

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年度秋号(第48号)

とちぎ高次脳機能障害友の会 2026.10.15 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

錦秋の候、皆様いかがお過ごしでしょうか。

近年、全国各地で自然災害が多発しております。被災された皆様に心よりお見舞いを申し上げますと共に、一日も早く穏やかな日常を取り戻されることを切に願っております。

さて、先日開催いたしました 2026 年度高次脳機能障害講演会では、「高次脳機能障害の気づきと病識 家族や支援者の関わり方」をテーマに、足利赤十字病院神経精神科部長 船山道隆先生をお迎えし、貴重なお話をいただきました。

当事者が気づきを得るということは、とても高度なこと。それを踏まえ、当事者本人、ご家族、支援者の方々、それぞれの立場で障害特性について考え気づいて欲しい。そんな思いも込めて、難しい

テーマでのお話をお願いしました。私自身も当事者家族。見えにくい障害だからこそ、本人の生きづらさに寄り添い、回復の段階や生活の変化と共に変わる困り事に柔軟に対応し、その時その時に合った関わり方を選択していく。焦らずに進みたいと感じました。

当事者の声、家族の視点、支援者・専門職の知識や知恵、行政の力をどのように結び合わせれば、当事者が安心して暮らしていけるのか。立場を越えて皆様と共に考えていければ幸いです。

日増しに秋も深まります。どうぞご自愛のうえお過ごしください。

会長 徳元昌子



目次

	ページ
はじめに.....	1
活動報告.....	2 - 4
2026 年 10 月～2027 年 3 月までの活動予定.....	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

定例会 6月13日(土) 13:30~16:00 ぽぽら 参加者19名

今日初めてこられた方々も参加してインクルーシブダンスが始まった。「まずはリラックスしましょう」「雨が落ちてきました。タンタンタン雨のように指先でたたきましょう。次はスカーフを使って言葉を交わしましょう」「おはようございますをスカーフを使って表現しましょう」「隣の方とスカーフで会話しましょう」などなど、大村マジックにかかって皆それぞれの表現を楽しんだ。

次は机を並べ替えてパステル画。次回のイベント縁日で使う飾り（ガーランド）の作成に取り組んだ。屋台で売られる綿あめやチョコバナナ、スイカにイカ焼など好みのイラストを見ながら描く。初めての方には指やティッシュでぼかして色を伸ばしていくパステル画の特徴を説明。隣の人の絵を見て、「上手だね」「美味しそう」などの会話も盛り上がった。1枚に幾つも描く人もいた。互いに褒め合って、楽しい時間が過ぎていった。大勢で沢山描いたものだから賑やかな縁日になりそうだ。(迫)



インクルーシブダンスの様子



出来上がったガーランド

定例会 7月11日(土) 13:30~16:00 ぽぽら 参加者20名

今回は縁日。会場はお祭りの雰囲気いっぱいのポスターと皆で描いたガーランドで飾られた。露天の出し物の的当て、輪投げ、射的、千本釣り、お菓子釣りはどれも手作り感であふれ、屋台の食べ物の絵が貼られたりして可愛い。やり方の説明を受けた後、さあ開始、いっせいにお店に並んだ。的当てと輪投げ、射的は得点を記録し、最後に合計点で豪華賞品が当たるというものだ。おのずと熱が入る。的当ての30点は難易度が高く、欲をかって0点だったり、輪投げは的まで直ぐ近くだがなかなか入らない。射的では全て倒した猛者が出たり、あちこちで歓声が上がった。



的当ての様子



射的の様子

ゲームを楽しんだ後は、つり上げたお菓子などを食べて、ゆっくりと雑談。そして最後に成績発表。成績上位者は Cocowa さんから頂いたプレゼントを見事ゲット。手作りの縁日だが、気兼ねない仲間と共にとっても楽しく過ごせた。(迫)

定例会 9月12日(土) 13:30~16:00 ぽぽら 参加者13名

前回の定例会から2ヵ月が空いたせいか、挨拶が「お久しぶりです」となっていた。それだけ友の会が近い存在になって来たのかも知れないとちょっと感じた瞬間だった。

さて今日はちぎり絵づくり。みんなで大きな模造紙に色紙やフェルト生地をつかって絵を作りあげる作業をした。色紙とフェルト生地をまずは手で小さく千切っていく、その小さい破片を貼って木や雲を形作っていった。6~7人で一つの作品を作っていくので、話をしながら和気あいあいと言った感じで進んだ。今日初めての方もいたが、自己紹介していただくとその高次脳機能障害は私もあるあるといった声が出て、すぐに打ち解けて一緒に作業ができた。

ちぎり絵作りの後は、いつものように茶菓子とお茶で座談会。「私が子供のころには信号機が住んでいるところにはなかった」とか、「小学校まで3キロもの距離を歩いて通った」といった昔話から、片麻痺でごみ袋を締めるにも大変だという身近な生活の話や、家を出たっきり戻ってこないし連絡もつかなかった話など、苦労話や経験談などで盛り上がった。(迫)

高次脳機能障害講演会 9月26日(土) 14:00~16:00 ぽぽら 参加者78名

足利赤十字病院神経精神科部長の船山道隆先生を講師にお迎えし、高次脳機能障害における「気づき」と「病識」をテーマに講演をしていただきました。まずはどのような場面で「気づき」があったかという質問から始まり、聴衆が参加する形の講演会となりました。そして動画を撮って第三者の視点からみることで(気づきを)受け入れやすい、エラーレス学習とエラーフル学習といった失敗させない学習と失敗させて気づかせる学習、また日本と欧米での違いなどをお話しくいただきました。

後半は意見交換会を行いました。車の運転について本人は大丈夫と言っているがどうしたらよいか、支援者側は「気づき」を多くしたいが、当事者は自尊心が傷つくので失敗を見られたくないというジレンマがある、など多くの質問が上がりました。(迫)



船山道隆先生



講演会の様子

家族の集い 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
7月22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 6月18日(木) 11:00~ ぽぽら 出席者6名
7月16日(木) 11:00~ ぽぽら 出席者3名
9月17日(木) 11:00~ ぽぽら 出席者6名

○ 電話相談	6月——1件	7月——6件	8月——3件
○ メール相談	6月——0件	7月——0件	8月——0件
○ 面談	6月——1件		

その他の活動報告

下野新聞社取材 7月9日(水) ぽぽら 参加者1名
8月4日(水) ぽぽら 参加者1名
8月12日(水) ぽぽら 参加者1名

2026年10月~2027年3月までの活動予定

10月 10日(土)	定例会	ぽぽら パステル画	13:30~16:00
11月 14日(土)	定例会	ぽぽら Cocowaさんパソコン教室	13:30~16:00
		※県庁地下駐車場使えません	
11月 18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
		25日→18日に変更しました	
12月 12日(土)	クリスマス会	ホテル東日本フォンターナ	※別途詳細をお知らせします
1月 16日(土)	定例会	ぽぽら お菓子作り	13:30~16:00
1月 28日(木)	家族の集い	宇都宮市中央市民活動センター	13:00~15:00
2月 6日(土)	定例会	ぽぽら ミニ運動会	13:30~16:00
		13日→6日に変更になります	
3月 13日(土)	定例会	ぽぽら ミニクラフト&振り返り	13:30~16:00

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。



高次脳機能障害者支援センターを開設しました



令和8年4月1日の高次脳機能障害者支援法の施行に伴い、栃木県障害者総合相談所は、9月28日から、「高次脳機能障害者支援センター」となりました。

高次脳機能障害者支援センターでは、これまでの支援拠点機関としての取組を引継ぎながら、①相談支援及び情報提供等、②専門的支援（拠点医療機関と連携して実施）、③研修の実施、④普及・啓発等の業務を行います。

当センターを中心として、医療、保健、福祉、教育、労働などの関係機関がそれぞれの専門性を生かして連携し、高次脳機能障害のある方やそのご家族が地域で安心して暮らすことができるよう支援の充実に取り組んでいきます。

高次脳機能障害ピアサポーター事業について

高次脳機能障害のある方のご家族の心理的負担軽減や社会的孤立の防止などを目的とし、令和6年度からピアサポーターの養成・派遣を実施しています。とちぎ高次脳機能障害友の会の皆様にもご協力いただき、この2年間で7名の方が「栃木県高次脳機能障害ピアサポーター」として登録され、活動いただいています。

高次脳機能障害ピアサポーターってなに？

- 高次脳機能障害のある方のご家族としての経験を活かし、同じような悩みや不安を抱えるご家族に寄り添いながら話を聴いて必要な情報を提供したり、障害についての理解を広げる活動を行う方々です。
- 県が開催する養成講座（全3回）を受講した方に、ピアサポーターとして活動いただいています。
- 令和8年度のピアサポーター養成講座は、以下の通り開催しています。
第1回9/1（火）（終了しました）、第2回10/23（金）、第3回11/27（金）

高次脳機能障害ピアサポーター派遣を実施して（感想の一部を抜粋）

【病院等での家族向けの教室やサロン】

領いて話を聞いてくださる方がいるだけで、またその人が同様の境遇にいるということまで話がしやすくなるということが良く分かった。

【医療や障害福祉、介護福祉分野等の支援者向け勉強会】

理解していたつもりでも、知らないことも多々あり、大変勉強になりました。障害にはそれぞれ個人差が大きく、一人の症状も変化が大きいのでご本人やご家族は大変ご苦労されていることも理解できました。

【地域の支援者や住民を対象とした勉強会等】

話しにくいことや話を聞いて辛いこともあると思いますが、高次脳機能障害について理解してもらいたいとの気持ちが、強く伝わってきました。

もし私の子どもも高次脳機能障害を抱えていたら心が折れちゃいそうだった。症状について知ることは簡単かもしれないけど症状について理解することは難しいことだと思った。

当所の事業と組み合わせてピアサポーターを派遣することで、ご家族の視点から学ぶことができ、理解がより深まるとご好評をいただいています！



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

五十肩になってしまいました。肩を上げたり、腕を後ろに回したりすると激痛が走り、夜も痛みで目が覚めてしまうこともしばしば……。

少しくつめの洋服を脱ぐときも、肩が痛くて一人では脱げず、夫を呼んで服を引っ張ってもら始末です。昔、父が母に服を脱がせてもらっているのを見て、「自分でやればいいのに」なんて思っていました。でも、今となっては、あのときの父の気持ちが痛いほどよくわかります。

また、大きくてゆったりした服を選ぶ高齢者の気持ちも、少しわかるようになりました。

何事も、当事者になってみなければ本当の気持ちはわからないものですね。

五十代になって、そんなことを身をもって実感しています。(柳)

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®

緑



日