



発行：NPO 法人 ノーサイド  
(代表：下田文枝)

連絡先：  
群馬県前橋市下小出町 1-22-3  
080-3419-6233 (第1・3水曜日中受付)  
平成 28 年 8 月末発行

私たちは、交通事故・病気などにより脳に障害を受け、高次脳機能障害をおった当事者・家族・支援者による集まりです。私たちは当事者・家族のために普及啓発、交流会の開催、医療機関への働きかけなどの活動を行います。

## ご挨拶

今年の夏も暑さとの戦いでしたが、少しずつ朝夕は秋の気配が感じられる頃となりました。皆さんはどんな夏を過ごされましたか？

ノーサイドにも新しい会員さんも入られたり見学に来られたりと、益々高次脳機能障害に悩まされている方々の多さや、家族の思いに心の痛みを感じました。お互いの支えになれば幸いです。

また会の事業では、事例検討会を7月10日と8月14日に行い、宮永和夫先生と奥寺淳子先生ほか専門職の方々の参加もいただき、障害を見つめ直す時が持てたことに感謝しております。家庭環境や家族構成にもそれぞれの状況がありますが、ひとつひとつにどこか自分の息子や立場を重ね合わせられ、新たな思いと将来への障害のあり方を考える時間となりました。検討会も今年は3回予定されています。次回は少し間を置いて11月13日です。皆さん是非参加して下さい。

まだまだ残暑の中お身体に気をつけて下さいね。

理事長：下田文枝

## 直近の活動予定 (5月中旬時点の直近の予定です)

- 9月3日(土) 午前10時～午後4時 (開催時間は予定・昼食は各自でご用意ください)

### 【こころのふれあいバザー展】

今年も毎年恒例のこころのふれあいバザー展に出展します。今年は8月のスプラウトクラブにて皆で作成した虫よけスプレーの販売や押し花コースター体験などを行う予定です。

是非とも遊びに来てください。

場所：群馬県庁1階県民ホール (前橋市大手町1-1-1)

- 9月11日(日) 午後1:30～4:00

### 【スプラウト倶楽部】

場所：群馬県こころの健康センター (群馬県前橋市野中町368)

- 10月9日(日) 午後1:30～4:00

### 【スプラウト倶楽部】

場所：群馬県こころの健康センター (群馬県前橋市野中町368)

スプラウト倶楽部では、当事者と支援者が中心になって、活動します。

※夏のバスハイクは、社会福祉協議会のバス予約をとることができず、開催延期となりました。

H28年7月10日(日)と8月14日(日)に、ノーサイドとして初めての取り組みとなる、事例検討会を開催しました。

運営・参加した方々から感想を頂きましたので、ご紹介いたします。

### <事例検討会について>

平成28年度事例検討会が、7月10日、8月14日と、心の健康センターにて行われました。宮永和夫氏(精神科医)、奥寺淳子氏(臨床心理士)をスーパーバイザーにお迎えして、家族や専門職が集まり、事例をとおして多くのことを学ぶ機会となりました。

参加状況は、以下のとおりです。

第1回参加者：14名(内訳：家族会8名・専門職6名)

第2回参加者：14名(内訳：家族会5名(見学者1名を含む)・専門職 8名)

.....

### 参加者からの感想：

#### 【家族】

- ・家族という立場で、事例と自分の家のことを重ねてしまう。
- ・親としてはかかわりに限界がある。
- ・家族が情報を得ていくことは大事だと思う。

#### 【専門職】

- ・高次脳機能障害という障害の難しさを知った。
- ・家族が当事者を支えていることがわかった。
- ・ご家族が相談できる先など、地域サービスにつなげることが大事。
- ・仲間づくりをすることが大事。

奥寺先生からは「育てなおし」ということばをいただき、宮永先生からは「普通に近づけば近づくほど難しい」というお話がありました。

次回は、**11月13日(日) 13:30~**、こころの健康センターカンファレンスルームで行われます。皆様のご参加をお待ちしております。

(小川)

### <事例検討会の感想>

ご用意いただいた事例について、医療や支援について、いろいろな角度から、いろいろな職種の方々のご意見をうかがえ、大変勉強になりました。

急性期を脱したあとは、ご家庭での日々のきめ細かい対応の相談はもとより、福祉サービス、職場、地域の理解や支援が必要になるなとつくづく思いました。

今回の事例検討会をとおし、それぞれのご家族の抱えている課題が少しずつ見えたりもします。

このような機会をきっかけとして、もっともっといろいろな悩みを、本音で語り合える会でありたいなと思いました。

(参加した保護者より)

## ●症例検討会に参加して

平成 28 年 7 月 10 日 (日) に群馬県こころの健康センターにて症例検討会が行われました。高次脳機能障害で権威ある先生をお迎えし、家族会、医療職が 10 人程度参加した会となりました。家族会の実体験を踏まえた質問や意見が多く上がっており、症例だけでなく家族を含めた支援の方法について議論した会となりました。医療職だけの検討会では実感できない内容も多く、入院中や退院後の当事者やご家族をしっかりと支援できるようにしたとい改めて思いました。

私が家族会に関わり始めてから 5 年程度経過しました。家族会に参加できる機会は年に数回程度ではありますが、多くの医療職、患者様に家族会を紹介していき、当事者や家族と同じ気持ちを共有できる場がある事を伝えていきたいと思いました。

作業療法士 H.S.

会員の SM さんから夏休み中の体験記について、ご寄稿いただきました！  
ご紹介させていただきます。ペンネーム：SM さん ありがとうございます。

## 「松山に行ってきました」

先般、連休を利用して高次脳機能障害の仲間である愛媛県の T 氏を一人訪ねご家族宅にお邪魔しました。そこで多くの失態を犯しました。毎度ながら凹みました。失敗体験だったら、わずかでも共感することがあればと、また私の記録としても役立つかと考えて、今回寄稿させていただくことにしました。使っただけなら幸いです。

飛行機で行くことにしました。ネットで早割、格安航空会社 (LCC) を利用した最安値プランを利用することにしました。これがいけなかったです。成田空港を利用した記憶はありませんでした。事前にどこそこに行って駅から LCC 出発ゲートまで何分かかって、と計画をしっかりと立てられませんでした。出たところ勝負のどんぶり勘定、ともとられかねない杜撰な準備でした。結果、乗り遅れました。行きの早割チケット代がパーになりました。

しかもあろうことか、銀行カード等一式を家に置き忘れ現金もほとんどありませんでした。ですが、行くのを諦めるという選択肢は自分の頭にはありませんでした。帰りのチケット代も無駄にできない、という建前と変な執着がありました。なので、まずは実家に戻りました。駅からバスに乗ると最終フライトに間に合わない。母親にカードケースを持ってきてもらえないか、嫌ですがお願いしました。快諾してくれました。やはり形だけでも親孝行はしておくものだ、と思いました。普段は絶対口にしたくありませんが、「母よ、心よりありがとう」。

おかげで松山の「マドンナ」と一緒に写真を撮ることができました。

友人の父親も話していました。「一万なんぼかの出費も授業料と考えれば高くない」、私も今なら思えます。



### <教訓>

- ・わからなかったら聞く。見られたくない人から離れた場所でもこっそり誰かに「素直に」教えてもらう。
- ・手土産は余裕をもって用意する。
- ・忘れ物がないか、チェックシートでも作っておく。
- ・もっと親を大切にする。

他にもあったら教えてください。

## 5月下旬～8月中旬の活動風景



### 5月22日家族交流会

いつものメンバーでボウリング計画など  
楽しく相談しながら話をしました！



### 6月26日：家族交流会

それぞれの困りごとなど話し合いました。



### 6月12日：ボウリング大会

6月のsprout倶楽部はボウリング大会。  
皆で楽しみました！



### 7月10日： sprout倶楽部

バスハイクの計画  
とバザー内容の検  
討をしました。



### 8月14日 sprout倶楽部

バザーで販売するアイテムの作成や準備で大忙し!?

### NPO 法人ノーサイドの活動を応援してください

ノーサイドは賛助会員を常時募集しております。  
賛助会費：年額¥2,000 です  
賛助会員として会報にお名前を記載させていただきたいと思えます。

下記口座にお振り込みいただく場合は、

1. 御芳名・御住所・お電話番号
2. 会報へのお名前の記載が不可の場合はその旨を電話または e-mail にてお知らせください。

\* ゆうちょ銀行記号 10400 番号 22364821

\* 群馬銀行前橋支店 番号 1724052

名義 NPO法人ノーサイド

電話番号：080-3419-6233

メール：npo.noside@gmail.com

### ～編集後記～

いやあ～。夏休みって、あっという間ですね。夏休みが近づくとつれて、あれもこれもしようといういろいろな楽しみの妄想で頭がいっぱいでした。早く夏休みが来ないかなあ～と首を長くしていましたが・・・いざ夏休みを迎えると、考えていたことの半分もできずに「えっ、もう終わり？」といった感じです。この原稿をまとめる作業をしている今日は、私の夏休み最終日。明日からの仕事を考えるとゾツとして、お昼過ぎからはとても気分が憂鬱になっております・・・。時間の使い方がもっと上手にできるようになりたいなあと思う夏休みでした。この会報も発行直後は「次号は3か月先だから準備は未だいいや～」なんて思っていると、いつの間にか発行月で慌てて周囲の人に原稿を頼み込むのが「いつものこと」になりつつあります。もっと計画的に“遂行機能”をフル活用しなくてはならないと反省しております。(山口)