



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。



## 7月21日 月例会

当事者7名、家族2名、支援者2名の参加でした。初参加の当事者の方が1名いました。いつものように参加者の近況報告から始めました。

### 支援者 A

7月17日、B型事業所から帰りの送迎中に、女子中学生が道のわきから飛び出てきました。急ブレーキをかけて回避できましたが、ブレーキの反動で利用者さんが車内で転倒してしまいました。顔を切ったのと、手の痺れがあり、検査も含めての入院となりました。急ブレーキをかけなくても良いような運転を心がけていますが、状況によっては急ブレーキをかけざるをえないこともあるので、今後は後部座席であってもシートベルトをしっかりつけるように徹底していきます。

### 当事者 A さん

A病院の近くの施設に仕事に行っています。施設の支援者はいい人で、車椅子での移動時に椅子をよけてくれて嬉しかったです。

疲れやすくて悔しいけれど、この前はお弁当に大好きなすき焼きが入っていて午後も頑張れました。

### 当事者 B さん

施設の掃除をしています。心が折れそうになることもあります。笑顔の素敵な清掃員を目指しています。

### 家族 A さん

16歳の時交通事故に遭い、右半身麻痺と高次脳機能障害があります。去年の12月に行っていたところをやめまして、1月から6月まで家にいたのですが、やっと事業所Aに行けるようになってホッとしています。

### 当事者 C さん

孫が来ていたので、定例会に来ることができないかと思っていましたが、孫と息子でカラオケに行ったので来ることができました。

シートベルトの件ですが、以前にシートベルトをしてくださいと言われていたので、私はしばらくつけ続けていたのですが、他の利用者さんに運転が怖いからシートベルトをつけているのかと言われ、失礼になるかもしれないと思いつけなくなっていました。

支援者 A

以前は車が変わったこともあって、シートベルトをしましよと声をかけていたのですが、ちょっとずつよとずつ職員も慣れていき、利用者さんも慣れていってしまったのかなと思います。声掛けは継続してしっかりするべきだったと反省しています。

当事者 C さん

家に来てくれているヘルパーさんの息子さんもバイクで事故をしたみたいです。

支援者 A

今の時期は雨で滑るし、濡れないように急いでいたのかもしれないね。

当事者 B さん

よく気をつけないと、ツルっといくもんね。

支援者 A

そうですね。改めてみんなで気を引き締めて、安全運転でいこうと思っております。

当事者 D さん

平成 6 年、14 歳の時に脳出血になって左半身に麻痺が残りました。その後、高校、大学に進みました。就職して仕事をしていく中で相手の方とコミュニケーションがうまく取れないとか、相手が意図して言っていることを受け取れないということがあって、そのようなすれ違いから転職を何度も繰り返す生活をしていました。14 年位前、不況で高知県に仕事がなかったので A 県で仕事をするようになりました。そこで病院受診を勧められ高次脳機能障害専門の病院にかかることになって、そこで高次脳機能障害と診断されました。仕事にはすぐ復帰せずに 10 ヶ月くらい就労訓練を受けました。A 県で仕事をして生活をしていましたが、高知に両親もいるので去年の 6 月に戻ってきました。

当事者 E さん

2013 年 2 月にくも膜下出血になりました。B 病院で高次脳機能障害と診断されました。1 年半で復職しましたが、退職しました。青い空にも来ました。記憶はあまりよくなりません。メモは使いました。A 会社で働いています。解体した部品を磨く作業なので記憶をあまり使いません。以前タンスを作る仕事をしていた時の方が記憶を使っていました。マラソンが趣味で、昨日も雨の合間に走れました。

当事者 F さん

B 事業所に通っています。NHK の作文の募集があり、テーマは福祉や障害のことについてなので、自分の障害や昔のことを思い返して書いています。思い返してみると、自分の障害のことを正確に把握していないと感じ、母から詳しい話を聞きたいなと思いながら書きました。作品は原稿用紙 10 枚くらいになって、自分なりに満足しています。

家族 B さん

B 事業所に通っていますが、2 カ月くらい前からキレやすいというのが問題です。青い空の家族会にはそのようなことを経験された方もいらっしゃるのでは、お話を聞かせてもらって参考にさせて頂きたいなと思っています。

支援者 A

高次脳機能障害は気づかれにくい障害ともいわれています。D さんは気づかれにくいということで困ったことはないですか？

当事者 D さん

話を聞いて分かっていたつもりが、実際に取り掛かる場面では全く分からなくなって止まってしまったことがあります。話をした後「今までの話を言ってみて？」と言われて、言うことが出来なかったこともあります。ほかの用事で病院に行ったときに高次脳機能障害支援拠点センターのようなものがあって、そこで診察を受けて高次脳機能障害の診断がつかしました。

当事者 G さん

最近変わったことはないですが、イライラするのも相変わらずです。表出してしまうとよりイライラするので黙々と作業をしています。

当事者 F さん

怒ってしまうと、自分に非があると分かっているけど押し通してしまいます。

当事者 G さん

分かります。自分だけが 100%悪いということはないので、、相手のせいにするのもいかんですけど、、その時はイラッとして相手の問題しか考えられないです。でも、ちょっとずつ意識を変えるように考えることを続けることで、まあ、えいかと思えることが増えてはきました。

当事者 E さん

僕はイライラを自覚するまでに至っていません。爆発したことも忘れてるので、イライラの感覚が分かりだせば進歩なのかなと思います。

当事者 A さん

僕は、母が好きなことをさせてくれるので、ストレスがたまらないのかなと思います。甘えすぎるのは僕のいかんところかなと思います。

当事者 D さん

僕は、訓練に行く前はイライラすることがありましたが、訓練の中で僕が間違えているということを知ってかというくらいに叩き込まれました。間違っているから口には出さないようにして、我慢をしている状態です。でも、これをしようがないかなと受け止めています。

当事者 B さん

以前誰かが言っていた、「自分を客観的に見る私」ということを最近感じました。仕事でどうしても納得できず、もうやめてしまおうと思うことがあったのですが、でも「ここでダメならどこに行ってもダメだ」と言う自分がいることに気づきました。

当事者 D さん

困るのはあいまいな言葉が分かりにくいです。「どっちでもいいよ」とか「やってもいいし、やらなくてもいい」と言われると、はっきり言ってよと思います。

当事者 B さん

優先順位をつけるのが難しいですね。

当事者 G さん

順位付けよりも一気にやってしまうことが多いです。

当事者 E さん

よくあります。残すと気になります。そしてやりすぎて疲れます。

当事者 C さん

私はあまりないけれど、息子がそんな感じです。掃除とか。

当事者 D さん

私は OFF になりっぱなしです。掃除は苦手です。部屋がぐちゃぐちゃです。物を置くところを決めないといけません。

当事者 B さん

物の住所を決めないといけないって言いますもんね。私はリモコン、財布、眼鏡を置く位置は決めています。

当事者 D さん

よくあるのが、買い物で同じものを何度も買ってしまいます。

当事者 A さん、D さん、E さん

よくあります。卵、納豆、冷ややっこなど。

当事者 F さん

コーラに執着してしまいます。500ml を 6 本くらいなら日中で飲み切ってしまう。無くなったら飲まなくてもいられます。自分では止めたいとは思っています。炭酸水も試しましたが、コーラに落ち着きました。

当事者 D さん

困っているのは、記憶の問題で、頭の中に入っているものを取り出してくることが苦手だと思っていたのですが、「まず入力のところに入っていないのでメモを使いましょうね」と教えられました。自分には入らないということを徹底されました。そして言い返すのではなく、「すみません。もう一度教えてください。」という方向に動いた方が、相手も嫌な気持ちがないし、自分ももう一度聞けるのでそういうふうにした方がいいというところに落ち着きました。

当事者 B さん

メモを取ろうかと思いましたが、見返さないで、メモは取らないことにしました。

当事者 E さん

確かに見返しませんよ。

当事者 D さん

分からないときには見返します。新しいことをやらされるのが難しいです。

支援者 A

新しいことを始めるにあたってどうしてもらいたいですか？

当事者 E さん

実際にやっているのを見せてもらいたいです。

当事者 D さん

マニュアルを用意してもらいたいです。

当事者 G さん

言われてもわからないので見て覚えます。

当事者 E さん

1 人の人から教えてもらう方がいいです。複数人だと言っていることが変わってしまうので、、、。

当事者 D さん

1 人の人からの指示出しは会社としては現実的に難しいのではないのでしょうか？ B 会社では 1 人の指示出しから開始して、複数人に増えていきました。マニュアルが無かったので、会社にマニュアルを作っていいかと聞くと断られました。自分用のマニュアルを作成して使用していました。



## 日本高次脳機能障害友の会 第 19 回全国大会 2019in かがわのご案内

令和元年 10 月 19 日に日本高次脳機能障害友の会の全国大会が香川県で開催されます。前日の 18 日には交流会も開催されますので、興味のある方はぜひご参加ください。

詳細につきましては同封のご案内をご確認ください。



## 当事者・家族の会 ご案内

**月例会ご案内** 日時：8月18日（日）

場所：青い空（参加費：無料）

連絡・相談窓口：NPO法人 脳損傷友の会高知 青い空

就労継続支援B型事業所 青い空(平日 9:30～17:00)

〒780-8040 高知市神田 462-7

Tel : 088-803-4100 Fax : 088-803-4420

青い空携帯 : 090-9450-2990

E-mail : [npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp](mailto:npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp)

URL : <http://blue-sky-kochi.com/>

**女子会ご案内** 日時：9月14日（土）

詳細は和田さんにお問い合わせ下さい。

お問合せ：090-3186-6701（和田さん携帯）

**つどいご案内** 日時：9月28日（土）

場所：つどい処

時間：午前10時～

お問合せ = TEL : 0889-52-2880（つどい処）



## 当事者・家族の会 入会のご案内

「NPO 法人 脳損傷友の会高知 青い空」は、事故や病気で脳を損傷し、その後遺症として高次脳機能障害をもつ当事者および家族に対して、高次脳機能障害についての正しい知識や情報の提供および社会参加を促進するための事業等を行うことで、当事者の日中活動の場を確保し、当事者・家族が安心して生活できる環境を整え、併せて社会の理解を得るための活動を行うことを目的に設立されました。

当会の趣旨、活動にご賛同いただける当事者・ご家族の皆様、市民の皆様、医療・福祉分野で、ご関係のある個人又は団体の皆様、どうか正会員または賛助会員としてご支援いただければありがたく存じます。

・入会金：10,000円（正会員のみ）・正会員年会費：5,000円・賛助会員会費：3,000円

NPO 法人 脳損傷友の会高知 青い空 〒780-8040 高知県高知市神田 462 番地 7

TEL : 088-803-4100 FAX : 088-803-4420

E-mail : [npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp](mailto:npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp)

URL : <http://blue-sky-kochi.com/>