

生活リハビリテーションセンターだより

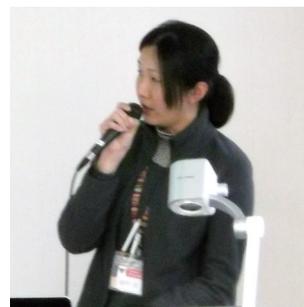
研修会報告

1. 第4回堺市高次脳機能障害支援普及研修会

2月12日健康福祉プラザ大研修室にて、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第4回支援普及研修会「若年脳血管障害患者の社会参加支援～介護保険第2号被保険者のニーズを考える～」が開催されました。

ケアマネージャーを中心に介護保険事業関係者から29名の参加をいただきました。今回は40歳～65歳未満の脳血管疾患によって高次脳機能障害となられた方々の

支援課題をテーマに、美原基幹型包括支援センター主任ケアマネージャーの田中郁子氏より「介護保険第2号被保険者のケアプラン作成における課題」について講演をいただきました。また、中途脳損傷者の日中活動の場として数多くの支援をされている社会福祉法人麦の会理事長の辻伯夫氏より「中途障害者社会参加支援の現状と方向性について」と題して、法人にて運営されている作業所を利用されている方々の年齢構成やサービス利用状況などから支援ニーズと課題についての講演をいただきました。



美原基幹型包括支援センター
主任ケアマネージャー
田中 郁子氏

研修会後半は、参加者より日々の支援現場における課題などについて積極的な意見交換が行われ、多様な支援課題に対して、当事者ニーズを中心に介護保険サービスと障害福祉サービスとの連携の大切さを確認する機会となりました。



2. 平成25年度高次脳機能障がいの方への口腔ケア研修会



大阪大学歯学部附属病院
顎口腔機能治療部
高井英月子先生

1月16日と2月13日の2日間にわたって、堺市歯科医師会共催「高次脳機能障害者の口腔保健事業」研修会が開催されました。初日の事前研修では、16名の市内の障害者支援施設職員が参加し、高井英月子先生（大阪大学歯学部附属病院 顎口腔機能治療部）の講義と参加者相互の口腔ケア実習が行われました。

います。今回の研修会に当事者モデルとして参加いただいた利用者からは、日頃のブラッシング不十分さと適切な方法が理解できたとの感想をいただきました。また、今回学習したことを当センター利用者全体へ還元できるよう適切なブラッシング方法など紹介していきたいと考えています。

2日目の実地研修では、センター利用者8名に当事者モデルとして参加いただき、歯科医師による模擬健診と歯科衛生士による口腔ケア指導が行われ、事前研修受講者への口腔保健指導の解説講義が行われました。健康的な生活のための口腔ケアの重要性はますます注目を浴びて



にこにこ通信

~~~~~ リハビリテーション農園 にこにこ



▲プリムラ

にこにこ通信第2回では、現在（2014年3月）の屋上ふれあいガーデンでの様子と、園芸療法の活動を、前回に引き続きお伝えします。

レイズドベッド（車椅子や立位でも植物に直に触れることができる、床面を高くした花壇）では、可憐なプリムラと色鮮やかなパンジーが咲いています。色の種類が豊富で華やかであることと、花期が長いことから、これらの花を選びました。特に花期については、11月～翌年5月までの長い期間、私たちを楽しませてくれます。生活リハビリテーションセンターでは、毎週金曜の午前中に「園芸療法」のプログラムを行っていますが、このプリムラとパンジーの花も、利用者の皆さんと一緒に植えました。植え付け後も、毎朝の水やりと、週一回咲き終わった花の花がら摘みを、皆さんがいてねいに行ってください

おかげで、綺麗な花が咲き続けています。



▲パンジー

「リハビリテーション農園 にこにこ」の方は、昨年12月にキャベツとブロッコリーを収穫した後、現在は夏野菜を植える時期まで休眠中ですが、代わりにプランターでの野菜栽培を行っています。現在育てているのは、ほうれん草、にんじん、かぶです。これらの野菜も「園芸療法」のプログラムで、種播きから行いました。種を播いたのが11月上旬、それから約5ヶ月



▲ほうれん草

かかってとても立派に育ちました。野菜の栽培に関しては、それぞれの野菜の担当者を決めているのですが、特にご自分の担当の野菜には愛着を持っておられ、とても大事に育てて

ているのがわかります。またこれらの野菜は、調理訓練の時に調理して、皆さんに召し上がっていただく予定です。ご自身が長い時間をかけて育てた野菜を収穫する時、それを食べる時の嬉しさはひとしおだと思います。



▲にんじん



▲かぶ

園芸療法の良さは、植物の成長過程に沿って継続して活動に取り組める喜びがあること、役割を持つこと（自分にできることを見つけ、自信が持てる）、植物はその存在だけで癒しの効果があること、などがあると考えています。まだまだ園芸療法の可能性と魅力を探っているところですが、これからもここでその可能性と魅力をお伝えしていきたいと思

います。その他、生活リハビリテーションセンターでは「園芸療法」プログラムにご参加いただけるボランティアを募集しています。園芸は初めてという方でも、当センターの行う高次脳機能障害者への支援にご協力

いただける方は、お気軽にお問い合わせください。  
（電話 072-275-5019 担当：川村まで）



# 学びの広場

今回のテーマ

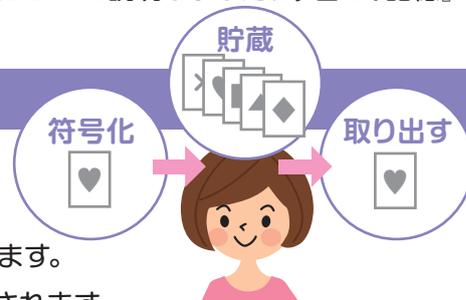
## 《記憶について深く考える》

高次脳機能障害といってもその内容は様々で、ご自身や周囲の方々もどのように対処しようかと考えておられると思います。このコラムでは、高次脳機能障害の内容ごとの対応方法などを紹介していきます。

今回は「記憶障害」というテーマで、記憶障害全般について説明しました。今回は『記憶』そのものをもう少し掘り下げて考えてみようと思います。

### 記憶の過程

人が何かを記憶するためには、図のような過程を通ります。



①**符号化**：脳に記憶するものを入れ込みます。

符号化が苦手な人は、物を覚えてもすぐに忘れてしまいます。

②**貯蔵**：符号化された記憶は脳の中でまさに「貯蔵」され、保管されます。

貯蔵が苦手な人は、覚えたはずの記憶の内容が別の者にすり替わったり、一定の期間覚えていても知らぬ間に貯蔵庫から抜け落ちてしまうことがあります。

③**取り出し**：貯蔵された記憶は必要に応じて取り出されます。いわゆる「思い出す」ということです。

取り出しが苦手な人は、自分から思い出すのは苦手だけれど、ヒントがあれば思い出しやすい人がいます。

「符号化」「貯蔵」「取り出し」は厳密に線引きはできません。ただ、「自分はこの3つの過程のうちどこが苦手かな?」と考えることは、記憶障害のリハビリテーションをする上で意味があると思います。

### 記憶の種類 — 陳述記憶と手続き記憶 —

「記憶」というものは記憶する内容によって2種類に分けることができます。

- ・**陳述記憶**：「昨日自分が何をしたか」「鎌倉幕府を開いた人は誰か」「肉じゃがの作り方」など、言葉で説明できたり、意識して思い出せる記憶のことをいいます。
- ・**手続き記憶**：自転車の乗り方、箸の持ち方など、体で覚える記憶のことをいいます。

一般的には手続き記憶は障害されにくく、陳述記憶は障害されやすいです。

「記憶障害」と一言でいっても、人によって忘れやすいものは異なります。『記憶』について深く知ることが、自分の障害を見つめなおすきっかけになるかもしれません。

### 記憶障害のリハビリテーション — 知ることから始めよう —

社会生活を送る上で記憶障害とどのように付き合えばよいのでしょうか?

まずは、自分自身の記憶障害が日常ではどんな形で現れるか?それによって自分や周囲が困っているのか?ということを知ることから始めましょう。「忘れていたことに気付いていなくて自分では困っていないけど、周囲が困っている」ということもよく起こります。

### 記憶障害があっても新しいことを覚えたい! — エラーレス学習のすすめ —

**エラーレス学習**・・・聞きなれない言葉かもしれませんが。日本語に直訳すると『誤りなし学習』です。何かを覚えるときは失敗がないように学習することを言います。記憶障害があると試行錯誤しながら何かを覚えるのが苦手になります。失敗を繰り返すと、何を覚えるべきか・覚えなければいけないか混乱してしまいます。

そこで、エラーレス学習です。何かを覚えるときはできるだけ失敗体験をしないように周囲の人が気を付けてあげると効果的です。例えば、家から図書館までの道のりを覚えたい人がいます。はじめは支援者がそばにつき、誤った方向に行きそうになればすぐさま修正してあげるのです。記憶障害があっても周囲の協力のもと、適切な方法で新しいことを覚えられる可能性があります。

## 聞かせて先輩

今回はOB会「はばたきの会」会員 原野美佐子氏からのお話を掲載します。

### 7年経っても 日々勉強



はばたきの会  
原野 美佐子

娘は2008年、38歳の誕生日を迎えて1週間後の2月8日、くも膜下出血で倒れ緊急手術を受けました。仕事で大型車に乗っており、高速道路上の発症でした。自分の意思で路肩に車を止め、気を失ったようです。他の人たちを巻き込まなかったことが幸いでした。

手術中は後遺症のことなど考えておらず、ただただ生きてほしいと祈っていました。何日も意識が戻らず、目を開けたら誰の名前を1番に呼ぶかな、などと言いながら見守っていました。その後、目は開けましたがテレビドラマのようにはいかず、無表情の状態が長く続きました。

日がたつにつれて、「思うようにいかなかったら仕方ない」と前を向くことを諦め、少し良くなればそれ以上を望み、と諦めきれず、試行錯誤の日々が今も続いています。

でも、今があるのは本人の頑張りはもちろんですが、生きる希望を与えてくれた友人の励ましは大きかったと思います。生きて何かしたいという希望がなかったら、リハビリの効果も薄かったのではと思っています。

そんな中、リハビリに通い始めて、スタッフの方の支援、新しい仲間との交流で人と接していく楽しさを思い出したのか、少しずつ言葉も出やすくなってきて、リハビリの効果が出てきました。娘も結果が自覚でき自信につながったのか、いろんなことを頑張れたと思います。しかし、いくら頑張っても叶えられないことも多くあり、新たな問題も起きています。

私としては、何もできないと決めつけて私主導になっていた日常を反省して、娘が自分の考えで決め、行動するように心がけています。目に見える言動、行動など口・手をださず見守ることは、忍耐のいることです。

娘はリハビリスタッフからの就労継続支援事業所の紹介も最初は拒んでいましたが、気長く接していただき、自分の考えで決め、今はバスで事業所に通っています。

娘にはできることは自分でするようにしてもらっています。自分でできることが自信につながるのか、文句も少なくなってきました。

## 学習懇談会が開催されました

3月16日(日)にセンターOBと現利用者の交流を目的とした「第2回学習懇談会」が開催されました。1月の新春の集いに合わせて開催された「第1回学習懇談会」では、「はばたきの会」山下会長から現在の利用者・ご家族の方々へ発症から作業所通所までの体験談などの話を



いただきましたが、今回の企画は「妻の会」として、ご主人が中途脳損傷の当事者となられた奥様方同士で情

報共有や親睦を深めようというものでした。当日には、8人の参加があり、日ごろ感じて



いるもどかしさを相談したり、役に立った工夫やアイデアを共有し合ったり、予定時間を過ぎても終わらないなど、盛り上がりを見せた懇談会となりました。ご夫婦で来所された当事者同士も奥様方に負けず「夫の会」を開催し、仕事の事や発症後の夫婦関係などについて話し合っていました。予定時間を過ぎても終わらない「妻の会」に日ごろのご自身の行動を振り返る良い機会となったようです。これからも同じ立場の方同士が、情報を共有し、共感し合える交流の場を作っていきたいと考えています。

## 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/>