

事故などの後遺症で「高次脳機能障害」を抱えている方、その家族の方、
一人で悩んでいませんか？
同じような体験をした仲間が集まり、語り合しましょう。
「安心して集まる場が欲しい」「少しの時間だけかもしれないけれど一息つこう」
そんな思いからスタートしました。



ブルースカイ No.136 間違いだらけのお詫び

正月早々から大歩危小歩危！前号のブルースカイで龍馬マラソンの日を1月18日(日)とお知らせしていましたが、2月15日(日)の間違いでした。確認をせずに応援のお誘いをしていました。また、2月の月例会(臨時総会)の日を2月22日(日)とお知らせしていましたが、2月15日(日)の誤りです。共にお詫びいたします。

2月15日(日)の青い空月例会では前号でお知らせしたとおり、定款の一部を変更するための臨時総会を10時から行い、11時頃から龍馬マラソンの応援に行きます。昼食(自己負担)をどこかで一緒に摂り2か所まで応援できるようにしたいと思います。応援に参加していただける方は送迎の有無を含め、2月13日お昼までに連絡をお願いします。



1月18日月例会

当事者6名、家族6名、支援者1名の参加でした。この日も初参加の当事者が居たので、例によって自己紹介と近況報告から始め、

- ・Wさん＝病院が3か月に1回になった。薬の飲み忘れがたまにある。マラソンの練習は5Km位のつもりが30Km以上走っていたことがある。龍馬マラソン頑張ります。
- ・Yさん＝初めての参加(和田さんに誘われ)。8月に事故に遭った。
- ・Nさん＝5Kmのつもりが30KmになっていたWさんとよく似たことで、これとこれを買うつもりでイオンなどに行くと、ついでにユニクロ等に行ったりして何時間もイオンに居たりすることが良くあります。ついでを止められない。予定していたこと以外のことがついつい気になり抑制がきかないことがあります。ハビリの仕事でも人がやっているのだから休むことが出来ない。疲れたことに気が付かずパタッと行ってから分かる。でも今できているので頑張りたい。
- ・NYさん＝休みましょうと声をかけてもらえたら“待ってました”と直に休める。
- ・NMさん＝私もふらっと出て行きあちらこちらが気になり帰りの時間が遅くなることもある。
- ・Oさん＝Wさんはランニングハイになっていた・・・？他のことに目が行き元の用事を忘れることがある。メモをして出ても失敗を繰り返していた。
- ・NYさん＝先日、南国中央病院の宮本Drを受診したとき、右のピラミッドで障害を説明してもらった。会場のホワイトボードにピラミッドを書き、一番初めに覚醒がありここからすべてが始まるが、一番上の気付きがなければ、下の段の遂行、記憶、注意、抑制ができない。抑制しなければいけないことに気付かなければ、注意が逸れ記憶が出来ず遂行できない。抑制ができていても、注意が逸れていることに気付かなければ、記憶に残らないといった具合だそうです。

気付
遂行
記憶
注意
抑制
覚醒

障害が治ることを阻害しているものに気付き、正していくことで高次脳機能障害は良くなるとおっしゃっていました。今、努力していることは抑制です。

☆NYさんが話をしている途中には質問や体験談もあり、長時間参加者全員で話し合いました。宮本先生ありがとうございました。又、NYさん☆☆☆☆☆でした。自分で気付き目標を持ったことが出来るように頑張りましょう。

☀ 次回の女子会はクッキング

次回2月14日(日)の女子会はクッキングです(何を作るのかな???気になるところですが...)参加できる方は**エプロン持参**をお願いします。

☀ ミーティングのご案内

香美市の会



日時:2月19日(木) 13時30分～

※隔月開催予定 **確認をお願いします。**

場 所:プラザ八王子 お 問 合 せ:TEL:0887-53-7077
(地域活動支援センター香美)

参加費:無料

つどいご案内



日時:3月28日(土) 10時～12時

※奇数月第4土曜日開催予定 確認をお願いします。

場 所: つどい処 (須崎高校久礼分校跡)
お 問 合 せ:TEL:0889-52-2880(つどい処)

参加費:無料

女子会ご案内



日時:2月14日(土) 10時～

※毎月第2土曜日予定 (日程等変更有。問合せを。)

場 所:NPO法人 脳外傷友の会高知 青い空
(高知市神田 462-7 TEL:088-803-4100)

参加費:無料

月例会ご案内



日時:2月15日(日) 10時～13時(臨時総会を行います。)
毎月**第3日曜日**

場 所:高知市障害者福祉センター2F 大研修室
(高知市旭町 2-21-6 TEL:088-873-7717)

参加費:無料

連絡・相談窓口:NPO法人 脳外傷友の会高知 青い空
就労継続支援B型事業所 青い空(平日 10:00～17:00)
〒780-8040 高知市神田 462-7 Tel/Fax:088-803-4100

E-mail:npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp