



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、語り合きましょう。

「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。



11月20日 定例会

この日は、当事者 5 名、支援者 4 名が参加し、近況報告などを行いました。

支援者 A : 久しぶりの定例会ですが、皆さん、お元気でしたか？ 最初にいくつか報告をさせていただきます。2023 年の 1 月 15 日に、日本高次脳機能障害友の会の全国大会が昨年度と同様、オンラインで開催されます。よかったら参加してみてください。また、2023 年 2 月 5 日に、高知県の高次脳機能障害リハビリテーション講習会が開催されます。今年度のリハビリテーション講習会では、映画『いのち見つめて～高次脳機能障害と現代社会～』の上映と、山口研一郎先生の講演を予定しております。こちらは対面形式での開催となります。是非ご参加いただければと思います。それでは早速ですが、順番に近況報告をお願いします。

当事者 A : 皆さん、お久しぶりです。定例会の活動休止期間に、その場その場に合った言葉使いや表現が大切だなと思ったことがたくさんありました。今住んでいるところには、各部屋に災害用のヘルメットが置いてあるんですが、ある人から「それでバイクに乗ったらだめですよ」と言われた。自分はそのくらいの判断はつくつもりなのに、障害があるからといってそんな風に言われるのは腹が立つ。障害はあってもみんなが皆、横一線ではないということを知ってほしいと思いました。

支援者 A : 例えば僕らも普段の生活の中で、冗談でそういった事を言うことがあるんですが、その相手の方は A さんとの人としての距離が近いから、親しみを込めて冗談で言ったってということではないんですか？

当事者 A : 冗談で言ったかもしれないけど、それって言う側の理屈じゃないですか。

支援者 A：そうですね。ただ、そういったことは気づかないうちに自分たちもやってしまっていることもあるのではないかと思います。本当に言葉は大切にしないといけないですね。お互いに、気をつけていきましょう。

当事者 B：この間ちょっと夜中に起きた時に寝ぼけていて、食卓の上に誰かが置いていた洗顔をアメと間違えて食べてしまった。朝になって口の周りが泡だらけになっていて大変な思いをしました。

支援者 A：大変な思いをされましたね。他に何か出来事はありませんでしたか？

当事者 B：最近、友人と一緒にバス釣りを始めました。まだ 1 回しか行けてないですが、今年中には 1 匹釣ってみたいと思っています。たまに、中学校の時の同級生と飲みに行ったりもしています。

当事者 C：先週の土日、オンラインにてピアサポーターの専門研修を受けて、無事ピアサポーターの資格をもらうことができました。

当事者 A：ピアサポーターとしてやっていく上で、人の心の痛みのわかる事っていうのは、やっぱり大切な要素だと思いますか？

当事者 C：僕はやっぱり障害のある方と一緒に寄り添って、同じ感覚で話を聞き、共感する事のできるピアサポーターになれたらと思っています。

支援者 A：研修を受けて、どこが大変でしたか？

当事者 C：今回の専門講習は、最初から全部難しかったです。専門研修では、高次脳機能障害以外の他の障害のことも出てきましたが、他の障害のことがわからず苦労しました。

支援者 A：研修自体は楽しかったですか？

当事者 C：楽しかったですね。オンラインの形式で参加するのも初めてで、すぐよかったなと思いました。

当事者 D：最近、コロナではないですが熱が出たり引いたりで少し大変でした。仕事にも期日があり、なかなか休むこともできませんでしたが今は大丈夫です。あと、先月末に自転車でこけて、肩を痛めました。もうすぐ一ヶ月になりますが、まだ痛みが引かない状態です。

当事者 E：家族がコロナに感染し、一度濃厚接触者になりました。この前の定例会でリレーマラソンの提案をしたのですが、パンフレットに見ていたら、今年のリレーマラソンはハーフの募集がないということでした。来年は是非参加できればと思っています。

当事者 F：最近、中津溪谷へ遊びに行ってきました。また、鏡川のふるさと祭りにも遊びにいきました。龍馬祭りにも行くことができ、龍馬祭りへはバスを使って行ってきました。

支援者 A：いろんなところに行かれているんですね。コロナの第 8 波が心配ですが、また皆さんにお会いできるのを楽しみにしています。

11月5日 女子会

毎月 1 回オンラインミーティングを開催しています。

最近の開催は 11 月 5 日でした。その時の参加メンバーは 13 名。県外在住の参加者とも繋がることできるのは、オンラインのメリットです。もちろん、県内外問わず生でお会いできるのを心待ちにしています。

自己紹介と近況報告、その後フリーディスカッションです。

寒くなって体調変化もありますが、再発疑いについて確認されました。参加者より、「普段と違う様子を感じたら病院へ。本人が気づきにくいこともあります」との意見があがりました。また、脳卒中のサインなどの広告を見つけたら切り取っておいて、「日頃から見えるところに貼っておくと、病院嫌いの方でも気付きやすいかも」などのアイデアが出されました。

「患者さん同士で話すと家族が把握しきれない。約束とかして相手に迷惑をかけたらどうしよう」という悩みに対して、「そんな時はまず、入院のスタッフに『知恵袋』を渡して理解してもらおう」とのアイデアが出されました。また、「何を言っているか分からなくても、うんうんと聞いている技を使う」という日常生活におけるリアルなテクニックの紹介があったり、「食べながら話すのが苦痛。どちらか一方じゃないと難しい」など、コミュニケーションの難しさについての意見も出されました。

メンバーそれぞれの取り組みや悩みを分かち合うことで、ほっとします♡

当事者・家族の会 ご案内

月例会ご案内 日時：2022 年 12 月 18 日 (日) 午前 10 時～

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)

女子会ご案内 日時： **2022年12月10日（土）** 午前10時～
初めて参加される方は、情報をお送りしますので下記まで連絡ください
090-3186-6701（和田携帯）、sumi980214@yahoo.co.jp（和田メール）

つどい処ご案内 日時： **2023年1月28日（土）** 午前10時～
場所：つどい処
※つどい処が移転しました。
中土佐町久礼 6551-3（老人憩いの家；らいおん公園横）

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 〒780-8014 高知県高知市塩屋崎町2丁目12-42

TEL：088-803-4100 FAX：088-803-4420

E-mail：npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp URL：http://blue-sky-kochi.com/