

—INFORMATION—

家族会の活動

☆定例会 偶数月第3日曜日 10:00~

目黒区中央町社会教育館にて

【今後の日程】

2019/12/15、(10/20は3区合同勉強会)

2020/2/16、4/19、6/21、8/16

☆通信いぶき発行 年3回

入会は随時承っております。

年会費：正会員 1家族 一口(1,000円)以上

賛助会員 2,000円

法人会員 一口 5,000円以上



☆ホームページ

各種講演会・セミナー等の情報を
随時掲載しております。



—現在の会員数—

正会員 16名 高次脳機能障害者家族

賛助会員 28名 2団体

いきいき福祉ネットワークセンター(職員)、厚生中央病院、
東京医療センター、三宿病院、東邦大学病院(MSW,OT,ST)、
三軒茶屋内科リハビリテーションクリニック、祐天寺松本クリ
ニック、榎林神経内科クリニック、目黒ケイホームクリニック、
(株)アートイディア、一般市民の方など

3区(大田・品川・目黒) 合同企画イベント

高次脳機能障害者は「働いています！」 —就労はスタート—

日 時：2019年10月20日(日)

13:30~16:00

会 場：目黒区役所 総合庁舎 2F 大会議室
(目黒区上目黒2-19-15)

内 容：高次脳機能障害者からのメッセージ
高次脳機能障害者・家族・支援者の邦楽演奏

参加費：無料(事前申込不要)

お問合せ先：03-3712-2731(根本)

高次脳機能障害と囲碁&心の唄コンサート

日 時：2019年12月1日(日)

10:30~16:20

会 場：大田文化の森(ホール/スタジオ)
(大田区中央2-10-1)

プログラム：

10:30~12:00 第一部「楽しい囲碁！」

12:00~12:40 伝説のアニメ「ヒカルの碁」上映

13:00~14:20 第二部 高次脳フォーラム
「認知症と高次脳機能障害への囲碁の効果」

14:40~16:20 第三部 心の唄コンサート

参加費：無料

お問合せ先：080-5450-0052(栗城)

発 行：目黒区高次脳機能障害者家族会

事務局：〒153-0064

東京都目黒区下目黒3-5-16 パームコート内

TEL：03-3712-2731(根本)

mail：ai-chino@aidea.co.jp

H P：https://megurokufamily.wixsite.com/
megurokufamily/about1

制作：世話人会 / 印刷：(株)アートイディア

目黒区高次脳機能障害者家族会つうしん



第23号 2019年 9月発行

SINCE2010 MEGURO KOUJINOU KAZOKU-KAI

高次脳機能障害って何？

脳の損傷により、言語や思考・記憶・行為・学習・
注意などに機能障害が起きた状態をいいます。

原因は？

脳卒中(脳梗塞・脳出血・くも膜下出血)、交通
事故などによる頭部外傷、その他低酸素脳症・脳
炎等によってなります。

主な症状は？

記憶障害：新しい事が覚えられない

注意障害：集中力が続かない

脱抑制：抑制が効きにくい

遂行機能障害：物事の計画・実行がうまく出来
ない

失 語：言葉を理解・表現することが苦手

易疲労性：精神的に疲れやすい

半側空間無視：目の前の半分の空間(主に左側)
を無視する・気付かない

一度損傷を受けた脳は、回復に時間はかかりますが、
リハビリや、障害の症状に応じた適切な対処法を身に着け
ることで、症状が改善されたり障害とうまく付き合ってい
けるようになります。

家族会は、同じ障害を持つ当事者・家族同士が、
お互いの経験や悩みを話し合い、情報交換する場所です。
是非お気軽にご参加ください。



諦めていた海外旅行に挑戦！

大本 佐代

主人がくも膜下出血により高次脳機能障害となり、左全麻痺のため車いす生活となってから今年で11年目になります。倒れてから6年が経過し生活のリズムも落ち着いた頃から、毎年国内旅行を楽しむようになりました。初めの頃は、慣れない場所や大勢の人がいるところでは、興奮し大きな声が出てしまう等の心配があったため、もっぱら介護タクシーを利用していました。ですが、徐々に旅行に慣れてくると、列車や新幹線などの公共交通機関に挑戦するようになり、出掛ける範囲も広がっていきました。

昨年初めて飛行機を利用して旅行をした時に、機内では比較的落ち着いて過ごすことが出来たことをきっかけに、それまでは長時間のフライト等のため無理だと諦めていた海外旅行にも行けるかもしれないと思うようになりました。そこで、今の元気なうちに行けるのなら行ってみよう！と思い切ってハワイ旅行を計画しました。

今回の旅行も、介護付き旅行の専門会社に手配や毎回旅行に同行してくださるトラベル・ヘルパーの方などお願いし、3人での旅行となりました。

旅行の準備をしているなかで苦労したのが、パスポート申請書書類の自署の欄の記入でした。

自署はパスポートにそのまま転写されるため、既定の枠内に記入する必要がありますが、左半側空間無視があるため、左側が大きく空いてしまったり、右に寄りすぎではみ出してしまったりと、余分に申請書をもらい何回も書き直してやっと書類を整えることが出来ました。

また、飛行機の座席は、通路が右側になってしまうと通路を通る人やワゴンを押してしまうリスクがあるため、通路が左側になる席を確保し、ドリンクをこぼさない様に、自宅で使い慣れている取っ手の付いたコップを持参しました。

準備を終えていよいよ出発。搭乗後の機内では声を挙げてしまうことが心配でしたが、他の多くの乗客の方はイヤホンで音楽や映画を楽しんでいたりと、家族連れの子供の声も聞こえていたのでそれほど気になることはありませんでした。

現地に到着後、翌日からはいよいよハワイ観光。一番思い出深いのは、ハナウマ湾での海水浴でした。ビーチでゴムの太いタイヤの水陸両用の車いすを借りると、砂浜でもグイグイと進み、足が濡れるほど波打ち際まで近づいていくことが出来ました。



少し海の中へ入っていくと、そこでは泳いでいる魚も見ることが出来、海の青さや透明感を肌で感じ、また海水を掛けたりと身体いっぱいにはワイの海を満喫することが出来た時間でした。

宿泊先ではベッドが高すぎた為、急遽ソファベッドを準備してもらったり、観光地の車いす用のトイレが、スペースが広いだけで手すりがない一本も無かったりと戸惑うこともありましたが、それ以上に日本とは違った景色や空気を味わい体験できたことは、本人にとっていいリフレッシュとなり、また家族にとっては、最高の慰安旅行になったと思っています。

この経験で一気に海外という壁が無くなり旅行先を選ぶ楽しみが増え、次の旅行を目標に日々の生活を頑張っていきたいという思いを強くしました。