

筑波のかえる



高次脳機能障害友の会・いばらき

2025年 ~~ 第66号 ~~



高次脳機能障害友の会・いばらき

〒302-0102

茨城県守谷市松前台7-22-6

TEL 080-5901-9979

E-mail kojinouibaraki@yahoo.co.jp

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



はじめに

「支援や応援をして頂いている多くの皆様に感謝！」

暑さが和らぎようやく爽やかな秋の風を感じる今日このごろ、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

高次脳機能障害友の会・いばらき（以下、友の会）の活動を陰日向で支援や応援をしてくださっている方々が大勢おります。いろいろな取り組みやイベントの際に当事者の精神/身体面リハビリや家族の気分転換に繋がるような働きかけを頂いています。大変感謝しております。

隔月の各地区の交流室では高次脳機能障害支援センターの方々が参加して下さり多くの知識や経験に裏打ちされた専門的な対応や利用できる制度の紹介等をして頂き大変心強く感じています。

また、隔月の当事者会では、支援センターの方々に加えて、臨床心理士の方が加わり、集団療法としての当事者間の会話の深掘りに向けた、進行のアドバイスや臨床心理面のレクチャーをして頂いています。

9月の調理会では作業療法士会の方々が、グループごとに当事者に寄り添って下さり、買い出し、下ごしらえ、調理、食事まで楽しい時間を共有できました。（別途記事参照）

遡りますが、4月のコラージュ会では臨床心理士から切り貼り制作の最中から声を掛けて頂いたり、常に和気あいあいとした雰囲気を作り出して、終盤には出来上がった絵を皆で眺めながら、気持ちが温まるメッセージを贈ってくれました。

5月の総会では県会議員の方に参加頂き、労いの言葉や未来に向けた展望を語って頂き、更には、通年であらゆる運営基盤の安定に繋がるご助力を頂いていることも心強い限りです。

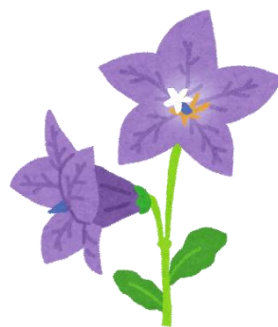
そして県庁や賛助会員及び寄附提供の方々には、経済面での土台を下支え頂いています。県の障害福祉課には、要望を聞く懇談会を毎年設けて頂き、体制面での改善を続けて頂いています。

あらためて支援を頂いている全ての方々に、そのご理解とご協力に対して感謝をお伝えしたいです。今後とも手を携えて、高次脳機能障害当事者と家族が安心して生活できる世界の拡大に向けて活動していきたい所存です。

（高次脳機能障害友の会・いばらき 会長 本田 孝男）

今回の表紙について

1年5か月ぶりに開催されたコラージュ会。心待ちにしていた方が沢山おられました。時間を忘れるくらい、作品作りに没頭し、それぞれ素晴らしい作品が出来上がりました。その時の作品（当事者の方の）を表紙に使わせていただきました。中心にあるのは、浅野こずえさんの作品です。こずえさんは、思いを文字にしました。



大成功の調理会（OT 会とのコラボレーション企画）

- ・日 時：9月7日（日）10時～15時
- ・場 所：土浦市総合福祉会館（ウラビル5階）調理実習室
- ・参加者：当事者9名 家族8名 作業療法士会10名



作業療法士会土浦医療圏の皆様により、今年度最初のご支援として久しぶりに調理会を開催してくださいました。今回は「当事者会の方の中に作業療法士が入り、調理を進めるイメージで」と描いている構想を話して下さったことから“当事者会と作業療法士会とのコラボレーション企画”として開催してくださいました。もちろん、当事者の参加が無く家族だけの参加も良いので、今回も多くの方やご家族にご参加いただき、にぎやかで温かな会となりました。

当日は午前10時に集合し、まずは全員で顔合わせと挨拶を交わし、それからグループに分かれて作るメニューを決めました。メインの「豚丼」と「鶏の照り焼き丼」のどちらかを選び、その他にも中華スープを作ります。その後は近くのスーパーに当事者会と作業療法士とで出かけ、必要な食材をそろえてから調理を開始しました。当事者一人ひとりに作業療法士のサポートがついてくださいますので、その人に合った調理方法を教えて下さったり、包丁を使う時などは注意して見守って下さったりしました。進める中で、自然に会話が弾み、和やかな雰囲気に包まれました。

完成した料理を囲んでの食事は、この日の大きな楽しみの一つであり、笑顔あふれる交流の時間となりました。そして、次回11月2日に予定している「秋の外出旅行」についてのお知らせもありました。年に2回のご支援も、先ずは顔合わせの会を開き「交流を深めてからバス旅行の支援を」という作業療法士会土浦医療圏の皆様のご厚情からでした。今回バスは使わず現地集合になるので「秋の外出旅行」になるそうですが、今から期待が膨らみます。

最後は協力して後片付けを行い、無事に会を終了することができました。調理を通じて参加者同士の交流が深まり、充実したひとときを過ごすことができました。ご支援いただきました作業療法士会土浦医療圏の皆様に、心より感謝申し上げます。調理会担当 滝沢



茨城県作業療法士会 山崎美和子

私は、茨城県作業療法士会、土浦医療圏のコミュニティディレクターとして、ユーザー支援活動「調理会」の企画・運営を担当させていただきました。

今回の調理会では、メニューを選ぶところから、材料の買い物、準備、調理、片付けと、全ての工程を当事者の方にできるだけ主体的に行っていただけるように企画しました。

念入りに準備をしたつもりが、私が予測していなかったトラブルや不明点がいくつも生まれました。しかし、参加した皆様で協力し、話し合い、提案していただくことで、多くのことを解決することができました。

普段企画の時しかお会いしていない皆様の生き生きとした顔を目の当たりにし、調理を通して知ることができた一面だと実感しております。

私たち作業療法士は、「人は作業を通して健康や幸福になる」という基本理念と学術的根拠に基づいて作業療法を行います。今回の調理会でも、調理を通して皆様のお人柄や笑顔に触れることができ、作業療法士として少しでも貢献できたのではないかと感じております。また、同じ作業療法士の頼もしさも実感し、これからどのように皆様に貢献できるか、期待が膨らんでおります。

このような機会を作れたことに、高次脳機能障害友の会・いばらきの皆様、茨城県作業療法士会土浦医療圏の皆様に心から感謝します。

♡ 調理会参加者の声 ♡

片付けが終わって一息ついている時間に、皆さんに感想を書いていただきました。スペースの都合上、一部のみ掲載させていただきます。

- ・ 鶏丼と中華スープをつくったのがとても楽しかったです。皆さんととても楽しくすることができて、大変面白かったです。今度もまたこのようなことをしたいと思います。次がとても楽しみです。(M)
- ・ 今日の鳥の照り焼きは、僕にしてみたらたれがもっと濃いほうが良かった気がする。中華スープはおいしかったけど、味が濃いほうが鳥の照り焼きに合った気がすると思った。(T)
- ・ 豚丼と中華スープを作り、豚丼を初めて作らせていただいたのですが、しょうがチューブを1本まるまる使って、丁度良くできて、勉強になった。
- ・ お疲れさまでした。鶏照り焼きと中華スープの味がとても美味しくて満腹になり、大満足でした。後片付けの時、皆がキビキビと動いていてかなり早く片付いたのでびっくりするのとうれしいの感激しました。作業療法士会の皆さま有難うございました。(K)
- ・ ぜひ次回も参加したいと思いました。
- ・ 久しぶりの参加です。家族会の料理教室は初めての参加です。当時者・OT 会はメニュー決め、買い物、調理、食事、片付けと、時間より早めに進みました。24名全員での食事、大変美味しくいただきました。私は豚と鶏を半々にして丼にしました。デザートは牛乳かんもおいしかったです。皆さんに久しぶりに会えて会話も弾み、心もお腹も満たされました。参加させて頂き、日頃のストレスから解放され有意義な時間でした。有難うございました。菊池(家族)
- ・ スタッフよりも参加者の皆さんの方が手際が良く、野菜の切り方やお肉の焼き方など丁寧に作業をされており、こちらが勉強になりました。また、細やかな気遣いや声掛けでスタッフ、参加者に接していただき、心が癒されました。OTとしての支援というよりは、こちらが学ばせていただいたことが多く、日々の臨床にも活かしていければと思います。よい機会を頂き、ありがとうございました。(S・I)



とっても頼りになります !!

八千代町 渡辺 守 さん

渡辺さんは、2年前「髄膜炎」という病気になり、つくばの病院で12時間の大手術を受けました。初めは花粉症かと思っていましたが、急にひどい頭痛ができて後は記憶が無く、気が付いた時は病院の集中治療室だったそうです。現在、その後遺症で「高次脳機能障害」が残りましたが、友の会に入って精力的に活動されています。



◇発症前の仕事は「塗装業」で、仲間の方々からも頼りにされる存在でした。しかし、現在は、以前のような仕事はできないので、見積もりを取って、契約をするところまでを自分でするそうです。その後の肝心な「塗装」の部分は、同業者の方をお願いをしています。途中経過を見に行ったり、最後の仕上げの点検もしています。

お客さんに安心してもらえるように、今は自分ができることをやっています。

◇「高次脳機能障害」になってから、渡辺さんは積極的にこの障害について知ろうとしました。少しでも良くなろうと様々な努力もされています。高次脳機能障害支援センターとつながり、当会の電話相談や交流室も利用しました。そして、現在では精神科の「訪問看護」も利用するようになりました。ご本人はこの訪問看護を「心の健康相談」と理解し、楽しみにもしているようです。

また、八千代町の基幹相談支援センターの相談員（松岡さん）を信頼し、いろいろな友の会の行事にも一緒に参加していただいています。

◇渡辺さんに「自分の長所」を伺ってみました。まず、「性格は明るく、他人の面倒を見るのが好きなこと」と即答されました。「交通安全協会」のボランティアを10年以上続けているとのこと。交通安全に関する行事に参加したり、子供たちの登下校に合わせて立哨活動をしたりされているとのことでした。制服姿の渡辺さんが目に浮かぶようです。



渡辺さんは、ご自分の障害が分かるまで、かなり苦しんだそうです。発症前と何も変わらないのに、仕事ができなくなり、訳もなくイライラしたり、自分でもどうしようもなく、支援センターや電話相談に救いを求めたそうです。そして、やっと現在のような落ち着きを取り戻せたそうです。今は、この障害をできるだけ多くの方々に理解してもらえるような活動を自分がしていきたいと、思いを語ってくれました。頼りにしてますよ、渡辺さん!!

事業所訪問

NPO 法人「自然生クラブ」

住所 つくば市臼井 1623-18

電話 029-866-2192



◇ 自然生クラブは、1990 年に柳瀬

敬・幸子さんご夫妻（現在の共同代表理事）によって自然豊かな筑波山南麓に開設されました。「自然生」の名前は「野生の自然薯のように、力強く大地に根を張る活動をしたい」という願いと、「自（おの）ずから、然（しかる）べくして、生（い）きる」という意味を込めてつけられたそうです。

《福祉活動》 自立生活を希望する知的障害のある方たちとスタッフの方々との共同生活の場、有機農業の拠点として、2006 年に「森の家」2014 年に「宙の家」というグループホームができました。森の家の屋根には、2013 年に太陽光パネルが設置されました。現在は 11 名の方が入所して共同生活をしています。（通所の方も 11 名）



柳瀬 敬 さん

《環境活動》 理事長の柳瀬さんが始めたのは持続可能な地域循環を生み出し、自然と共生する有機農業を行う「自然生クラブ農園」でした。農園では、約 50 種類の野菜、米、小麦、大豆、小豆、搾油用ひまわり、菜種などを生産しています。この農園で生産される農産物は、毎日の食事に使用されるのはもちろんですが、「野菜家族」と呼ばれる定期購入者のもとにも届けられてもいます。また、菓子工房「ソレイユ」では農産物を使ったお菓子やジャムなども作り、人気商品になっています。

《創作活動》大谷石造りの米倉庫を改装した「田井ミュージアム」には、アトリエと劇場があります。メンバーの皆さんは、ここで思い思いに絵をかいたり、太鼓をたたいたり、踊りを踊ったりします。私たちが伺った日も、アトリエでは何人かの方が大きなキャンバスに黙々と絵を描いていました。それぞれの感性から自然に表現されるようで、絵の世界に没頭している姿が印象的でした。劇場では温かい照明の下で、皆さんが創作ダンスを演じていました。理事長さん親娘の演奏に合わせて、指揮をする人、和太鼓をたたく人、ダンスで表現する人等様々なのですが、不思議な一体感に包まれた空間でした。本会員の七実さんも照れ臭そうに、でも楽しそうに魔法使いを演じていました。



交流室だより



電話相談

誰も初対面の人と話すときは嫌なものです。緊張もするし、不安もある。ましてや、受話器の向こうにどんな人が出るのかわからない。たくさんの辛い思いを抱えて電話をかけようとしたとき、どれほどの決断と勇気が要っただろう。いつも友の会の電話に出るとき、そう思います。

はじめは緊張していた方も、話し始めると、徐々に、いろいろなことを話してくれます。周りの人に理解してもらえず辛かったこと。なぜ自分だけが・・・と泣いた夜のこと。これからのことを思うと不安と絶望でいっぱいになった日々。何年も我慢してきた人も多いのに驚かされます。月に一度も電話がかからないときもあれば、同じ人が何度もかけてきたり、回数は様々です。

友の会を紹介し、交流室を案内するだけでよいとは思いつつも、つい、30分以上も話し込んでしまうことも。よく電話してくれましたね、もう一人で抱え込まないで、と言う気持ちでいっぱいになります。とはいえ、私には聴くだけしかできませんが。

役員さん達や、支援センターの方たちをはじめ、高次脳機能障害者を支援して下さる方たちも増え、皆さん日々こんなに努力して下さっているのに、誰にも言えず、一人で苦しんでいる人がまだまだいるということに、驚きを隠せません。一日も早く、辛い日々を送る前に、友の会に繋がれる日がくることを願うばかりです。（浅野）

鹿行交流室

鹿行地区の交流室は、奇数月の第4水曜日に開かれています。支援センターのコーディネーターからのアドバイス、社協担当者からの福祉資料への掲載等が実り、少しずつ認知されて相談者（当事者家族）が来室されるようになってきました。



一命を取り止め安堵したのも束の間、以前と違う言動に混乱して相談に来られる姿を見ると、途方に暮れていた当時の我が家を思い出します。「焦らない事、追い詰めない事が大切」と伝えた帰り際に「参加してよかった。」「苦しんでいるのは自分だけではないと分かった」と、少し安心した姿を見ると、交流室はネットワーク作りに必要な場所と痛感します。

また、神栖市社協では、毎月「ネットワーク勉強会」が催されています。9月25日は「高次脳機能障害地域支援拠点病院としての白十字病院の取り組み」が紹介されました。講師には白十字総合病院の「関 高次脳機能障害支援コーディネーター」を迎えての勉強会でした。拠点病院としての役割、事例を通しての症状、リハビリの取り組み、障害がある方との向き合い方等のお話がありました。医学の発展と共に思いもよらない障害に苦しむ当事者や家族がいます。医療関係者、事業所スタッフ等の方々に障害の特性をとらえて、理解を深めて頂き、当事者の生活向上につながることを願っています。（御所脇）

お知らせ



今後の行事予定（10月～2月）

◇鹿行地区交流室	★11月26日(水)	★1月28日(水)
◇県南地区交流室	★12月12日(金)	★2月13日(金)
◇県央地区交流室	★11月14日(金)	★1月9日(金)
◇当事者会	★11月30日(日)	★1月未定
◇役員会	★10月21日(火)	★12月16日(火)

役員会報告

6月17日(火)	(1) 各集会、交流室、当事者会等についての報告 (2) コーラージュ会、総会の報告 (3) 広報誌・その他情報共有
8月19日(火)	(1) 交流室、当事者会、レクチャー会についての報告 (2) 来年度の予算について

交流室からの報告

◇鹿行地区	7月	相談者2組 会員3名 支援セ(浅野 CN) 社協(高岡)
	9月	相談者2組 会員3名 支援セ(田中 CN) 社協(名雪)
◇県央地区	7月	相談者3組 会員5名 支援セ(浅野 CN) 水戸社協(大津) 関係機関より5名
	9月	相談者4組 会員5名 支援セ(関根 CN) 水戸社協(大津・竹内) 那珂社協(先崎) 学生1名
◇県南地区	8月	相談者3組 会員3名 支援セ(高橋副) 事業所1名

編集後記

「自然生クラブ」では、共同代表理事である柳瀬さんの熱い思いを沢山聞かせて頂きました。「障害のある人のために」ではなく、「障害のある人とともに」生きたいと思いクラブを立ち上げたこと。学校教育のような一時的な学びではなく、生きていくこと自体が学びとなるような生活をしたいたいという思い。学生時代に「教育哲学」を学びその後群馬の学校で「自由教育」実践し鍛えられたこと。そして今、つくばの地に、農業を中心とした暮らしを通して学んでいく場を作ったことなど、柳瀬さんの生き方にびっくりしました。柳瀬さんご夫妻が作り上げてきたこのクラブの、明るくて自由な空間は一体何なのでしょう。絵を描く人、太鼓をたたく人、ダンスをする人、演劇をする人、誰も他人を気にすることなく自分を表現していて、作品からは周りを圧倒する不思議なパワーを感じます。柳瀬さんのほんわかとした雰囲気に見守られ、安心して表現できるのでしょうか。然るべく生きるとはということなのかも。(石)