

筑波のかえる



高次脳機能障害友の会・いばらき

2022年 ～ 秋号 ～ 第56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://nosonsohoibaraki.sunnyday.jp/>

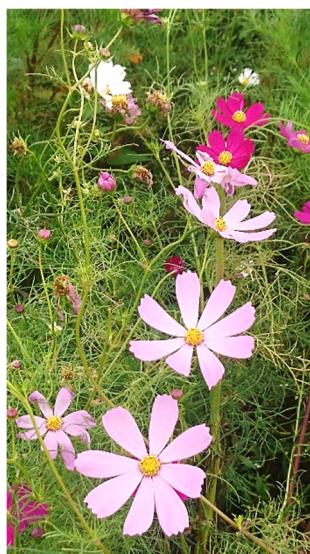
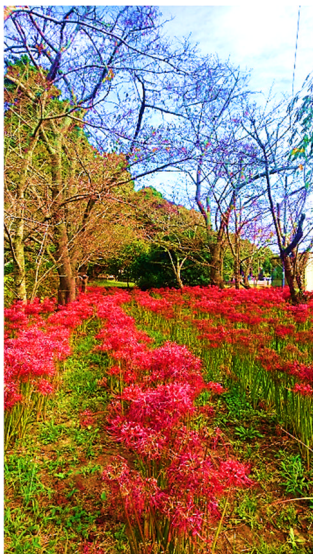


《56号内容一覧》

はじめに	1
県南の広場	2
県北の広場	4
神栖の広場・支援センターより	5
関係機関訪問	
ひたちなか市社会福祉協議会	6
グループホーム「はまぎく」	7
がんばってる人	8
新聞記事より・会員の声	9
役員会よりのお知らせ・編集後記	10

今回の表紙は、8月に行われた県南集会での作品の数々です。準備された和紙を、切ったりちぎったりして貼り合わせ、思い思いの作品に仕上げました。実物はかなり大きく、貼り絵なので凹凸もあるのですが、写真ではそれを表せなかったのが残念です。

でも、かなりの傑作ぞろいである事は、この素敵な写真からも分かっていただけたと思います。



御所脇充さん撮影

はじめに

「変われるって素晴らしい」



暑かった夏も何とか乗り切り、ようやく秋らしい過ごしやすい季節になり、気がつけば今年も第四コーナーに差し掛かった今日此の頃、皆さまはいかがお過ごしでしょうか。今年はコロナ蔓延の増減を繰り返しながらも少しずつ日常を取り戻し活動が始まり良い面もありましたが、一方でウクライナでの戦禍やインフレ、円安などの新たな社会不安も起きてきた年でもありますね。いずれにしろコロナ日常化で世界も日本も人が動き出した感覚です。

私ごとですが、今年も家族で夏に長野県の乗鞍と上高地へ登山トレッキングに行きました。妻はくも膜下出血から復帰後、高次脳機能障害と左足の麻痺が残っていますが、まる5年が経過し少し多めに歩く計画を立て臨みました。まず乗鞍岳では初めて標高2700mに宿泊し、早朝から歩き始めました。途中で青空の中に穂高連峰や立山に至る北アルプスの峰々を眺めたり、雪渓が湖面に浸かり青く輝く光景などに驚嘆しつつなだらかな山道の歩みを進め、肩の小屋という乗鞍最高峰の登り口の前まで着きました。なんとその間3km、妻には全く手助けをせずに歩けました。妻は小屋で休憩したまま、私と息子で乗鞍岳最高峰の剣ヶ峰3026mに登頂し、下山後に小屋で皆で食べた昼食のカレーは格別の美味しさでした。そして結局、妻は往復の6kmを全く手助けなく歩きました。2年前にも全く同じコースを歩きましたが、そのときには数え切れないほど手助けが必要だったので驚きでした。翌日は上高地の河童橋から明神池までの木道や階段なども含めたなだらかな道の往復8kmをやはり手助けなく歩き切りました。明神池での美味しい岩魚の塩焼きや蕎麦を食べることを目の前の目標にぶら下げて歩き、神秘的な山と池の自然の盆栽のような雄大な景色がご褒美になりました。妻は帰宅後にしみじみと「よく歩いた。2年前とは大きな変化だね」と身体面、精神面の両面で少し自信ありげに話していました。

友の会の活動の中でも今年は変化を感じたことがあります。当事者会は当事者だけで情報交換する場ですが、最近は当事者が会の始まる前に、手の消毒や検温場所を案内してくれたり、受付や会場作りをしていたり、賑やかに話しをしている光景が見られるようになっていきます。会の終了後も賑やかに帰りの挨拶をしてくれて、何か楽しそうな様子が伺えました。

2年前の当事者会開始直後とは比べ物にならないほどの素晴らしい変化を感じました。

高次脳機能障害は見えない障害と言われていて、一般社会の誰もが認識している障害とは異なり、協力や理解が得られないことのほうが多いかと思います。しかし県の福祉課や高次脳機能障害支援センターの取組から支援の体制は確実に改善してきており感謝に絶えません。また家族会や交流室での傾聴や働きかけも、当事者やその家族の日常の考え方や一つ一つの行動に様々な変化を促し身近な小さな不安を軽減していると思っています。その小さな変化の積み重なりがいつか大きな素晴らしい変化になっていくものと信じています。

『変われることって素晴らしい!』とあらためて皆様に気付かせていただき感謝感謝!!

副会長 本田孝男

★7月17日（日） 『和紙を使ったちぎり絵』

第1回目の県南集会を、新治地区公民館にて行いました。当事者4名、家族等支援者9名、そして加藤裕子先生が支援して下さいました。

今回は、和紙を使ったちぎり絵で作品を作りました。

和紙は、会員の1さんからたくさんご寄附いただき、色とりどりの花などを作ることができました。中には、何人かでチームを作り、大きな七夕の絵を作った方たちもいました。また、事業所のスタッフの方と一緒に参加されたNさんは、一つ一つをクシュクシュと小さく丸めて立体的な花を作り、素晴らしい出来にびっくりです。また、水槽の中のカラフルな水草と金魚を作品にした方もいました。みなさん時間が足りないほど一生懸命に取り組んで、楽しいひとときを過ごしました。



★8月18日（木） 『おしゃべりサロン』

第2回目の家族会を土浦のふれあいセンター「ながみね」にて行いました。9名の方が参加されました。

今回は、以前から希望が出ていましたので、当事者が子供である方と当事者が配偶者である方とに分かれて話し合いをしてみました。同じ高次脳機能障害者の家族といっても、子供である場合と配偶者である場合とでは対応の仕方も悩みも少しずつ違うこともあります。何かお互いに共有できるものがあればと以前から試みたいという意見が出されていました。今回は、ある程度人数がそろったことでの実現でした。

本当に雑談程度の時間でしたが、“ソシあるある”問題では大きな笑い声があがったり、情報を出し合ったりできました。その後合流して報告しあいでしたが、情報も共有でき、また「うちだけではない」と実感することで力が出たとの報告もありました。

また、県南ではほぼ同じ場所で、家族会交流室、県南集会と家族会が開かれることから紛らわしいということで、わかりやすく誰でも参加しやすい名前をつけたらどうかという意見が出されました。そして話し合いの結果「おしゃべりサロン」という名前に決めました。次回からは「おしゃべりサロン」と言う名前でご案内しますのでよろしくお願いします。

家族会と「おしゃべりサロン」は同じです。県南に限らず、都合のつく方たちで偶数月の中旬ころ集まりたいと考えていますので、どうぞお気軽にご参加ください。ちよっとのお菓子と、お茶を用意してお待ちしています。

★9月18日（日）『ボッチャを楽しむ会』

第2回目の県南集会を新治地区公民館でおこないました。

当事者の参加7名、家族7名、今回も加藤先生が支援して下さいました。

今回は、ボッチャを楽しむ会にしました。

案内の文書にも記載しましたが、会員の石崎元啓さんが、所属している会の仲間と共に指導して下さいました。

総会の時にボッチャをやったとはいえ、みなさんほぼ初心者で、また初めからルールなどを教えていただき、3チームにわかれて、試合形式でゲームを楽しみました。なかなか思うところにボールがいかず、できるだけ静かにと言う最初の注意も消えてしまい、大きな歓声や笑い声が響き台風による雨風の音にも負けないほどのにぎやかさでした。でも、とても広いホールなので安心です。コロナ禍とはいえ体を動かしたりゲームを楽しんだりするのはとても良いことだと実感しました。結局勝ち負けではなくメンバーを入れ替えしたりして楽しみ、中には指導して下さいました方からも感嘆の声が上がるほどの腕前の人も出て、やり方などを忘れないうちにまたやりたいという声がたくさん上がりました。



県北の広場

今回は7月、9月の家族の集いのご報告いたします。

また、前回会報では、第2回県北集会の「感想カード」からを掲載できませんでしたので、今回、抜粋を載せました。集会参加の方々の声です。ご覧下さい。

(8月の県北集会は、新型コロナ感染拡大の為、中止となりました)



令和4年度 第2回家族の集い 7月15日(金) 10:00~12:00

場 所 : 水戸市福祉ボランティア会館 中研修室

参加者 : 6名(家族3名、支援者3名)

施設での感染も聞かれ、コロナが身近になってきている中で生活している家族の現状等の話を聞き合いました。皆で共有する事で、“ホッとする”、“乗り切っていく”…短い時間ですが、「家族の集い」の場は有意義な時間となっていると思います。

令和4年度 第3回家族の集い 9月30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3名、支援者4名)

さわやかな秋の日、7名が集まりました。高次脳機能障害支援センターから浅野コーディネーターのご参加があり、家族の日頃の様子や疑問にアドバイスをいただきました。また、経験家族から「こんなふうにした」という体験談もいろいろ話されました。

第2回県北集会「感想カード」から

- ・年に一度の切手整理、めずらしい切手が集まる楽しい時間です。
- ・おもしろい切手(昔のお金の絵、昔の郵便屋さんの切手の絵など)や綺麗な切手(きらきら光っているもの、着物がかけられたものなど)を見つけて、紹介しあった事が楽しかったです。
- ・皆さんと一緒に切手まわりを切って、寄付を通して社会貢献できる、誰かの役に立てるという実感が持てる、とても意味あることだと納得しました。
- ・「からだスッキリストretch」で頭と身体を動かして、…短い時間でしたがよかったです!!
- ・障害を持っているからといって 全てにおいて支援されなきゃいけないわけではないことを学ぶことができました。
- ・主人と一緒に出かけることができてよかったです。役目もあり、はげみになっていると



思います。リハビリと違って出かけられる集会有りがたいです。「また行くよ」と言っていました。

神栖の広場

秋が訪れ、過ごしやすくなりました。猛暑続きの毎日だったので、朝夕の空気が心地よく感じます。

さて、神栖集会は、今年度に入り一人の相談者の方の就労に対する適性検査、調剤薬局の選び方、就職面接会の案内等、支援センターからのアドバイスが続いています。当事者の真剣さも伝わります。少数の集会ですが「役に立つ」場所づくりになればと、思います。



息子ですが、9月は会社の都合で隔週の休みがあり、初めのうちは本当によく寝ていました。でも、出勤することが生活リズムの基本と気づき、先日も約1年乗っていなかった原付バイクを動かすのに操作を思い出せない様子。今迄は兄を頼っていたのに、スマホで検索して探していました。「時間は一番の薬」と、言うけれど、頼もしい進歩です。

《神栖集会の報告》

7月	相談者 1名	会員 3名	社協 1名	支援センター (岡野CN)
	まつぼっくり 1名			
8月	相談者 1名	会員 3名	社協 1名	支援センター (宮本CN)
	滝沢会長			
9月	相談者 1名	会員 3名	社協 1名	支援センター (宮本CN)

高次脳機能障害支援センターから

「高次脳機能障害制度利用マニュアル」のご案内



マニュアルQR

この度、高次脳機能障害支援センターの事業として「高次脳機能障害制度利用マニュアル」が作成されましたので、会員の皆さまにご紹介します。

ある日突然に、病気や事故で脳を損傷することによって生じる高次脳機能障害は、当事者や家族のその後の生活を大きく変化させるものでした。社会生活や経済面に大きな不安を抱えることになり、将来の見通しが立たずに混乱する…そんな経験をされた方は多かったかと思います。

高次脳機能障害と診断された時「関連する制度や使える支援が一つのマニュアルとしてあったなら、当事者や家族はどんなに助かるか」そんな家族からの声も届き、今回、病院や市町村の福祉行政等の高次脳機能障害支援に関わる方々に配布されることになりました。高次脳機能障害支援センターのホームページにも掲載されていますのでどなたでも見る事ができ、これからの高次脳機能障害支援の一助になると期待しています。QRコードを載せますので、皆さまも使える制度や支援があるかも知れません。ぜひ覗いてみて下さい。

滝沢

関係機関訪問 ⑩

ひたちなか市社会福祉協議会

住所 ひたちなか市西大島3丁目16-1

電話 029-274-3241

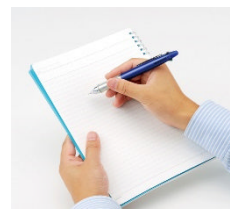
◇ひたちなか市社協は、白く大きな建物の「総合福祉センター」内にありました。近くには小中学校や緑に囲まれた公園もあり、住みやすそうな地域でした。事務局次長の根本善則さんと課長の大宮武富さんにお話を伺いました。



◎障がいのある方やその家族が生活全般で困ったときに、相談に応じるのが「相談支援事業所」です。相談支援専門員がお話を伺い、問題の解決に向けてのサポートをします。日常生活支援としては、福祉サービスの説明や、サービス事業所との連絡調整などを行います。また、相談者の生活の質の向上を図るため、福祉サービスにおける必要な情報提供や助言を行ったりもします。



◎障害のある方達に対し、様々な創作的活動や生産活動の機会を提供したり、社会との交流を促進したりするために「地域活動支援センター」があります。地域において雇用や就労が困難な方々には機能訓練や社会適応訓練等のサービスを提供しています。



和紙つくりやちぎり絵などの創作活動や民間企業から受注して軽作業を行ったりもしています。また、社会性や集団適応能力を養うために様々な活動（外出、お楽しみ会、食事会等）も実施しています。

ひたちなか市は市内に日立製作所関連の会社が数多くあり、「企業城下町」とも言える市です。社協が入っている福祉センターには子どもの相談に訪れる人も多いのか、人の出入りが多く活気がありました。

根本さん、大宮さんお二人とも熱心な方々で、こちらの質問に丁寧に答えてくださいました。高次脳機能障害に関する相談は、件数としては少ないようですが、「福祉ひたちなか」という広報誌の中に採りあげて、啓蒙を図ってくださっていました。知り合いの方で脳梗塞になった方がおられるとのことで、「高次脳機能障害」という後遺症について、更に関心を持たれたようでした。

グループホーム「はまぎく」

住所 ひたちなか市柳沢2840-1

電話 029-264-1411



◇「グループホームはまぎく」という名は、様々な形態（現在は8か所）のグループホームの総称です。「はまぎく」という名称は「ひたちなか市の花」からつけられました。運営しているのは「社会福祉法人はまぎくの会」で、もともとは平成11年に、市民の草の根運動から生まれた事業所です。ひたち海浜公園も近く、グループホームの傍を「ひたちなか海浜鉄道」のレトロな気動車が走っています。お話は理事長の有阪加奈子さんと主任の松本純一さんからお聞きしました。

◎グループホーム（共同生活援助）とは、ある程度身の回りのことができ、必要な支援を受けながら、仕事に就いたり支援センターを利用したりしている方々の住まいです。「はまぎく」でも困ったことがあればスタッフに相談したり、必要な支援を受けたりすることができます。又夜間も当直スタッフが対応してくれます。



◎8か所あるグループホームは、サポート内容が若干異なります。はまぎくの考え方としては、「できることは自分でやる」が基本ですが、特に食事づくりや清掃作業などで、スタッフがサポートする内容を変えています。「アパートで独り暮らしがしたいけれど少し不安・・・」と、思っている方には、アパートタイプのグループホームも用意されていました。

◎日中の過ごし方としては、就労や施設利用など（活動をする）が条件となります。当「はまぎくの会」でも多機能事業所「ハートケアセンターひたちなか」や地域活動支援センター「ふわり」の運営もしているので、日中活動場所として利用することができます。

有阪さんは精神保健福祉士、松本さんは作業療法士という専門的な立場から、入所者へのきめ細やかな支援をされていることが伝わってきました。入所しているのは精神障がいを持つ方々が多いので、毎日の相談にのったり、体調を心配したり、価値観の違いで起こる行き違い等に対処したりするのに苦労されていると思いますが、それらも前向きに対処されている感じでした。

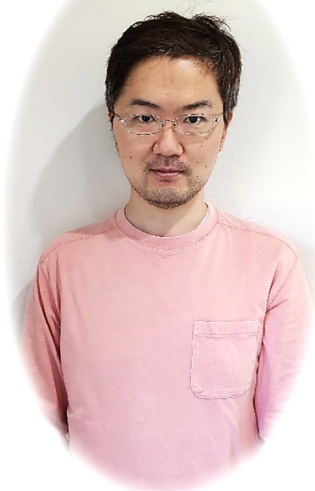
「入所してくる方たちを見て感じることは、“家族が頑張れるうちは頑張ろう”ではなくて、なるべく早いうちに社会に出して色々な体験をさせてあげることが大切だと思います。」という言葉が心に残りました。



“彼の笑顔はみんなを笑顔にします”

つくば市 滝沢 勇太さん

勇太さんとお会いしたのは、彼が通っている就労支援B型の事業所「サポートセンターこころ」の1室でした。とても礼儀正しい青年で、ピンクのTシャツがよく似合っていました。大学生の時の交通事故がもとで、右半身のマヒと高次脳機能障害が残りましたが、温かい家族に囲まれて伸び伸びと生活をしている様子が分かりました。



◇現在の事業所で働くようになる前に、同系列の事業所「きずなPLUS」で2年間、機能回復訓練と生活訓練を受けました。そこで、身体的リハビリと自分が苦手だった金銭の管理について指導をしていただきました。おかげで、お金の使い方についてよく考えるようになり、必要なものだけを買ひ、貯蓄をする習慣ができました。

◇「こころ」には送迎バスで通っています。仕事は午前9時から午後3時45分までです。現在の仕事はハンガーのシールをはがしてきれいにすることで、その他にボールペンや段ボールを組み立てる作業などもあります。明るく清潔な仕事場で、勇太さんたちは一生懸命仕事をしていました。



◇休みの日はスマホで映画を見たり、音楽を聴いたりしています。映画は「男はつらいよシリーズ」が好きです。音楽はどんなジャンルも好きです。

国リハ時代の友人で、「J A H R I」という車いすのミュージシャンのアルバムを聞いたりしています。

最近の勇太さんは、積極的に「当事者会」に参加しています。最初の頃は、母親が行くからついていく程度だったが、最近では行くことが楽しくなってきたと言います。それは、回を重ねるごとに参加者が増え、会の中で話されることは皆、当事者として共通な話が多いからだそうです。

勇太さんは、会社の人たちが高次脳機能障害について、分かってくれるようになったことが嬉しいと話してくれました。そして、もっともっと社会にも高次脳機能障害についての理解を広めていきたいのだそうです。「そうすれば、当事者の笑顔がもっと増えてくると思う。」と、締めくくってくれました。

お知らせ

今後の行事予定（10月～12月）

- ◇家族会交流室 ★11月11日(金)★12月9日(金)★1月13日(金)
- ◇県北地区 県北集会 ★10月23日(日)★12月25日(日)
家族の集い ★11月18日(金)★1月27日(金)
- ◇神栖集会 ★10月26日(水)★11月23日(水)★12月28日(水)
- ◇県南地区 県南集会 ★11月3日(木)
おしゃべりサロン ★10月19日(水)
- ◇当事者会 ★11月13日(日)
- ◇役員会 ★11月15日(火)★1月17日(火)
- ◇その他 カウンセリング勉強会 12月23日(金)



役員会報告

- 8月9日(火)
 - (1) 各集会、交流室、当事者会等についての報告
 - (2) 今年度の事業について
 - (3) 県との懇談会、要望書提出について
- 9月20日(火)
 - (1) 各集会、交流室、当事者会等についての報告
 - (2) 勉強会（成年後見制度・カウンセリング）について
 - (3) 県との懇談会、要望書提出、ホームページについて

交流室からの報告

- 8月12日 相談者1組（電話相談2組）会員5名
支援センター ⇒ 高橋副センター長
- 9月9日 相談者1組 会員7名
支援センター ⇒ 浅野CN



※今年度の事業として「グループホームの見学」を計画しましたが、コロナ禍のため、会報での報告に変えました。

編集後記

金木犀の香りが秋を感じさせてくれますが、今年は夏から一気に冬という驚きの異常気象でした。もっとも、「異常気象」という言葉にも慣れてしまい、驚かなくなりました。しかし、将来の地球を考えるととても怖いです。

さて、今号よりグループホームの訪問も始めました。今回お邪魔した「はまぎく」さんは、初回に相応しく、あったかい雰囲気グループホームでした。また、同法人経営の地域活動支援センター「ふわり」は、みんなの悩みが少しでも「ふわり」と軽くなるように・・・みんなの想いが「ふわり」と地域につながっていくようにという思いでつけられた名前だそうです。「誰もが幸せに」という願いを集めての設立だったそうですが、その願いは職員さんたちの心に今も健在でした。

(石)