

筑波のかえる



高次脳機能障害友の会・いばらき

2022年 ～～ 夏号 ～～ 第55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

TEL 080-5901-9979

E-mail kojinouibaraki@yahoo.co.jp

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



《 55号内容一覧 》

はじめに	1
令和4年度定期総会	2
県南の広場	3
県北の広場	4
神栖の広場・支援センター新任紹介	5
関係機関訪問	
守谷市社会福祉協議会	6
ポリテクセンター茨城	7
がんばってる人	8
言語聴覚士会より	9
役員会よりのお知らせ・編集後記	10

表紙の写真は、神栖市の御所脇充さんが5月19日から21日まで長崎のハウステンボスにお母様と旅行した時のものです。5月半ばに親類の方から思いがけないお誘いがあり、充さんの誕生日祝（5/21）も兼ねて、旅慣れた御夫婦の案内で楽しい3日間を過ごすことが出来たそうです。バラの花が丁度見頃で、写真好きの充さんはたくさん写真を撮ってきました。

中央の写真は、ウエルカムゲートで旅のメンバー5人で撮ったものです。その他、「ゴンドラ」「ティベアキングダム」「フラワーロード」などの写真を撮りました。



はじめに

やっと新型コロナウイルスも収束に向かいつつありますね。会員の皆さんと顔合わせする機会も増えます。実は黙っていたのですが私、第3回ワクチン接種を1週間後にというときに、咳が出始めた。通常でも咳はたびたび出ていたので気にしなかったが体がだるくなってきた。次の日に37.5度を超えた。その翌日には平熱に戻った。もしかしてと思いかかりつけの病院に妻ともども行って検査を受けたら、2人とも感染してますと言われた。



私は基礎疾患を持っているので、常に、外出、人込みは避け、手洗い、マスク、うがいを心がけていたのに、心当たりもなく？どこで？何で？という気持ちでした。エリザベス女王だって感染するのですから、ウイルスは目に見えず、どこにいるかわかりません、ウイルスの恐ろしさを実感しました。

早速、水戸中央保健所から電話がかかってきて、10日間の自宅療養が始まりました。高齢で基礎疾患を持つ私宛に酸素飽和度測定器が送られてきました。毎日体温と酸素飽和度を計り、アプリを利用して報告しました。熱は37.5度を超えることはありませんでしたが、酸素飽和度95以上が正常値なのに92~95と低い値が出て何度も測り直しました。低くても呼吸器系統に異常な症状はなく、生活に支障はなかったのですが、報告するたびに保健所から生存確認(?)および症状確認の電話がかかってきます。雨戸も締め切ったままにして居留守を装いました。新聞は配達所に電話して配達を止めて預かっただくようにしました。幸いなことに地区の回覧もなく、宅急便もありませんでした。郵便物はポストに置いたままにして自宅療養明けに見るようしました。冷蔵庫に一週間分の食料はあったので買い物の必要はありませんでした。そうして外部との接触は完全に遮断しました。家から一歩も出ず、重症化もせず何とか乗り切りました。

自宅療養中は、おかげで日ごろできない断捨離をして過ごしましたが、運動不足は否めなく、また夫婦二人で話をしてもろくなことは考えずマイナス思考にネガティブに陥ってしまうことも多々ありました。救いは東京で一人暮らしをしている高次脳機能障害者である息子からは緊急の呼び出しがなかったことです。今の所、後遺症もなく、ホッとしています。

5月に「高次脳機能障害者の会 いばらき」の総会も無事に終わりました。役員任期満了に伴い、役員が改正されました。いよいよ令和4年の活動が始まります。総会への参加者は少なかったが返信ハガキで会員の皆さんの近況ならびに意見が前年度より多く寄せられ、役員の励みになりました。家族交流室相談数も増えてきています。また当事者会も充実してきています。「缶バッジの亀」のように歩みはゆっくりですが、私達の会は確実に進歩していると実感しています。会員の皆様のご協力はもちろんのこと、県福祉部ならびに高次脳機能障害支援センターの支援のおかげだと思い感謝しています。令和4年度の活動は新型コロナウイルス感染も収束に向かっているため、リモートでなく会員同士の顔合わせも可能になります。家に閉じこもらず、地区集会、家族交流室、当事者会、講習会等に参加し、鬱積した気持ちを発散し、大いに会員同士で語り合ひましょう。

細川

令和4年度定期総会

日時 令和4年5月29日(日)
会場 土浦市立 新治地区公民館
日程 13:00 総会・当事者活動
14:00 「ボッチャを楽しもう」
15:00 終了・片付け



総会・当事者活動

今年度の総会はボッチャのできる広い会場をとということで、土浦市にある新治地区公民館を初めてお借りして行われることになりました。当日は初夏を思わせるようなお天気に恵まれて、晴れやかな気持ちで新年度のスタートを切ることができました。

出席者数は家族会員15名、当事者会員9名、賛助会員2名の合計26名でした。議事もスムーズに進行され、予定していた議案は参加された皆様のご協力、無事にすべてが承認されました。そして、来賓のいばらき自民党県議会議員飯田智雄様から温かいご祝辞を賜りました。お忙しいなか駆けつけてくださり要望書提出の際も同席してくださる等、長年当会のことを応援してくださっています。これからもどうぞよろしくお願い申し上げます。

総会と同時進行で、当事者活動も行われました。昨年までは施設内のカフェで飲み物付きでしたが、今回は少し勝手が違いました。飲み物は、自動販売機でそれぞれ好きなものを買っていただきました。部屋も小さな会議室で、少しかしこまった感じでした。活動内容は何時ものごとくトランプで、「ババ抜き」です。初回のゲームで「ジョーカー」が2枚入っていたことが途中で分かり、大笑い。支援者の加藤先生が、終始さりげなくリードしてくださって、楽しい時間があっという間に過ぎました。



ボッチャ

総会後はみんなで「ボッチャ」を楽しみました。パラリンピックで有名になり、今ではボッチャ人口は急激に増えているそうです。広い会場でしたので2面を取る事ができ、障がいのある人も無い人も、高齢の人も若い人も、みんなで一緒に楽しむことが出来ました。当日は県の障がい者スポーツ指導者協議会から3名の指導員が来て下さり、ゲームの審判や、ルール、ポイントを上げるコツなどを指導してくださいました。初めは簡単に思えたゲームでしたがなかなか奥の深い競技で、皆さんやっているうちに夢中でボールを投げていました。一時間があっという間で、楽しい時を過ごすことが出来ました。実際にやってみると面白くとても好評だったので、後日談で「集会でもやってみようか!」ということになりました。



県南家族の会

令和4年度になって初めての県南家族の会が、6月15日（水）土浦市の「ながみね」で開かれました。今回は、6名と参加者は少なかったものの、お茶を飲みながら、和気あいあいとした時間を過ごすことができました。



いつも参加される方、久しぶりに参加された方も、それぞれに近況報告からはじまり、大震災の時の大変だった話、受傷した当時のつらかった思い出話まで。同じような経験をしてきた家族同士だから分かり合えることもたくさんありました。そしていつの間にか、今抱えている悩みについて語り合い、これからの支援について皆で考え、支援センターに繋がったり、と本当に有意義なひとときになりました。

先日、“昔からよく知っているつもりだった”会員さんとゆっくり話すことがあり、私は今まで何にも知らなかったことがあまりにも多く、なぜもっと早く親しくお話しできなかったのかと、お互い話しあったことがありました。

これからは、時々おしゃべり会をして、仲間同士の輪をつくれる機会が増えたらなあと思いました。知らず知らずのうちにたまっているストレスも発散し、明日への力にもなれば良いですね。

今後の予定

偶数月には家族の会を、奇数月には当事者中心に集会を企画していくことにしました。先日、一年間の予定を簡単にはお知らせしましたが、

7月の集会は「ちぎり絵」を、

9月の集会は「ボッチャの会」をおこなう予定です。

さて、その次の11月ですが、11月3日（木）に、笹島先生が何とか会のために時間を作って下さり、久しぶりに「コラージュ教室」を開催できることになりました。まだ先のことなので、詳細はまた後日連絡いたしますが、みなさん楽しみにしてくださいね。

県南の方ばかりでなく、日ごろ遠くてなかなか会えない方たちもちろん大歓迎です。どうぞお気軽にご参加ください。お待ちしております。



県北の広場

新型コロナウイルス感染も少し収まり、
県北集会では2つの集会が開催されました。
皆さんにお会いできるって、やはりいいですね。
簡単ですがご報告致します。

(第1回県北集会は中止となりました。)



令和4年度 第2回県北集会 6月19日(日) 13:30~14:30

場 所 : 水戸市福祉ボランティア会館 大研修室

内 容 : 使用済み切手の整理作業

参加者 : 10名(当事者1名、家族2名、支援者5名、学生2名)

昨年度できなかった使用済み切手の整理作業を行いました。寄付に向けて、切手の周囲を1cm程に切りそろえる作業ですが、いろいろな絵柄に出会えるのも楽しいものです。今回もたくさんの切手を整理しました。

おわりの会では「からだスッキリストretch」でリフレッシュ!

8月の集会を楽しみに閉会しました。



== 寄付してきました ==
第2回県北集会で整理した使用済み切手を6月20日(月)水戸社会福祉協議会に寄付して来ました。
できることで社会貢献。続けていきましょう!!集会参加者以外の方からも切手収集にご協力いただきました。ありがとうございました。

令和4年度 第1回家族の集い 5月27日(金) 10:00~12:00

場 所 : 水戸市福祉ボランティア会館 小研修室

参加者 : 7名(家族4名、支援者3名)

6ヶ月ぶりの開催となりました。当日はひどい雨でしたが、7名が集まりました。今年度の県北集会について話し合いました。また、このコロナ禍で様々なことを経験し、変化した日常について近況報告を行いました。
支援センターの高橋さんをご参加下さいました。

神栖の広場

《神栖集会の報告》

- 4月 会員3名 支援センター 宮本 CN) 家族会会長
5月 会員4名 支援センター 宮本 CN) 社協2名 まつぼっくり2名
6月 会員3名 支援センター 沼尻 CN、岡野 CN) 社協1名
まつぼっくり2名

《集会の様子》

- 4月 宮本 CN による、分かり易い資料、体験談をもとにした青年後見制度の勉強会
5月 社協の橘田氏による「日常生活自立支援事業の基礎知識」
「成年後見制度」の勉強会がありました。
当事者が毎日を過ごしやすくするには、地域とのつながりを大切にし、サービスの利用を理解することが大切であると感じました。
- 6月 事業所を利用している会員からの相談には、まつぼっくりの荒井氏よりケアマネの立場からの介護士との役割の違いの話がありました。専門家の知識やアドバイスを参考に、当事者にとってのよりよい接し方について家族で話し合っていきたいと思いました。



高次脳機能障害支援センターより

新任職員の紹介

沼尻 耕一郎

今年度より高次脳機能障害支援センターの職員として勤務することとなりました沼尻と申します。福祉業務では、保護業務や児童福祉業務の経験はありますが、障害福祉関係業務に携わるのは初めてです。現在、高次脳機能障害への理解を深めるべく勉強しております。周囲の方々、先輩方のアドバイスをいただきながら、早く業務に慣れて皆さまのお役に立てるよう、頑張ってお参りたいと思います。よろしくお願ひいたします。



関係機関訪問 ⑭

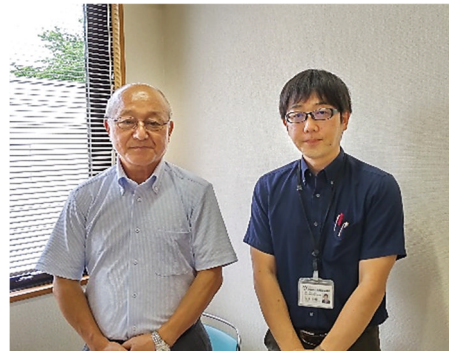
守谷市社会福祉協議会

住所 守谷市大柏954-3
いきいきプラザ・げんき館内
電話 0297-45-0088



◇守谷市社協は、緑に囲まれた守谷市役所と同じ敷地内の、落ち着いた色合いの「いきいきプラザ・げんき館」という建物の中にありました。社協の事業以外には、高齢者福祉に関する様々な活動に利用されているとのことでした。私たちが訪問した日も二階の一室からは、楽しそうにカラオケを楽しむ声が聞こえていました。

お話は事務局長の横瀬博さんと地域グループ主任でケアマネとして活動されている宮田伸樹さんに伺いました。



◎障がい者の方へのサービス・事業としてはスロープ付き福祉車両や車いすの貸し出しがあります。通院や家族旅行の時などに利用していただくために、利用料は無料となっています。

◎「買ってNet!バザール」という事業を毎年7月に、イオンタウン守谷を会場にして実施しています。近隣の障がい児・者団体や施設等が参加して、当事者の方々の手作り品や野菜、食品などの販売を行います。また、施設やさまざまな団体の活動を紹介することを目的に、福祉バザーを2日間開催しています。

◎障がい者や高齢者へのサービスなど福祉全般のことについて社会福祉士が相談を受ける「福祉相談」があります。相談日は毎月第1月曜日、午後2時から4時までで、予約が必要です。

ケアマネとしてかかわっている方の中に、高次脳機能障害の方がおられるという宮田さん。一人暮らしをされている男性の方とのことですが、対応にとっても苦労されているようなお話でした。特に食べ物に関するこだわりが強く、食事を提供する際の選択が難しいとのことでした。現在は宮田さんが直接担当しているわけではないのですが、様々な面で宮田さんを頼って、連絡が入るとのこと。そんな方がケアマネとして活躍されている守谷社協は “あなたと共に福祉のまちづくり” のキャッチフレーズ通りだと感じました。

関係機関訪問 ⑮

ポリテクセンター茨城

住所 常総市水海道高野町591

電話 0297-22-8800 (代)



◇国道 294 号線を土浦から取手方面に

向かい、途中の常総市内を走行していると、右手に大きくて潇洒な建物が見えてきます。それが「ポリテクセンター茨城」です。独立行政法人「高齢・障害・求職者雇用支援機構」茨城支部の中の事業所の一つで、お話をお聞きしたのは、所長の永野朝子さんです。専門的な訓練設備が多いのですが、素人にも分かり易く丁寧に案内をしてくださいました。

◎主な業務としては

①求職者の方々を対象に、標準として 6 か月間の職業訓練を実施しています。内容は主に「ものづくり」に特化しています。コミュニケーション能力やビジネスマナーなどに不安がある方には 1 か月程度の導入訓練も実施しています。又、訓練だけではなく、就職相談、面接指導、指導員による企業訪問など、終了後まで一貫した就職支援を行っています。障害の程度によって受講可能なコースが限られる場合もありますが、学校形式の授業や実習が問題なく受けられる方なら、受講は可能とのことでした（入所選考（面接等）はありますが）。



②在職者を対象とした職業訓練（能力開発セミナー）を実施しています。これは、スキルアップのためのセミナーで、講義と実習を融合した実践的なものです。さらに事業所に対しては、従業員の能力開発に関する相談を受けたりしています。また、職業訓練指導員（テクノインストラクター）の派遣や、施設設備等の貸し出しにより企業の生産性向上のための人材育成支援を行っています。

※取材に伺った日は、求職者向け施設見学会の日で、たくさんの方々が熱心に説明を聞いたり、施設見学をしたりしていました。女性の方々が思ったより多かったのですが、訓練コースの中に「女性対象のコース」があるとのことでした。

取材の当日、お約束した時間に伺うと、永野さんは広い明るいロビーで私たちを出迎えてくださいました。お話を伺い始めると、当家族会について、HP で熱心に調べられたことが伝わってきました。『筑波のかえる』も読んでくださったようです。どんな質問にも、的確に答えてくださいました。館内を案内して頂きましたが、訓練内容を熟知されていて、機械機器についての説明なども『さすが!!』と改めて感心してしまいました。帰りには、ロビーまで送ってくださり、充実した時間を終えました。

“アニマルセラピー”はお薦めです

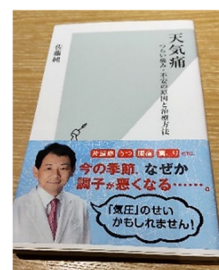
つくば市 菊地 智之さん

久しぶりにお会いした菊地さんは、以前に比べて、とても明るくなった感じがしました。ご本人もそれは自覚しておられて、そのことをぜひお話ししたい・・・という事で、今回の記事の取材となりました。



◇菊地さんは現在も介護職をしていますが、とても忙しく働いていた頃の2017年2月、職場の食事会で貧血を起こして倒れました。その時に後頭部を打撲して脳挫傷になり、後遺症として高次脳機能障害が残りました。症状としては、書く事が苦手になったこと、3つ以上の物事の処理が困難なことなどがあります。

◇後遺症の症状で一番苦しんだのが「天候による体調の乱れ」でした。家族会のバス旅行に参加した時も頭痛がひどく大変でした。「天気病」という本にも出会い、主治医に薬を処方していただき体調は良くなっています。又、1年前に「硬膜動脈ろう」と診断され、カテーテル手術も受けました。



◇職場のスタッフの方から猫の話聞き、猫を飼ってみようと思いました。躰もきちんとできている方がよいのでネットでブリーダーさんから買いました。英国種のブリティッシュショートヘアという雌猫です。ブルーグレイの毛色をしているので「藍瑠（あいる）」と名付けました。



藍瑠が来てから生活が変わりました。家に帰ると藍瑠を相手に触れ合ったり話しかけたりして、満ち足りた気分になります。後遺症として言葉が出なかつたりしましたが、不思議なことに、少しずつ解消している気がします。

菊地さんは猫を飼うようになってから、家族の雰囲気も変わってきたと言います。思春期の二人の息子さんたちとの関係も変わってきたそうです。藍瑠ちゃんが、息子さんたちとのとても良い緩衝材となっているとのこと。菊地さんが明るくなったと感じた理由もわかった気がしました。菊地さんの場合は「猫」でしたが、猫に限らず動物を飼う事によってストレス解消やリラックス効果など心身に良い影響を与えることが出来るということが言われている「アニマルセラピー」を皆さんにぜひお薦めしたいとのことでした。

言語聴覚士の活動のご紹介

茨城県言語聴覚士会 加藤裕子 中条朋子

「失語症者向け意思疎通支援者養成研修事業」のご案内

高次脳機能障害の一つである「失語症」とは、脳卒中や脳外傷により脳の言語中枢が損傷されることで生じる言葉の障害です。人により程度の差はありますが「聞く」「話す」「読む」「書く」等が難しくなるため、失語症のある方はコミュニケーションが困難となり、外出や交流の場が少なくなりがちです。「失語症友の会」はそのような失語症のある方々の交流の場、思いを分かち合える場として、茨城県では38年前に水戸市で最初の会が立ち上がり、現在は県内数か所で活動が行われています。また友の会にはR2年より「失語症者向け意思疎通支援者養成研修事業」の修了生（以下；意思疎通支援者）が派遣され、失語症のある方のコミュニケーションの支援を行っています。

この事業は当士会が主体で運営しており、失語症のある方の会話支援や各種手続き等の支援ができる者を養成する目的で、H30年から開始されました。今年も8月から養成研修が始まります（7月27日応募締切）。ご興味のある方は、下記QRコードより当士会HPにて詳細をご確認ください。

失語症友の会「つくばねの会」 定例会参加記

梅雨の晴れ間の6月12日、つくばね友の会「新緑の会」が開かれました。会員と家族10名、見学の方4名、意思疎通支援者3名、言語聴覚士4名で、約2年半ぶりの再開を喜び合いました。ゆったりとした雰囲気の中、たっぷり時間をかけて、ご自身やご家族の近況を話し、写真を回覧し、中にはクイズを自作してこられ、皆さんを笑いの渦に巻き込んでくれた方もいました。「うちの人がかんなに長く話したのは2年ぶりです」と驚かれる家族の方もいれば、長年、会に参加されている方同士で、「ずいぶんしゃべれるようになったんだね。最初の頃は泣いてばかりだったのにね」とお互いの道のりを振り返り、称え合う姿も見られました。



*写真掲載の許可を得ています

派遣された意思疎通支援者は、失語症者の傍らで話をかみ砕いて伝えたり、ホワイトボードにキーワード記載したり、やり取りの垣根を取り払うように活動されていました。会員の方、ご家族の生の声を聴くことで、学んできたことの大切さをより実感されていました。



お知らせ

今後の行事予定（7月～10月）

- ◇家族会交流室 ★7月8日(金)★8月12日(金)★9月9日(金)★10月14日(金)
- ◇県北地区 県北集会 ★8月21日(日)★10月23日(日)
家族の集い★7月15日(金)★9月30日(金)
- ◇神栖集会 ★7月27日(水)★8月24日(水)★9月28日(水)★10月26日(水)
- ◇県南地区 県南集会 ★7月17日(日)9月18日(日)
家族の集い★8月18日(木)10月19日(水)
- ◇当事者会 ★7月3日(日)★9月4日(日)
- ◇役員会 ★8月9日(火) ★10月18日(火)
- ◇その他 県福祉課・支援センター懇談会10月4日(火)

役員会報告

- 4月19日(火) (1) 各集会、交流室、当事者会等についての報告
(2) 令和4年度総会について（確認）
(3) 福祉団体等支援事業費補助金の申請について
- 6月21日(火) (1) 各集会、交流室、当事者会等についての報告
(2) 令和4年度総会について（反省）
(3) 県との懇談会、要望書提出、勉強会等について

交流室からの報告

- 4月 7日 相談者2組（電話相談2組）会員6名
支援センター⇒高橋副センター長、沼尻 CN
- 5月13日 相談者1組 会員6名
支援センター⇒高橋副センター長、沼尻 CN
- 6月10日 相談者1組 会員5名 電話相談1組
支援センター⇒高松 CN
- 7月 8日 相談者1組 会員5名
支援センター⇒浅野 CN



編集後記

95歳になる義母は、孫からプレゼントされた人形の「おしゃべりミーちゃん」をいつも抱いています。身内の顔も分からない程、認知症の進んだ義母ですが、ミーちゃんに話しかけながらいつも穏やかにしています。また、最近のニュースでは、産総研で開発されたアザラシ型ロボット「パロ」が、ポーランドのウクライナ避難民に届けられて子供たちに笑顔が戻っているということです。どちらも、本紙「がんばってる人」の菊地さんの「癒し」に通じる話です。

自分にとって「癒し」となるものに出会った人は幸せかもしれません。