筑波のかえる

高次脳機能障害友の会・いばらき

2019年 ～～ 冬 号 ～～ 第45号

高次脳機能障害友の会・いばらき

〒305－0817

茨城県つくば市研究学園４－１３－８　滝沢方

TEL　　０８０－５９０１－９９７９

H.P　　http://nosonshoibaraki.sunnyday.jp/

≪４５号内容一覧≫

はじめに（小野瀬副会長）　・・・・・・・・・・・・・・・・・１
役員会から　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・２
研修会報告　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・３
令和元年度要望書提出　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・７
家族会事業日帰りバス旅行　・・・・・・・・・・・・・・・・８
県南の広場（コラージュ・ボウリング）　・・・・・・１０
県北の広場　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１２
神栖の広場　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１４
がんばってる人（黒瀬　良子さん）・・・・・・・・・・１５
ご家族の声（佐々木　彩さん）・・・・・・・・・・・・・１６
協力病院モデル事業（院内ライブ）　・・・・・・・・１７
おしらせ・編集後記　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１８

表紙のコラージュ作品は、県南集会に参加された当事者の皆さんの作品です。（浅野こず恵さん、倉持美帆さん、黒瀬良子さん、滝沢勇太さん、丹羽まどかさん）

バス旅行（清水公園にて）

はじめに

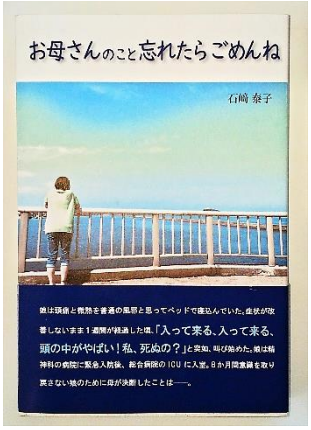
「高次脳機能障害家族会・いばらきとの関わり」

今年ももう年末を迎えようとしています。年号は「平成」から「令和」に変わりやっと書き慣れてきました。家族会の名称も「脳損傷友の会・いばらき」から「高次脳機能障害友の会・いばらき」に変わりこちらも馴染んできました。

家族会の活動も年々活発になって、私自身、仕事と両立しながらの活動は中々大変で、どちらも不完全になりうる危機を感じながら参加してきました。

しかしながら、会の活動の出会いや気付きは、仕事では得る事が出来ないような貴重な経験を私に与えてくれています。それはお金では買えないご褒美のような物なのです。

特に今年は、会員の石﨑泰子さんの「お母さんのこと忘れたらごめんね」出版が感動を与えてくれました。親が子を思う気持ちは時には重すぎたり、足りなかったりして、素直な気持ちを伝える事が出来ません。ところがこの本を読んだだけで、親の子どもに対する気持ち全てが伝わってくるのです。



それとこの本でもう一つ気付かされたのは、当事者である美香さんの痛切な声です。「世の中にこのような病があり、こんな障害を負ってしまう怖さを伝えたい」これからも彼女の勇気ある行動に励まされる人はたくさんいるでしょう。

また、毎月開催されている交流室での出会いは十人十色です。当事者の悲痛な思いであったり、家族のやりきれない気持ちであったり、高次脳機能障害者の家族になって１０年を経過して来た自分と重なる部分が多々あります。

そのような経験の中で正解はあるのかどうかわかりませんが、今現在、息子も私も元気で生活しているのは嬉しい事です。

成長途中で高次脳機能障害を負ってしまった場合、親が何とかして社会生活が出来るように手助けしようとすればする程、中々気持ちが噛み合わず苦労しました。今、やっと自立の道を歩き始めて感じるのは、障害者になっても自分の意志はしっかり持っていて、それをうまく伝えられなかったり、親が感じとる事ができなくて空回りしていたのかもしれません。

そして、多方面にわたって重要な役割を果たしてくれている支援センターの職員さんや各事業所の職員さんの力は、私達にとって心強い存在です。交流室での的確なアドバイス、各行事にボランティアで参加してくださる職員さん、普段当たり前のように対応して貰っていますが、忙しいスケジュールの中ご協力を頂き感謝しております。

副会長　小野瀬　須磨

役員会から

令和元年度　高次脳機能障害友の会・いばらき　事業予定

項目 月	会　　員	役　員　会	そ　の　他
12月	１日　県南集会 13日　家族会交流室 22日　県北集会 25日　神栖集会	18日　役員会	４日　支援センター研修会 15日　会報誌発行
１月	10日　家族会交流室 16日　県北家族の集い 22日　神栖集会		11日　専門職協会養成研修 23日　支援センター研修会 31日　支援センター施設連絡会
２月	８日　県北集会 14日　家族会交流室 22日　県南集会 26日　神栖集会	19日　役員会	１日　言語聴覚士会交流会
３月	13日　家族会交流室 19日　県北家族の集い 25日　神栖集会		15日　会報誌発行 未定　作業療法士会（調理会）

役　員　会　報　告

令和元年 10月16日　　議事（１）バス旅行についての最終確認
（２）要望書・部長訪問について
（３）家族会交流室の報告
（４）神栖集会の報告
その他

家　族　会　交　流　室　か　ら　の　報　告

令和元年 10月11日　　相談者５組　　会員９名
支援センター⇒小原センター長
令和元年 11月　８日　　相談者４組　　会員７名
支援センター⇒小原センター長、沢辺コーディネーター
令和元年 12月13日　　相談者２組　　会員１１名
支援センター⇒浅野コーディネーター
小倉コーディネーター

研修会報告

☆2019年 言語聴覚の日 in いばらき 市民公開講座 “失語症をご存知ですか？”

令和元年９月８日（日）茨城県立健康プラザ

「失語症ってどんな障害？」と聞かれると「聞いたことはあるけどよく分からない」という答えが返ってきてしまう、実は私もそうでした。家族会の会員にも「失語症」の方はいらっしゃいます。その方達ともっと楽しく話がしたい！という思いで、今回の講座を受けてきました。

第１部「失語症の人と話そう」

講師：宇野園子先生（NPO 法人和音　代表理事）

失語症は脳を損傷されることで起き、主な原因は脳卒中で約２割の方が発症するそうです。ではどんな症状なの？というと、損傷を受けた脳の場所や大きさで出方は異なるそうですが「聞く・話す・書く・読む」の、すべての言語様式に影響が及ぶそうです。それはまるで、「日本にいながら外国生活をしているようだ」とある失語症の人が自分の状況を語ったそうです。言葉以外の側面は保たれているのに、失語症のため意思を上手く伝えられない。そのことで、何もできない人のように誤解を受けてしまう事は、大変なストレスを感じることになるでしょう。

顔を見て目を見て話す、急がない、質問の仕方の工夫をする、言葉以外の手段を活用する、丁寧に確認するなど、失語症の人と話すコツが分かることで、コミュニケーションのバリアフリーに繋がります。失語症の人が参加しやすい社会の実現、それは「みんなが住みよい社会になるということ」と仰っていました。

茨城県では現在県南地域において、失語症者向け意思疎通支援者養成研修を開催しています。40 時間の講習と実習を行い、修了すると支援員としての登録が可能になります。そうすると、失語症のある人の意思疎通・社会参加を支援する支援者として活動が出来るようになります。

第２部「失語症との共存」

シンポジスト：吉田眞由美先生（フリーランス言語聴覚士）と葵の会の皆様

家族会でもお世話になっている吉田眞由美先生が座長となり、「葵の会」の当事者３名の方から色々なお話を聞かせてくださいました。「葵の会」は失語症の当事者と家族の会です。ご自分の障がいのこと、仕事の話などとても丁寧に、一生懸命伝えてくださいました。其々の方が苦労をしながらも、とても前向きで明るい雰囲気がとても印象的でした。会場にはたくさんの「葵の会」のお仲間が応援にいらしていて、とても和気あいあいとした雰囲気です。良い事も苦労をしたことも共有してきたお仲間達の、絆の強さを感じました。

☆北関東家族会交流会

令和元年９月 12 日（木）さいたま市保健福祉局福祉部　障害者更生相談センター

今回の交流会は、さいたま市障害者更生相談センター内にある「さいたま市高次脳機能障害支援センター」で行われました。さいたま市大宮区役所の建物内にあり、図書館などもある開放的でとても綺麗な施設です。交通事故被害者ネットワークの方々から、群馬・栃木・茨城の３県で高次脳機能障害の家族会会長が交流会を行っていることを紹介され、ご一緒に、ということで会場を提供して下さいました。

さいたま市高次脳機能障害支援センターの支援員３名と、群馬県出身の衆議院議員　堀越啓仁氏も参加され、改めてそれぞれの県の状況を報告し合いました。今回は時間が足りず、さいたま市での取り組みなどお聞きすることが出来ませんでしたが、12 月の交流会も同じ場所でということになりましたので、次回の広報誌でご報告できればと思います。

☆県西地区高次脳機能障害支援機関・施設連絡会

令和元年 10 月 31 日（木）　下妻市立図書館　集会室

現在茨城県高次脳機能障害支援センターでは、「筑波のかえる」44 号でご紹介した支援協力病院の指定を始めとする地域のネットワーク構築に向け、様々な事業を展開しています。その事業の一つとして、茨城県内を県北、県央、県西、鹿行、県南地区の５ブロックに分け、連絡会を開催しています。既に鹿行地区、県央地区での連絡会を終え、今回の県西地区での開催となり、家族会からも参加してきました。

連絡会は、高次脳機能障害を支援している機関や施設、行政の関係者等が集まり、今どんなことに取り組んでいるかを知り合い、交流する場にしたいということから始まったそうです。最初に高次脳機能障害支援センターの小原昌之センター長より高次脳機能障害についての説明がありその後は５グループ程に分かれて話し合いました。家族会もグループに入り、家族の立場として経験してきたことなどをお伝えしました。話し合いのなかで、家族と繋がっていない高次脳機能障害者が最近増えているということが話題になり、グループホームの事業所などでは対応に困っていたそうです。家族にその人の情報を聞くことが出来ないということは、その人を理解し、思いを推し量ることが難しいということで、家族会からの話は参考になったと仰ってくださいました。そして介護者亡き後の事を考えると、家族は今からでも周りの支援者に当事者の色々な情報を伝えておくことが、後のケアに繋がると思いました。

会場では名刺交換が盛んに行われ、色々な事業所と繋がりたかったという方もいました。地域がネットワークで繋がり、経験値を積み重ねることで高次脳機能障害支援が更に進むことを願いたいです。

☆茨城県高次脳機能障害者支援基礎講座

令和元年 11 月 18 日（月）～19 日（火）茨城県精神保健福祉センター

～あなたも高次脳機能障害支援サポーターになろう～という呼びかけで、茨城県では初めての試み「茨城県高次脳機能障害者支援基礎講座」が開催されました。高次脳機能障害の支援に必要な基礎知識や技術の習得を目的に、高次脳機能障害支援センターのコーディネーターや嘱託リハビリテーション専門医、そして当事者、家族等が講師となり、講義、演習等幅広い内容の講座が２日間にわたり実施されました。朝９時半から夕方４時までを続けて２日間、なかなかハードなスケジュールと思いましたが、定員７０名を超す応募者があったそうです。プログラム“茨城県高次脳機能障害支援センターの活動を知る”の中で、小原昌之センター長から「この基礎講座は、支援センターが長年やりたいと思っていた事業」というお話がありました。支援拠点が専任業務になってようやく実現したそうです。どのプログラムの講師（支援センターのコーディネーターや嘱託リハ医）も茨城県に高次脳機能障害支援を広げたいという思いが伝わってくるような講義で、終わってみればあっという間と感じられた２日間でした。

最終日のプログラム“当事者の体験に学ぶ”では当会会員の小川伸一さんと、現在機能回復訓練事業所に入所されている当事者の方が、そして“家族支援について知る”では滝沢が体験等を発表しました。やはり、当事者からのお話は心に打つものがあり、体験談から学ぶことは多いと実感しました。お二人とも自分の障がいに向き合い必死な思いで生きて来られ、今は誰かの役に立ちたいと仰います。

「障がい者になっても心通わせたい。見えるだけの表現がすべてではなく、心を見てほしい。とても大切なものは目には見えないから。」当事者の方の言葉です。

今回この基礎講座に参加された方達には、茨城県知事から修了証書が授与されました。そして希望者には支援サポーターとしての認定書が授与されメーリングリストで繋がります。今後も回を重ね、支援サポーターが茨城県に増えることで支援の輪が大きく拡がっていって欲しいです。

《《 令和元年度　第１回茨城県リハビリ講習会 》》

令和元年９月１６日（月・祝）県立医療大

まず、藤田医科大学　鈴木孝治先生による講話がありました。
鈴木先生は当会の立ち上げのころから医療大におられ、大変懐かしく思われた方も多かったと思います。

内容は「高次脳機能障害のリハビリテーション～記憶障害を中心に～」というテーマでした。記憶障害に関する予備知識、特徴、評価の仕方、また記憶障害に対する作業療法の実際についての講義でした。まさに“講義”で、少々難しかったですが、良い勉強になりました。

次に、社会医療法人春回会　長崎北病院　総合リハビリテーション部士長　山田麻和先生による「急性期から回復期における高次脳機能障害に対する関わりの紹介～評価をもとに１人１人に合わせた機能改善と環境調整を考える～」と題した講話がありました。

先生は、受傷急性期の例、くも膜下出血の回復期の例、回復期のびまん性軸索損傷の例、回復期の心原性脳塞栓症の方たちの例をあげて、日常生活や車の運転再開などについて機能改善に取り組んでいる実態について説明されました。

《《 令和元年度　第２回茨城県リハビリ講習会 》》

令和元年 11 月 24 日（日）茨城県立健康プラザ

第１部として　茨城県高次脳機能障害支援センター　センター長の小原昌之先生より、高次脳機能障害支援拠点としての支援体制や業務内容、また支援事業の課題と現状について講話がありました。その後、６事業所の代表の方々から、それぞれの施設に関する説明がありました。

- 茨城障害者職業センター（河合智美様）
- かしま障害者就業・生活支援センターまつぼっくり（荒井俊光様）
- 機能訓練センターフリューゲル（寺門　貴様）
- ケアステーションポプラ（谷畑真理子様）
- 高次脳機能障害支援施設自立訓練（生活訓練）リライブ（佐久間浩子様）
- 就労移行支援・就労継続支援Ｂ型　フロイデ工房しろさと（西村仁美様）

第２部として、上記の各施設の代表の方によるパネルディスカッションがありました。それぞれ抱えている問題や、取り組みの実態についてお互いに意見を交換しました。また会場からも質問も出、小原センター長によるアドバイスもあって、大変有意義な時間となりました。

《《 大人とこどもの高次脳機能障害を考える会・事例検討会 》》

◇事例１

１０月２１日午後７時より筑波大学付属病院会議室にて、夫を介護する妻からの要望で開催されました。夫は低酸素状況から回復したものの、毎日一人で介護する妻は相談できる先も見つからずに、公的支援にもつながらず一人で苦しんでいました。参加者の皆様方からの具体的な助言から、生活訓練施設の体験をしてみること、相談支援員とつながること、など具体的な様々な方策について考え合いました。

◇事例２

１１月２８日午後７時より上記同会場にて、当事者の娘と二人暮らしの母からの要望で開催されました。母自身の高齢化が進む中で、娘の介護や将来の展望についてどう考えて良いのか詰まってしまい困っているとのことでした。参加者からは、当事者本人のできることを日常生活から養っていくことや、将来を見据えて生活能力の向上のために福祉サービスの利用頻度をあげていく、関わる担当者の共通理解を図る、本人の症状を的確に把握する必要性などについて意見が出されました。

ご参加くださいました方々、当事者の支援のために駆けつけてくださった方、会場準備など、皆様のご協力に感謝いたします。

《《　茨城県高次脳機能障害者支援基礎講座　》》

令和元年 12 月４日（水）茨城県立健康プラザ

“医療機関の作成する診断書が、高次脳機能障害者の人生を変える！？”今回の研修会のサブタイトルです。自分達が暮らしている地域において、診断書作成を頼める病院の必要性を当会は長年要望書で訴えてきました。今回の研修会は、支援協力病院が指定されたことでそのことが叶う、第一歩になるかもしれません。

第１部：高次脳機能障害の診断で受けられるサービスについて

講師　高次脳機能障害支援センターコーディネーター　山中俊宏氏

第２部：「精神科領域における高次脳機能障害」～精神保健福祉手帳 診断書作成のポイント～

講師　医療法人碧水会　汐ヶ崎病院　院長　高沢　彰　氏

第３部：「当院における高次脳機能障害者への支援体制について」

講師　医療法人博仁会　志村大宮病院　山中菜都紀　氏

今回は精神障害者福祉手帳診断書にスポットを当てた研修会です。手帳を取得することで受けられる様々な障害福祉サービスの説明、そして実際に障害福祉サービスを行っている医療法人博仁会　志村大宮病院の事業展開を、山中菜都紀相談支援コーディネーターから伺いました。

そして、その手帳を取得するための診断書作成で必要なポイントを汐ヶ崎病院院長高沢彰先生が講演されました。高沢先生は長年、県の精神障害者の認定審査に関わって来られたとのことで、専門職に向けての講義ではありましたが家族が聞いていても、とても参考になりました。

平日の研修会ということで参加者は殆ど病院関係者でしたが、医師にも聞いて頂きたい大変貴重な講演でした。

令和元年度 要望書提出

１１月１４日午後１時より県庁会議室にて行われました。滝沢会長から関清一保健福祉部福祉担当部長へ知事宛の要望書を手渡して参りました。部長はじめ職員８名の皆様とご支援下さる飯田智男県会議員、そして当会からは当事者、賛助会員を含め８名の参加でした。

滝沢会長が毎日新聞掲載記事を示し、当会会員茨城県在住のＩさんと埼玉県在住のＹさんのお二人について、退院後受けた地域でのリハビリの違いから就労への困難さに明らかな違いが出てきていることをお伝えし、発症直後から社会参加までの支援体制の整備を求めました。その基本として実態調査の実施を再度要望しました。

県職員の皆様は、当事者があふれるような思いを体験とともに語る話を、熱心に聞いてくださいました。予定時間を大幅に超えてご対応くださいまして感謝申し上げます。

昨年の高次脳機能障害支援センター開設以来、コーディネーターの皆様方のご尽力により、機能訓練施設や支援協力病院の拡大が実現してきました。今後はいよいよそれぞれの点をつなげて支援体制の均一化を図り、身近な各地域での一貫した支援が構築されていくことを願っております。

当会の運営する家族会交流室には、会員に加え一般市民の方々が次々と訪れています。交通事故による患者数は減少傾向ですが、脳血管障害による高次脳機能障害発症者はますます増加の一途です。まだまだ支援の手に救われない方々が沢山いらっしゃることを念頭に、今後の施策を組み立てていただけますよう切に望みます。

（丹羽）

茨城県HPより

http://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/shofuku/kikaku/nousonnshou_tomonokai_youbou2018.html

茨城新聞 2019.11.15

2019.11.15 茨城

社会復帰まで一貫支援

高次脳機能障害 家族会、県に要望書

高次脳機能障害の家族会「高次脳機能障害友の会・いばらき」は14日、本人の社会復帰までの一貫した支援体制を求め、県に要望書を提出した。当事者の人数や生活状況を把握する実態調査などを盛り込んだ。

高次脳機能障害は、病気や交通事故などで脳が傷ついて起こる記憶障害や感情のコントロール低下など後遺症の総称。個人によって症状の種類や程度は異なり、まひなど体に後遺症がないケースは外見から分かりづらい。

家族会では当事者や家族を支える体制づくりを求めて毎年、県に要望活動を続けている。

要望書では「若年性脳血管疾患や交通事故の場合、働き盛りの若年層の発症が多いにもかかわらず、就労や復職などに向けた支援サービスを提供できる仕組みが示されていない」と指摘。発症直後から社会参加までの支援体制を求めた。

また、今回の要望書には新たに県独自の実態調査を追加。当事者の推計人数や障害、生活の状況把握を実施するよう要求した。

家族会の会員ら9人が県庁を訪れ、滝沢静江会長が知事宛ての要望書を手渡した。滝沢会長は「当事者が潜在化している地域もあり、県内の状況を調べてほしい。日常生活に戻るためのリハビリ施設も茨城県は少ない」と述べた。

（斉藤明成）

バス旅行

穏やかな秋の 10 月 20 日（日）、毎年恒例の「バス旅行」が行われました。今回の行先は「県自然博物館」と「清水公園」の 2 か所です。昨年同様、茨城県作業療法士会（土浦医療圏）の皆さんに企画から運営まですっかりお世話になり、とても楽しい時間を過ごすことが出来ました。最初から最後まで、リーダーとして走り回ってくださった飯塚さんと、会員 2 名の方から感想をお寄せいただきましたので、ご紹介します。

★外出支援に参加して

茨城県作業療法士会 土浦医療圏コーディネーター
介護老人保健施設　シルバーケア土浦　飯塚 卓暢

10 月 20 日（日）に外出支援に参加させて頂きました。私自身は 4 度目の参加、2年ぶりのリーダーとしてでした。この外出イベントも 10 回目を迎え、友の会の皆様や作業療法士の中でも根付いてきているのではないでしょうか。

今回はミュージアムパーク茨城県自然科学博物館と清水公園に行きました。台風や雨が続いていましたが、当日は秋晴れとなり穏やかな雰囲気で皆さん参加されていたように見えました。特に清水公園でのバーベキューは中々慣れないこともあってお互いに助け合って活動に取り組まれていました。その中で何よりも楽しそうにお話されている方が多かったです。ご家族も楽しそうにバーベキューを行い、手際がスムーズで、やっぱり人生の先輩方だなと感じました。

支援者はこの外出支援で①移動時の付き添い・補助　②トイレや食事の補助　③作業における心身機能の補助　④複数の人々との交流　⑤ご家族への休息の提供、これらを目的として達成できるよう支援しています。また私は、会の皆様の元気な姿や変化を見れることも実は目的の一つで、今回も嬉しく感じています。

今後もこの外出支援を続けさせて頂ければと思っております。今後もよろしくお願い致します。参加された方々もありがとうございました。参加してみたいという方もいらっしゃいましたら、是非お待ちしております。

★バス旅行に参加してみて

阿部　陽子

今回、初めてバス旅行に参加して最初に案内を読んだ時、当事者や家族との親睦会と思っていたら作業療法士の方がそれぞれ付き添って行動をしてもらえると知り、少し驚いてしまいました。

当日、息子に付き添ってくれた方は、とても穏やかな話し方で息子に対する注意点とかもとても丁寧に聞いてくれました。

普段、息子と 2 人きりの時間が多く、常に時間に追われ、気持ちに余裕のない私は息子との会話も時には強い口調で話してしまう事が多く、こんな話し方が普段からできたならいいのにな・・・と反省をしてしまいました。

他の支援員の方々もそれぞれ担当の支援する方たちへの話題の振り方、歩く速さなど細かく合わせていてくれてとても安心してまかせていました。

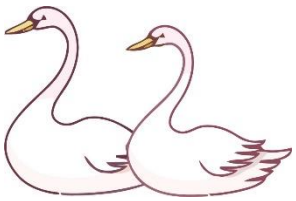
当の息子も最初は後ろの席にいる私たちを気にしてばかりいましたが、清水公園のバーベキューの時には親を余り気にしないようになっていて、少しお肉を焼くのを手伝ったりしていて同じテーブルの方達と楽しそうにしていました。
今でも「ママ、バーベキュー楽しかったね」と話してくれます。
屋外でのバーベキューということもあり、久しぶりに開放的な楽しい時間を過ごすことができました。
これから、息子は様々な方たちの支援の手が必要になります。
そのためにはまず、沢山の方達と接する機会をつくっていかなければなりません。今回のバス旅行はその良いきっかけになったように感じます。
今後も都合がつく限り参加したいと思います。
楽しい企画をありがとうございました。

★楽しかったミュージアムパーク

池田　順一

ミュージアムパークには行ってみたいと思っていたので、案内が届いたときには、すぐ参加を申し込んだのであった。当日の 10 月 20 日は、曇りで、雨も降らず、日が照って暑すぎることもなく、ちょうどよい天気であった。
集合場所には、少し早めに到着し、サポートの高屋さんがやってきて、今日のサポートをしてくれることになった。バスは、側面に車イス用のリフトがついていてちょっとびっくりだった。
バスは、みどりの、水海道を経て、一路、ミュージアムパークへ。バスをできるだけ近づけて裏口から入館した。
私は、岩石が好きなので、最初のところで、時間をとってしまった。
企画展は、「宮沢賢治」であった。宮沢賢治の作品は、科学的な雰囲気なので、子供のころから好きで、よく読んだし、岩手県に住んでいたこともあるので、期待して展示室に入った。作品と岩石･植物･動物･星といった自然と野関係が取り上げられていた。ただ、私としては、緯度観測所や耐冷性イネといった研究活動との関係も取り上げてほしかった。岩手山の写真もあって、久しぶりに見る岩手山はやはり雄大だった。展示をじっくり見たので、とても全体は見て回れなかった。それでも、いろいろととても興味深く、期待を裏切らなかった。博物館とかは、夢中になって、時間に遅れそうになることはままあるのだが、今回は、高屋さんのおかげで遅れないですんだ。
次に、昼食のバーベキューのため、清水公園へ向かった。
バーベキューの炭の着火は、大変だと思っていたのに、火のうえに炭を積み上げておくだけで簡単についたので驚いた。ただ、私のテーブルでは、炭をケチったので、火力が弱く、肉を焼くのに時間がかかってしまった。炭の着火や食材の焼くことを結構一人で独占してやってしまったが、手伝いたそうな人がいたので、もっと任せれば、その人はもっと楽しめたかもといったことに思い至らなかった。ちょっと反省である。
さらにいろんな人たちと、いろいろと会話も楽しめた。とても楽しい一日でした。企画してくださった支援者の皆様に感謝です。ありがとうございました。
また、楽しい企画を心待ちにしています。

県南の広場



第２回県南集会　「コラージュ教室」

平成元年９月１５日　第３回県南集会として、コラージュ教室が開かれました。コラージュ教室は、今年度２回目、笹島先生のご指導の元今回もまた、和気あいあいと楽しいひとときを過ごしました。参加者は、当事者５名、家族６名、支援者には前回に引き続きＳＴの加藤裕子先生が入って下さいました。今回はまた、新たな見学者の参加もあり、たくさんの作品ができました。出来上がった作品は、過日行われた茨城県リハビリ講習会の受付横に掲示し、参加した方たちに大変好評をいただきました。

今回、笹島先生から感想とコラージュについてのお話をいただきました。

なないろこころのケアセンター　臨床心理士　笹島　京美

すっかりライフワークになってきたコラージュ療法も、今年で ４ 年目を迎えました。皆さんの作品も一つひとつに個性があり、個々の心の内面そのものです。コラージュ療法とは芸術療法と呼ばれる心理療法の一つです。ここではマガジンピクチャーコラージュといい、数冊の雑誌のなかから気になるものをはさみなどで切って貼ります。普段のセラピーでは一対一で行うことも多いのですが、友の会では当事者の方だけではなくご家族も同じように机を並べて行います。楽しく会話をしながらゆったりとした雰囲気で始められ、いつの間にか没頭すると静寂とした空気が流れます。それがとても居心地よく、雑談をしても良いし無言で作品に取り組んでも良い。どんなふうにそこに居ても良いという場所を全員で作っているような感覚です。気心知れた皆さんの関係性にも助けられ「それいいね」「とてもきれいな作品！」なんて声も聞こえてきます。作品が終わるとお一人ずつその作品についていくつか質問をしながら話してもらいますが、作品はその人自身です。自分の作品を皆さんの前で伝え、聴いてもらうことにより、より作品に深みが出ていきます。

作品を認めていくということはその人の心を認め受け入れていくことであり、自分の作品として大切なものになります。コラージュは切って貼っていくという過程を経ていくこと自体が治療的効果を持ち、家族や友の会の仲間に作品を通した自分自身を聴いてもらい受け入れてもらうことにより、心のなかにしまうことができます。作品を通して「お母さん、がんばってるよ」なんて声が当事者さんから聴こえることもあります。ふと気づくと参加者全員の作品に統一したテーマが隠れているようなこともあります。なんとなく作り始めたコラージュが、実はいまの心のなかでとても大切な部分を示していたり、気づかない面をみつけられたりすることもあります。

日々の生活のなかで。またこれまでのたくさんの凸凹があった道のりの過程を、それぞれの心にしまっているものを、そっと取り出して眺める。その余韻を仲間と感じながら治めていく。いつも助けてくれるお母さんに助け船を出す当事者さんたちのやさしさ。決して批判することもなく、一つ一つの作品を「すごい！」「素晴らしい！」と一緒に振り返れる時間を含めてセラピーです。この時間が皆さんの心にそっと浸透していくものであってほしいとこれからも思っております。

第４回　県南集会　ボウリングを楽しむ会

令和元年１２月１日（日）竜ヶ崎市のハローズガーデンにて「ボウリングを楽しむ会」を行いました。当事者９名、家族９名、支援者３名　計２１名とたくさんの参加者で、前半はボウリング、後半はケーキとお茶をいただきながら、ちょっと早いクリスマス会を楽しみました。

「ボウリングを楽しむ会に参加して」

高次脳機能障害支援センター　浅野　ゆかり

今回，私は初めて県南集会に参加させて頂きました。皆様とお会いするのは久しぶりだったので，少し緊張してお伺いしました。

ボウリング場は物音が大きく，通路も狭く，慣れない場所という環境であるため，参加される方によっては不快に感じてしまうのではないかと心配していたのですが，実際には混乱することもなく，和気あいあいと過ごされていて安心しました。

当事者の皆様がイベントに積極的に参加されていて，前日にリハビリスタッフから指導を受けてきたという方もおられました。

とても嬉しかったことは，初めて参加した私を皆様が受け入れて下さったということです。そして自己紹介をする時に「忘れやすいので」「耳が聞こえないので」など，自分の障害を人に伝える力を持っておられることに感銘しました。また些細な会話の中で，支えてくれる親が「優しい」「大切にしてくれる」「可愛がってくれる」と話されていたことが印象的でした。

こんなに温かい気持ちにさせて頂けるこの会が，これからもずっと続くよう影ながら応援しています。ありがとうございました。

家族　佐藤　多恵子

去る１２月１日「ボウリングを楽しむ会」がハローズガーデンにて開催されました。昨年の暮れから、介護者の私がリハビリに通う日々の我が家なので、ボウリングは無理では？と思いましたが、皆様とお会いして楽しくおしゃべりしたい！と思い切って参加させていただきました。当日会場につくと懐かしい顔ぶれの皆様がすでに集合されていて挨拶のあとゲーム開始となりました。私も久しぶりのボウリングで、覚束ない足取りでしたが、何とかボールがピンに当たり数本倒れた時には大げさなようですが「ヤッター！」と嬉しくなりました。どんな些細なことでも出来ることが増えることは自信につながり、良いことですね。他の皆さんも、ストライクを出してハイタッチしたり、今回は実力を発揮できなかったりと様々でしたが、皆笑顔で楽しそうでした。

ゲームの後のお茶会では、当事者と支援の方から今年良かったこと、嬉しかったことを一言ずつ発表してもらいました。中でもKさんはご自身が作った詩が歌になるということで、一同早くその歌が聞ける日を楽しみに待つことに致しました。息子も「皆に会えたし、ボウリングで１００点以上取れたり、すごく楽しかった」と申しておりました。最後に、参加して下さった支援者の皆様と役員の皆様に感謝申し上げます。

県北の広場

令和元年度　第４回県北集会　　令和元年 10 月6日（日）

場　所　：　水戸市福祉ボランティア会館　　大研修室
内　容　：　体操・運動・レクを中心とした「令和最初の！大運動会」
参加者　：　15 名（当事者２名、家族４名、支援者５名、学生４名）

10 月の県北集会は「スポーツの秋」にちなんで、みんなで運動を楽しみました。

ストレッチ＆バランス運動

ゲーム１：ビニール袋風船バレー

ゲーム２：玉入れ

感想から
- やったことのあることでも、質感、重さ、距離感が違うと、体の使い方や力の加減が難しいですが、うまくいった時の達成感や楽しさが倍増すると感じました。
- 白熱したゲームで、盛り上がりました！

参加者みんなが楽しめる配慮と工夫

●口頭説明だけでなく、活字化したものを提示
●２つのゲームではわかりやすい共通のルール（「立つと反則」）
●誰にとっても負担の少ない内容と時間配分

工夫することで、わかりやすく、安心して行えたと思います。
また、ゲームでは、お互いを感じながら力を合わせたり、応援したりと盛り上がり、心地よい疲れを感じることができました。

報告：小坏・弓家・山本

支援者紹介

県北集会を支えてくださった学生さんたちは力強い存在でした。
12 月県北集会で 1 年生に引継ぎ、来春から実習中心の学校生活になるとのことです。
ひとことメッセージをもらいました。

集会では学校では学べないようなことばかりを経験することができ、感謝しています。
集会で学んだこと、感じたことを今後も生かしていきたいと思います。
（小国紀乃）

座学では学ぶことのできない、人と人との繋がりというとても貴重な経験を誇りに思い、これからの勉学にも活かしていきたいと思います。
（佐藤豪人）

集会は当事者の方・ご家族の方の気持ちや生活を知り、どんな工夫や手助けができるかを考える貴重な機会になっています。
当事者の方・ご家族の方に寄り添える ST になりたいです。
（千野菜々子）

集会では当事者様だけでなく、ご家族様の気持ちや苦労したことなど、たくさんのことを学ばせていただきました。
学んだことをこれから先の学業に生かしていければと思います。
（吉田拓生）

（水戸メディカルカレッジ 言語聴覚療法学科 2 年生の学生さん）

～県北集会　家族の集い　から～

「県北家族の集い」は　家族が、日常の心配、悩みなどを話し合う集まりで、皆で話し、聞き、共感しながら乗り切っています。
県コーディネーター、看護師、ケアマネージャーなど、様々な支援の方々の参加があり、アドバイスもいただけます。

参加家族から・・・

- 同じ悩みを共有し、納得できることで安心できる。
- 精神的に落ち着け、励ましてもらえる。
- 情報を得ることも多く、生きる望みが出来た。
- 障害を持つ事により、社会から孤立することが多く、友の会、家族会の必要性を感じる。

家族の集いは、年６回行っています。（水戸市福祉ボランティア会館、10:00～12:00）
開催日は、会報をご覧下さい。家族の皆さん、ご一緒におしゃべりしませんか！

神栖の広場

最近は、支援センターや交流室までは遠くて・・と、ためらっているご家族の相談が、増えてきました。

私たちの集まりが、当事者ご家族の方のより広い情報先へと繋げていければと思っています。

新しくなった家族会のリーフレットなど、社協通路に掲示したりしながら、認知してもらえる場面を広げていきたいと思っています。

神栖集会からの報告

９月２５日（水）	支援センター：寺門コーディネーター 会員２名
１０月２３日（水）	支援センター：浅野コーディネーター 会員４名
１１月２７日（水）	支援センター：山中コーディネーター 会員５名

お悔み

会員の古澤英順さま(鹿嶋市)が、令和元年十月八日、五十八歳にてお亡くなりになりました。告別式での奥様のお手紙を掲載します。

「お世話になった皆様へ

心から感謝申し上げます」

夫がよく口にしていた言葉は「継続は力なり」です。何に対しても、ひたむきに取り組んでおりました。家族のことを思うあまり きつい物言いになってしまうこともありましたが、それも優しさゆえ。生真面目で正義感が強く本当に頼もしい大黒柱だったと改めて思います。

夫は重機オペレーターとして懸命に勤しむ傍ら、ジムでボクシングの指導をしておりました。汗を流しながら教える眼差しは真剣そのもので、今でも印象に残っています。そんな姿を私もずっと傍で見ていたいと願っていた矢先、夫は怪我により治療を余儀なくされました。テレビでボクシングの試合を見ている様子にこちらも悔しさが滲れてきたものです。しかし我慢強くリハビリを続け、別の病を患ってもなお治そうと前向きだった夫には、私も勇気づけられました。それだけに訪れた別れが惜しまれますが、どうかこれからはゆっくり休んでほしいと願っています。

「お疲れ様でした。また会いましょう」

生前お力添えくださいました皆様へ、心より感謝申し上げます。

頑張ってる人 ⑨

◎信頼するご主人と二人三脚

守谷市けやき台　黒瀬　良子さん

黒瀬さんは１９４５年１０月、階段から転落し頭部を強打し、急性硬膜下血腫・脳挫傷などを受傷しました。減圧開頭術（頭蓋骨をいったん取り外し、血種を除去した後頭部の腫れが収まるのを待って頭蓋骨を元に戻す手術）を受け、幸いにも一命をとりとめました。受傷後約４年で、おだやかな日常生活ができるところまで回復し、風邪などひかず体調はとても良好です。

☆週に４日介護施設（デイサービス）に通所、運動機能と言語のリハビリをしています。（月、火、水、土）又、月に一度は、失語症の集まりにも出ています。約２時間のプログラムを楽しんでいます。（第３日曜日）

☆通所施設以外のリハビリも結構やっています。疲れやすいので、頻繁に休憩を入れながらです。自宅ではベッドからの起立の繰り返しなどをほぼ毎日。（１回約２０分を朝夕各１回）下記の川平先生は、この運動を毎日１００回以上行う事を推奨されていますが、それはクリアしています。

☆週１回、川平法によるリハビリを受けています。１回のリハビリは約２時間。

ジムでの筋トレを週１回。そして、近くのショッピングモールでの歩行訓練。これは月に３回程度です。通所施設以外でのリハビリは、ご主人に促されてやるそうですが、疲れやすいにもかかわらず、結構頑張っています。

☆歌（昭和の懐メロ）は歌うのも聴くのも好きです。家にいるときはベッドでよく聴いています。急性期病院に入院してしばらくはちゃんとした言葉が出てこなかったのですが、懐メロを流していたとき**「歌はいいね。」**というのが最初のまともな言葉だったそうです。デイサービスでも歌を歌うときはとてもはりきっているそうです。

☆ときどきバリアフリーの温泉の一泊旅行を二人で楽しんでいます。今のところ「かんぽの宿大洗」だけですが、そのうち他の所もトライしたいとのことです。

ご主人の宰基さんより

「自宅で過ごすとき、ベッドから出られる様になるといいですね。（例えば、好きな歌番組を見るとか。）ずっと応援しています。」

ご家族の声

東京都高次脳機能障害リハビリテーション講習会に参加して

神栖市　佐々木　彩

８月 31 日に東京都高次脳機能障害リハビリテーション講習会に参加しました。普段、当事者である弟への対応を母親任せにしている私にとって、全てのプログラムが新鮮で興味深いものでした。

講演会に参加して一番強く心に残ったのは、「リハビリテーションの意義とは、機能より尊厳の回復を目指すこと」という言葉です。

弟は、私が実家を離れてから高次脳機能障害をもちました。そのため、弟と接する機会が少ないまま今に至ります。時々弟と出かけると、彼は障害をもつ以前と変わらない子どものように感じられ、つい弟を庇護すべき対象として過干渉なまでに心配し、口を出してきました。しかし、私が悩んだ時、彼はきちんと自分の経験を踏まえたアドバイスをくれます。その度に、弟は中学生の男の子ではなく、大人の男性なのだと反省します。

そんな彼の口癖は、「俺は馬鹿だから。」・・・聞くたびに悲しく辛い気持ちになります。学校や職場で嫌な思いをしてそう思うのかもしれない。自分のでこぼこに気付き、周りと比べてそう感じるのかもしれない。でもきっと、家族である私たちが、彼の出来ることより出来ないことに目を向け、厳しい言葉を掛け続けてきたせいでもあると私は感じています。

私が弟に求めることは何なのか。叱咤激励して出来ないことを無理やりさせて彼自身を消耗させることなのか。逆にこちらで勝手に彼は出来ないと決めつけて、彼の成長を邪魔していることはないのか。弟の大人の男性としての尊厳を傷付けてきたのではないか。そんなことを考えました。

私が弟に望むことは「俺は馬鹿だから」などと思わずに生きて欲しいということ。弟が私に良く掛けてくれる言葉が「楽しいのが一番だよ。」弟と生活する母は現実的な悩みが尽きないと思いますし、弟の通院等を母に代わって対応するようになれば私も同じように弟への心配が増えるとは思いますが、それでも常に弟と「楽しいのが一番だね。」と言い合える関係でありたいです。

現実的には、彼の得手不得手を認め、足りない部分をフォローするという健常者・障がい者に関わらない普通の対応しか思いつきませんが、今回の講習会参加は、家族の有り方について考えさせられる良い機会でした。

協力病院モデル事業

≪令和元年　高次脳機能障害支援協力病院での研修会に参加して≫

令和元年 11 月 22 日（金）　志村大宮病院

高次脳機能障害支援協力病院（モデル事業病院）の志村大宮病院で研修会に参加してきました。保健・医療・福祉・介護従事者、当事者や家族、志村大宮病院の回復期リハビリテーション病棟に入院中の患者さんなどが参加されました。

講師は友の会の会員でもある藤井桂一さんが「高次脳機能障害と共に」のテーマで講話とミニライブを行いました。リハビリから社会復帰までの３年７ケ月間の体験談の最後に、「いまは出来なくても 時間がかかっても 少しずつ、焦らないで、あきらめないで、前を向いていきましょう」とメッセージを伝えられました。

ミニライブでは障害で忘れてしまい、覚え直したオリジナル曲を披露してくれました。研修会や講演会に参加する都度に、障害の回復には当事者を取り巻く環境や、家族、仲間、医療従事者のみなさまの理解や支援がとても重要であると思いました。

《《 茨城新聞から 》》

ドクター大田の
リハビリ忍法帖
超高齢化社会の自助共助
第637回

2019.11.13 茨城

茨城県立健康プラザ管理者・医学博士
大田 仁史

病院中心のまちづくり

常陸大宮駅周辺に出掛けたときには気を付けて街を巡ってほしい。観光地のことを言っているのではない。志村大宮病院と常陸大宮駅を中心にしたまちづくりである。忍者は、一部を承知していたが、9月5日に開かれたヘルスサポート学会でこの取り組みが表彰され、全容を詳しく知った。「素晴らしい」の一語に尽きる。

活動プロジェクトの中心は職員で構成する「フロイデDAN」が担い、理念に次のことが掲げられている。①人と人のつながりを創出②すてきな生き方にチャレンジするきっかけづくり③気軽に立ち寄り相談できる場づくり④町と地域の人を大切に思い、地域の幸せを創る、である。

職員が進んで参加しているのもうれしいが、リハのプログラムに積極的に参加した人に施設内通貨があるのもアイデアだ。病院には回復期リハ病棟もあり、この町の近くの人は、このエリアに入れば心身のリハ、社会参加も可能で、タウン・リハの進んだ在り方だ。病院と住民の間にある壁も取り崩せる。どこでもまねできることではないが、リハを回復期リハ病棟で終わりと考えている人はそれがとんでもない誤解であることに気付くはずだ。自費リハビリが出てくるのは回復期リハ病棟に退院後への配慮が足りないためだと思った。

名古屋の南生協病院は病院の建屋の1階に商店だけでなく種々のサービスや住民活動が集約されていて注目されている。これはビルの縦展開で住宅密集地ならできる。常陸大宮周辺は過疎地での横展開である。

お知らせ

高次脳機能障害支援従事者研修会のご案内

日　時：　令和２年１月23日（木）13：30～16：30（受付開始　13：00）
場　所：　茨城県霞ケ浦環境科学センター１階　多目的ホール
（〒300-0023　茨城県土浦市沖宿町 1853）

内　容：　**第１部**：講演
「高次脳機能障害者の主体性の回復の流れ及び関わり方」
講師　院長　　和田　真一　氏
（ 森山リハビリテーションクリニック 有床診療所 在宅療養支援診療所 ）

第２部：事例検討会（グループワーク）

※ 受講申し込み：参加希望の方は令和２年１月１６日までご連絡ください。
連絡先：滝沢　　090-2647-3482

◇ご寄付をいただきました。

交通事故弁護士全国ネットワーク
代表弁護士　古田　兼裕　様
ありがとうございました。大切に使わせていただきます。

編集後記

今年の流行語大賞は「ワン・チーム」だそうです。あの“にわかファン”が急増し、日本中を熱気の渦に巻き込んだラグビーワールドカップを、又思い出しました。
私たちの家族会も、高次脳機能障害が認知されるようになって、徐々に会員の数が増えつつあります。そして、支援センターとの連携もスムーズになり、活動の幅も少しずつ広がってきました。個々の会員の皆さんの声を届けていただくことは、難しい事ですが、この「筑波のかえる」を通して、会が「ワン・チーム」となれるよう、内容の充実に努めたいと思っています。ご協力、よろしくお願いします。

※ 広報誌「筑波のかえる」は、「**茨城県福祉団体補助金**」により、発行しています。