

生活リハビリテーションセンターだより

研修会報告

イライラや不安はなぜ起こる？ 脳がつくり出す困り事



11月12日(日) 堺市総合福祉会館ホールにて、平成29年度堺市高次脳機能障害及びその関連障害に対する支援普及事業の第3回支援普及研修会「イライラや不安はなぜ起こる？脳がつくり出す困り事」を開催しました。高次脳機能障害の方の社会生活が難しくなる大きな要因の一つである感情コントロールを主なテーマにして2部構成で行いました。当日は139名の方々に堺市内外からお越しいただきました。

第1部は、高次脳機能外来「なやクリニック」副院長であり、当センター嘱託医として勤務いただいている納谷敦夫先生より「高次脳機能障害を理解する～地域での支援と課題～」と題して、高次脳機能障害の原因や症状だけでなく、利用できるサービスや制度、支援ネットワーク等についても幅広くお話しをいただきました。



なやクリニック 高次脳機能外来 担当医師
生活リハビリテーションセンター嘱託医 **納谷 敦夫先生**

第1部後半は、当センターを利用された後、現在就労されている当事者の方による「当事者として、私がイライラとするとき」と題して、普段の生活における困り事や感情コントロールの難しさなど、自身の体験談を報告をいただきました。来場された方のアンケートから、当事者の声が聞けて良かったとの感想も多く聞かれました。

第2部は、東京福祉大学教授で埼玉県総合リハビリテーションセンター高次脳機能障害者支援センター長の先崎章先生による講演「精神疾患（認知症を含む）・高次脳機能障害はどう違うのか？その仕組みと対応について」でした。認知症や精神疾患との違いや、感情コントロールの方法、家族・支援者による当事者への対応方法などのお話しをいただきました。電子録音機やスケジュールノートなどの具体的な活用事例や、診察室でのやり取りの映像を交えてのご講演で、「分かりやすかった」「もっと聞きたかった」とのお声がありました。



東京福祉大学教授 埼玉県総合リハビリテーションセンター
高次脳機能障害者支援センター長 **先崎 章先生**

1部、2部とも会場の皆様は熱心に講演を聞き入っておられました。今後も当事者・家族・支援者の皆様の生活やご支援につながる研修会にしていきたいと思っております。



生活リハビリテーションセンターでは月1回、調理訓練を行っています。

料理は、「献立を決める→材料を揃える→作る→食べる」といった工程ですが、これは計画を立てる力・判断力・注意力が必要となり、高次脳機能障害のリハビリの中で、とても良いリハビリの一つです。

また、屋上庭園で採れた野菜や果物を使うこともあり、自分たちで作った作物を味わう喜びや季節を感じることができる、他の方とコミュニケーションをとりながら調理をするということも大きな目的の一つです。

9月 「ハヤシライス・コブサラダ」



ハヤシライスは市販のルーを使わず、夏に屋上庭園でたくさん採れたトマトを冷凍したものを使用しました。様々な工程を誰が担当するか話し合

想があがったり、また、普段給食を残すことが多い方が完食するなど、美味しく仕上がりました。



し合うことから調理訓練は始まり、レシピをきちんと読み込み、手順や材料を確実に守ること、時間内に作り終えることなど、なかなか大変です。また、片麻痺の方も参加されることもありますので、その際は自助具等を使い、できる作業に参加してもらいます。参加された方からは、「こんないろいろな工程があるのかと感じ、普段食事を作ってもらうことがありがたくなった」との感

10月 「いなり寿司・豚汁・ほうれん草のおひたし」



豚汁は具をたっぷりにしたため、材料を切るのが大変でしたが、みんなで協力しながら作りました。いなり寿司の酢飯を詰める際には、お揚げを破かない



ようになり慎重に作業しました。「とにかく美味しかった。」「家族にも作ってあげられるようになりたい。」とうれしい感想に私たちまで心が温まりました。また、たくさん作っていただいたいなり寿司は、午後の家族懇談会でご家族の方にも召し上がっていただきました。

11月 「スイートポテト」

昼食のメニューを作ることが多いですが、スイーツ作りも行っています。

いつもは調理工程を分担して行うのですが、今回は全ての作業を各自で行い、サツマイモを裏ごしする作業はかなり根気と労力が必要でしたが、それぞれ頑張っていました。スイートポテトを成形する作業では、お一人お一人の個性が出て、「みんなと作って楽しかった。また参加したいです。」「作った苦労があったので、より美味しく食べられた。」とこちらも心の温まる感想をいただきました。



学びの広場



「高次脳機能障害になったけど、もう一度運転したい!」という方は少なくありません。当センターでも「運転を再開したいけど、どこでどんな手続きをしたらいいの?」という相談も受けます。

今回は、高次脳機能障害となった方が運転を再開するための手続きについてまとめました。

高次脳機能障害のある方の運転再開について

作業療法士 中岡 真弘

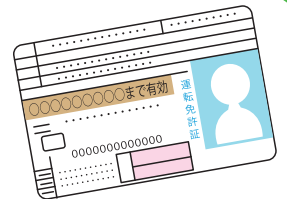
運転免許試験場に申告せずに乗ってはダメ?

運転に支障をきたすおそれのある一定の病気等にかかっている場合は申告する義務があり、道路交通法で定められています。運転に支障がある障害があることを知りながら、その障害が原因で事故を起こした場合には「危険運転致死傷罪」に問われることもあり(「日本身障運転者支援機構」ホームページより)、自己判断での運転再開は絶対にやめましょう。

また、免許証更新時には必ず「質問票」という用紙に病気の有無や意識消失の経験について回答する必要があります。虚偽(うそ)の回答をすると1年以下の懲役、または30万円以下の罰金となります。また、申告せずに運転して事故を起こした場合、任意保険が保険会社から支払われないおそれがあります。

どこに相談するか?

運転免許証を発行するのは各都道府県の公安委員会です。大阪府には門真運転免許試験場と光明池運転免許試験場がありますが、高次脳機能障害の相談窓口は門真運転免許試験場です。電話での相談も対応しています。



運転再開までの手続きは?

運転免許試験場で相談すると、臨時適性検査の受検を指示され、合格すると運転再開が認められます。ただ、最近は臨時適性検査の受検の前に、医師の診断書を提出するように言われることがほとんどです。この場合、渡された診断書を主治医に記入してもらい、運転免許試験場に提出します。

主治医が診断書を書いてくれないけど、どうしよう?

医師は診断書に「運転できる能力がある」と記す必要がありますが、医師によっては「診察室で運転は見れないので、運転できるか判断できない」として診断書を書いてくれないというケースがあります。このような場合、本当は運転の能力があるのに運転が再開できないという状態になってしまいます。そのため、大阪府には、『高次脳機能障がい者運転評価モデル事業』というものがあります。



堺市では大阪府と連携して

「堺市高次脳機能障害者自動車運転技能評価事業」を行っています

すでに運転免許証を持っており、高次脳機能障害の人が運転再開するにあたり、運転免許試験場に医師の診断書を提出するために運転適性を評価することです。市民の運転再開についての相談は当センターが窓口となります。医師の診察、神経心理学的検査、運転シミュレーター検査、自動車学校での適正検査と実車評価を経て、適正有りと認められた評価結果をもとに医師が診断書を作成します。

興味のある方は、まずは当センターにご相談ください。

聞かせて先輩

今回はOB会「はばたきの会」山下会長からの近況報告を掲載します。



はばたきの会 会長
山下 博幸さん

皆さんこんにちは、はばたきの会の山下です。
11月5日に総会を無事終えることができました。
早いものでこの会も5年目に入りました。

今回、初めて2部形式で総会を行いました。第1部は総会、第2部は親睦の部としてボランティアグループ「玉すだれ美笑助隊(びしょうじょたい)」による玉すだれや皿まわしの観賞・体験など、楽しいひと時を過ごしました。

また、生活リハビリテーションセンターの協力を得て、未入会の生活リハビリテーションセンター卒業生に、はばたきの会の案内のチラシを郵送してもらいました。今回の総会では新たに3名のメンバーが入会してくれました。5年ぶりの再会ですごく懐かしく思いました。その後もさらに2名の卒業生が入会してくれました。

会の運営方法も会員の皆さんに負担の掛からないように、参加しやすくするように検討を行いました。行事も9月に総会、12月に「障害者週間」フェスティバルでスイートポテトの販売、5月に交流会の年間3回としました。会費は月額50円で年間一括払い600円としました。

はばたきの会の活動が、リハビリを卒業したメンバーの気分転換・情報交換の場として盛り上がっていかばと思っています。



入会希望の方は、生活リハビリテーションセンターまでご連絡ください。

堺市立健康福祉プラザ 生活リハビリテーションセンター

〒590-0808 堺市堺区旭ヶ丘中町4丁3番1号 堺市立健康福祉プラザ内 4F

TEL.072-275-5019 FAX.072-243-0202

■開館時間 9:00~17:30 ■休館日 土・日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

<http://www.sakai-kfp.info/>