

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。



12月3日 第9回 Hi-Six リレーマラソン

この日は、当事者・家族会の有志で集まり、高知春野運動公園で開催された『第9回 Hi-Six リレーマラソン』のハーフの部に出場しました。参加者全員で襷を繋ぎながら、最後は全員でゴールテープを切ることができました。

参加した皆さん、当日会場まで応援に来てくださった皆さん、ありがとうございました。





11月19日 定例会

この日は、当事者7名、家族1名、支援者2名が参加し、近況報告などを行いました。

支援者 A：皆さんおはようございます。12月9日の土曜日に、高次脳機能障害リハビリテーション講習会が、オーテピアで開催されます。その中で、今回は家族会にも参加してくれている当事者の方に登壇していただいて、ご自身の経験をお話してもらう予定となっています。ぜひ、皆さん、ご参加ください。また、その前の週にはリレーマラソンがあります。お揃いのTシャツをユニフォームに、皆さんで楽しく参加できたらとおもいます。それでは、順番に近況報告をお願いします。

当事者 A：職場の対人関係で悩むことがあります。

支援者 A：こっちは冗談で言ったつもりが、相手は傷つけてしまったりとか、逆に何気なく言った言葉が相手にはとっても嬉しい言葉だったりとか。難しい問題ですね。例えば、言わなくてもいいことを言ってしまった時、どのように対応していますか？

当事者 A：自分で気がついたときは、ごめんねって謝るようにしています。

支援者 A：自分で気がつかない時に、相手を傷つけてしまっていて、後から、「さっきのは傷ついた」と指摘されるとどうですか？あるいは、第三者からそのように指摘されるとどんな感情になりますか？

当事者 A：これくらいのことで傷つくやねと思って。以後は、あんまりそのような対応をしないように心がけています。第三者から指摘された場合は、参考程度に受け入れます。

支援者 A：わかりました。ありがとうございます。また、この話題に関して、意見があればお願いします。

当事者 B：今月は2回、講演会に参加してきました。ひとつは、小林晴彦さんの講演で、発症からこれまでの経過や経験について話をしてくれました。私にも同じようなことがあると思って、興味深く拝聴しました。1番興味深かったのは、テクノロジー武装した能力評価の時代が来たということで、学習障害、計算障害、記憶障害などの障害は、現代のテクノロジーで解決していけるんじゃないか、というお話が聞けたことです。もう一つは、高次脳機能障害者の復職に向けたアセスメントというテーマで、専門職の方ばかりが参加していたのでわからない部分もありましたが、グループワークの中でいろんな方々と意見交換をすることができました。

支援者 A：小林さんのお話で、現代のテクノロジーを活用すれば高次脳機能障害も克服できるのでは、という話題は印象的でしたね。記憶障害に対して、例えば今まではメモ帳とかで管理をすることが多かったと思いますが、これだけスマートフォンが普及した現在では、うまく活用できればかなり役に立つのではないかと思います。家族に言

われるとイライラしてしまうけど、スマホなどで通知してくれるとイライラせず管理することができたりする。いろんな技術が開発されているので、うまく活用していきたいですね。ただ、人と人との付き合いとか、人の気持ちを汲むとかいう機能は、なかなかテクノロジーでは代償できないなと思っています。

当事者 C：最近、パソコン教室の講師の仕事をはじめました。受講されている方にはいろんな方がいますがいろんな経験をしながら仕事をする事ができています。対人関係でいうと、記憶障害の影響なのか記憶が変容していることがある。仮に向こうの思い違いであっても、記憶障害のある私の方が悪くなってしまう。なかなか簡単、単純じゃないと思います。

支援者 A：その記憶障害のエピソードに関して、そういう時はどういう風にしてほしいですか？

当事者 C：とりあえず、事実確認をしたい。自分が自分で信用できなくなる。例えば、待ち合わせの時間とか、とにかく記憶障害のある私の方が不利になることが多いし、相手が間違っているけど記憶障害のことを言われると弱い。

当事者 A：自分にイラっとするより、相手にあの怒りをぶつけた方が楽というところあるけど、それやったら、うまいこといかんもんね。

当事者 D：最近、特に変わったことはないですが、土日に、WRAP（元気回復行動プラン）の研修会に参加してきます。みんなでリレーマラソンに出ることも楽しみにしています。

当事者 E：僕も特に変わったことはないです。最近坂道を歩くのに怖いので、杖をつくようになりました。

当事者 F：対人面に関して、コミュニケーションが苦手で、学生の頃は、なかなか友達ができませんでした。会社に就職しても1年しか持たなくて。最近、住んでいる地域の障害者会があって、その中で話す人ができました。

家族 A：社会福祉協議会の開催する会に参加しています。私は、この会に久しぶりに参加していますが、参加されている方がスムーズにお話できるようになっていてすごいなと思いました。

当事者 G：僕の友人が、脳梗塞になりまして。病気になった後、会社も辞めていましたが、大阪か神戸の方で、キャンドルづくりの講師の資格をとったみたいです。今、南国にある海洋堂ホビー館で、土曜日に週に1回、キャンドル作りをやっているのでもしよかったら、参加できる人がいればぜひ参加してみてください。

支援者 A：皆さん、ありがとうございました。少し寒くなってきたので風邪をひかないように。また12月に会いましょう。

11月11日 女子会

今回も、ハイブリッド形式で開催しました。参加メンバーは16名。

初参加者あり、自己紹介と近況報告から開始。11月3日の講演会に参加し「障害は社会にあるカベ」、「つながっていききたい」との感想も聞かれました。「限りある人生をどう生きるか」、「誰かの役に立ちたい」と今後の展望。「自分で自分のことがわからなかった、今は頼らないかんと思う」、「当人がこの会に行ってみたくて言った」、「家族である自分がいっぱいになった時に、支援者が診察に同行してくれて助かった」、「12月はイベントが多く、それに向けて順にこなしている」、「念願の（大相撲）高知場所へ行ってきた」、「県外から友人が高知に来たので観光地を回った」などなど。

「知り合いで困っている人がいる、どこに相談するのか」との質問には、体験からの知恵として、役場、地域包括支援センター、社会福祉協議会の名前が挙げられました。また、「困っていると気づいた人が、住民のひとりとして声を上げていいし、それによってつながりがあるのは住民としての安心につながると思います。

当事者も家族も、当事者の自立をどう支えるか、という話題。心配なことは次々と現れます。まだ起こっていないことをあれこれ心配するのは無駄な時間かもしれない。やってみたらできることもある、困ったら助けを求めたらいい、命までとられることはない、後からでも対応できることはある。『失敗するかもしれない、そうしたら対応すればいい』という広い気持ちでの見守りは、当事者も家族も安心感になりそうです。

メンバーで分かち合い、知恵を出し合う場です。参加お待ちしております。

11月25日 中土佐町高次脳機能障害ミーティング

つどい処にて開催しました。参加者は計6名。

前半は自己紹介と近況報告。仕事で参加できないメンバーはつどい処にメッセージを託してくれて、『楽しく飲んだ帰り道に、地球と激しくも優しい抱擁をした（転倒です）体験から、飲んでも（注意など）障害があることを忘れないで』との注意喚起がありました。

後半はフリーに話し合います。当事者が抱えている高次脳機能障害を理解されないと感じている体験。目に見えない症状、気分の浮き沈みなどのしんどさを理解してほしいとの気持ち。伝えないとわからないが、伝えたらわかってほしい。他者と接点を持つことはとてもパワーがいるのだけど、頑張って伝えても、わかってもらえていないと感じられない。対応方法がわかりやすい症状なら対応してもらいやすい、相手を気にしない、あきらめることも大事な選択肢だ、など。

即解決でなくても、日頃のもやもやを吐き出せる、この場を大事にしていましょ。



当事者・家族の会 ご案内

月例会ご案内 日時：2023年12月17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）
〒780-8014 高知市塩屋崎町 2丁目 12-42
Tel：088-803-4100 Fax：088-803-4420
青い空携帯：090-9450-2990
E-mail：npo-aoisora@snow.ocn.ne.jp
URL：http://blue-sky-kochi.com/

女子会ご案内 日時：2024年1月13日（土） 午前10時～12時（オンライン、対面のハイブリット開催）
・今回は第1土曜日の開催です
・対面の会場は脳損傷友の会高知青い空（塩屋崎町 2丁目 12-42）
・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：2024年1月27日（土） 午前10時～12時
場所：つどい処
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/