT）です。よろしくお願いします。

こちらに異動の前は「精神保健福祉センター」で、主に精神疾患を抱える方やご家族との個別相談や、当事者のグループ（精神科デイケア）を経験し、特にここ2年は「依存症相談拠点機関」としての業務を担当してきました。

「依存症」は「孤立の病」とも言われており、困難な状況を他人に頼らず（頼れず）、自分でどうにか乗り切るため依存行為を行うといった「自己治療仮説」という考え方があります。依存症は一人では回復しません。仲間が必要です。それは家族も一緒に依存諸問題を抱えた家族もまた、「誰にも相談できない」・「誰に相談したらよいのか」という問題を抱え、「家族も孤立化」しやすくなります。そうならないためにも、病気を正しく学べる場・安心して相談できる場・仲間が必要であると痛感しました。

これは依存症だけでなく、すべての方に共通する部分であると感じています。うれしい体験もつらい体験も、わかち合える仲間がいて、その中でお互いが支えられ、支え合っていくことが「グループ」の力であると思います。「とちぎ高次脳機能障害友の会」は、同じ障害を持つ当事者・家族にとって、大きな存在であると思います。

至らない点が多くあるかと思いますが、皆様からいろいろなことを教えていただきながら、学んでいきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。

石川 京美

同じく、令和8年4月から障害者総合相談所の配属になりました石川 京美（いしかわ きょうみ）と申します。

職種は保健師です。よろしくお願いいたします。

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、感染症分野で新型コロナウイルス感染症や結核等の感染症発生時の対応や相談、服薬支援に携わりました。それ以前は、精神保健福祉や母子分野にも携わっておりました。

主な担当地区は、県東地区（真岡市、益子町、茂木町、市貝町、芳賀町）と県西地区（鹿沼市、日光市）、宇都宮市の一部になります。

今年度の事業の担当としては、ピアサポーター事業（派遣）やとちぎ県政出前講座なども担当いたします。また、皆様のお力をお借りしながら、事業をとおして今年度も事業や活動の意義を広く知っていただき、多くの方に関心をもっていただけるよう、普及啓発も引き続き進めていきたいと思っております。

至らぬ点も多いかと存じますが、新しい環境で学んでいきながら、皆様のお力になれるよう誠心誠意努めてまいりますので、何卒よろしくお願いいたします。

高次脳機能障害でお困りの方へー支援のご案内ー



相談支援

当事者やご家族、医療・福祉・教育・就労等の関係機関からのご相談を無料でお受けしています。高次脳機能障害に関することでお困りの際は、まずはお電話でご相談ください。

令和8年度セミナー・研修等



セミナー・研修等の詳細はこちら▶
https://www.pref.tochigi.lg.jp/e65/koujinoukinou_seminner_etc.html



研修名	対象	目的・内容	時期等
医療従事者等研修	医療関係の医療スタッフ、市町等の障害者相談担当職員等	医療従事者の知識及び支援技術の向上により、医療機関等における専門的な支援の充実を図る。	7～8月頃
相談支援研修	市町等の障害者相談担当職員、医療福祉関係者等	「高次脳機能障害」の特性や対応方法、支援の実際を学び、障害理解を深める。	9月29日
家族教室	64歳までの高次脳機能障害と診断された方のご家族	障害のある方の家族が、障害への理解を深めるとともに、家族同士の交流を通して心の負担の軽減を図る。	第1回 9月1日 第2回 10月23日 第3回 2月19日
高次脳機能障害セミナー	一般県民、当事者、家族、医療福祉関係者等	「高次脳機能障害」を身近なこととして感じ、理解を深める。	1～2月頃
県政出前講座	一般県民、医療福祉関係者等※勉強会や研修等にもご活用ください。	高次脳機能障害に関する基本的な理解と対応、県の取り組み等について	随時（日程等はご相談ください。）
ピアサポーターの派遣	家族、当事者、医療福祉関係者、一般県民等※勉強会や研修等にもご活用ください。	高次脳機能障害者のご家族が経験等を伝えることで、心理的負担の軽減や障害の理解促進を図る。	随時（日程等はご相談ください。）

役立つ情報



リーフレット・参考資料

- [一般向け] 「高次脳機能障害の理解のために」
- [支援者向け] 「知って欲しい制度と社会資源」
「高次脳機能障害者支援マニュアル」
- [当事者・ご家族向け] 「高次脳機能障害を持つ方や
そのご家族の方へ」
「もしかしたら高次脳機能障害
…かもしれません」(お子さん向け)

リーフレット・参考資料▶
<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e65/h30koujinou11.html>



対応可能な医療機関

医療機関一覧▶
<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e05/welfare/shougaisha/fu-kushi/koujinou.html>



支援可能な施設

施設一覧▶
<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e65/koujinou-shisetsu.html>



栃木県障害者総合相談所 発達・高次脳機能障害支援課
 TEL 028-623-6114
 (受付時間：平日 8時30分～17時15分)

▶<https://www.pref.tochigi.lg.jp/e65/h30koujinou9.html>



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】

ぱぽら

〒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

【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/>

編集後記

たくさんの野菜の苗が店頭に売り出されてきました。それを見た息子は、苗を買って植えて育てて収穫して食べたいと言い、10種類もの苗や種を購入してきました。畑の雑草の根深さにうんざりしながら、一緒に草取りをして苗や種を植えました。できることは多くはありませんが、歩くことができないのに這ってでも座ってでもやるという意欲はすごいものです。草取りや水やりを「毎日やらないといけない」と意欲的な息子に促されながら、野菜栽培をしています。熱中症にならないように注意して、一緒

に収穫し新鮮な野菜で食卓が彩れるよう楽しんで育てていきたいです。(袖山)

会報作成担当

表紙・絵：石井一隆

本文編集：柳美由紀、迫健史、袖山寿美江

印刷・製本：(有) 芯和 Cocowa®