

2023年 年明けの主な事業

12月19日にリモートで理事会を開催し、2023年度に向けて事業計画について話し合いましたので、ご報告いたします。

●12月19日 理事会 出席者：宮永先生、下田、山口、繁野、浅田、武井、加藤、岡村（敬称略）

● 2023年1月7日（土）～1月15日（日）の間

第13回 ぐんま高次脳機能障害リハビリテーション講習会 YouTube配信

（事前に申し込まれた方限定で視聴可能）

🎵 2023年2月26日（日） 13:30～ 会員向け 勉強会

（群馬県庁 昭和庁舎 3階35号室）

- 1, 足利赤十字病院 精神神経科 部長 船山道隆先生のご講演
- 2, 開場の皆さんと懇談（ノーサイド顧問の宮永和夫先生もご来場予定）



🎵 2023年3月26日（日） 13:30～ おたのしみ会

（群馬県社会福祉総合センター ホール）

警察音楽隊OB『ひまわり楽団』の演奏やレクレーションを予定。

～ その他、今後は西毛地区や東毛地区でも交流会等を開催できるよう活動して行きたいと思います～

上毛新聞厚生障害事業団『愛の募金』助成贈呈について

昨年に引き続き、群馬県健康福祉部障害政策課から推薦をいただき、公益財団法人上毛新聞厚生福祉事業団『愛の募金』より助成贈呈を受けました。

ノーサイドでは会報、チラシ、リーフレット、ポスターなどさまざまな印刷物を作成し、会員の皆さまや関係機関に配布していますが、こうした広報活動に活用させていただきます。



冬場の体調管理について、コロナはもちろん、風邪、インフルエンザ、ノロウイルスといった感染予防に皆さん留意されていることと思います。また、入浴時などに急激な温度変化を避けることにも気をつけている方がいらっしゃるかも知れません。

そのほか、『水分補給を忘れない』ことも大切のようです。

冬は空気が乾燥して、汗はかかなくても肌の表面から多くの水分が奪われます。

多くの水分が奪われると、冬でも脱水症の危険性があったり、水分を補給

しないと血液の粘度が高くなり、心筋梗塞、脳梗塞、などのリスクが高くなったりするそうです。

冬場でも、こまめに水分補給しましょう。



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（会報にお名前を記載いたします）

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



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）
令和4年10月発行

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。

第13回 ぐんま高次脳機能障害リハビリテーション講習会

今年も『群馬』高次脳機能障害リハビリテーション講習会が開催され、12月18日（日）に、群馬県社会福祉総合センターで講習会が執り行われました。今回は会場に当事者・家族のみ人数制限を設けて参加可能とし、講習会の様子が収録されました。

ノーサイドからは、宮永先生との対談で、Sさん、Tさんが登壇くださり、とても有意義な対談をしていただきました。

このほか、会場で受付や資料配布などお手伝いして下さった方々、大変ありがとうございました。

今回の講習会の模様は、事前に申し込まれた方限定で、2023年1月7日（土）～1月15日（日）の間、YouTubeで動画配信されます。

高次脳機能障害との向き合い方

～当事者・家族・支援者の視点から～

1. 講演

『群馬県内の高次脳機能障害施策及び実態調査』

講師：群馬県健康福祉部 障害政策課精神保健室担当者

2. 基調講演

『当事者・家族の心理』

講師：長沼亨 先生

（南魚沼市立ゆきぐに大和病院 公認心理師（臨床心理士））



3. 当事者対談

『当事者の立場からの思いを知る』

アドバイザー：宮永和夫先生

（南魚沼市立ゆきぐに大和病院精神科医、
精神保健指定医、日本老年精神医学会専門医）



4. パネルディスカッション

『高次脳機能障害との向き合い方

～当事者・家族・支援者の視点から～』

登壇者：宮永和夫先生・長沼亨先生・支援者・家族



～ホームページとブログ～

感染予防の影響で集まりを自粛することもあります。活動状況はノーサイドのHPやブログでご確認をお願いします。

HP→<https://www.npo-noside.com/>



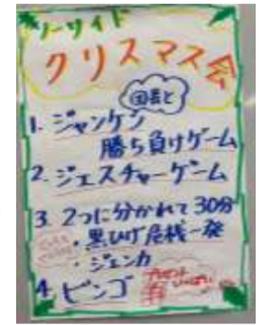
ブログ→<http://npo-noside.jugem.jp/>



クリスマス会 🎄 たのしかったですね！

11月27日(日) クリスマス会を開催しました。
 コロナ禍になって以来、久しぶりに集まって、
 楽しいひとときを過ごしました🎵
 クリスマス会に先立ち、11月13日(日)には、みんな
 で『クリスマス会でしたいこと』を話し合っ
 て決めました。ワクワクが増えましたね～

当日のスケジュール📅
 みんなで計画しました



1. まずは 団長と ジャンケン勝ち負けゲーム



じゃんけんぽん！



商品ゲット🎁
おめでとう

2. つぎは ジェスチャーゲーム

なかなかの
難易度でした🤔



正解は？

テニスをする
おにいさん



え？もう一度
お願いします

ブンッ

うーん...



正解は？

お昼寝をする
犬



ジェスチャーゲーム
お疲れ様でした！



3. 2つに分かれて 黒髭危機一髪/ジェンガ

プレゼント
いっぱい🎁

4. みんなで ビンゴ大会！

ビンゴ！！

プレゼント
どれにする？



プレゼント
もらった🎵



サンタさんがルーレットマシン
を操作して数字を出します🎲



みんなの感想🌟

- ◆楽しく過ごせました。ありがとうございます。
 メッセージカードも思ったよりすばらしくできていました。ジェスチャーゲーム、ジェンガ、みなさんと笑えて良かったです。準備の時間が少なかったですが、団長が盛り上げて下さりよかったです。
- ◆みんなで考えたクリスマス会を楽しんでできてよかった。ジェスチャーゲームがおもしろく、大笑いしてしまいました。
 サンタも盛り上がった！ありがとうございました。
- ◆今日は久しぶりに皆さんと楽しくクリスマス会ができて、嬉しかったです。
 来年も笑顔でお会いできますように♡役員の皆様、いつもありがとうございます。お疲れ様でした。(糸井)
- ◆ゲームやビンゴ大会、とても楽しかったです！沢山笑いました(^_^)私は中学生ぶりくらいに参加しましたが、子どもを連れてきて、子どもも楽しそうだったので良かったです。ありがとうございました。(糸井清晴の娘より)
- ◆のんびり、にぎやかで楽しかったです。子供も最後まであきらみませんでした。
- ◆今日はクリスマス会に参加できて良かったです。息子も楽しくできて良かったです。
- ◆コロナ禍でもみんなで工夫して楽しむことができました。懐かしい人も来てくれてよかったです！
- ◆今年のクリスマス会のビンゴでは、ビンゴの景品を選んで取ることができてうれしかったです。
- ◆いくつかのグループに分かれてジェンガをしました。とても楽しかったです。その前に黒ひげもしたんですが、3度もあたった人がいて、とてもとてもおもしろかったです。(E.T)
- ◆久しぶりに皆さんに会えて、ゲームなどで楽しく過ごせました。やはり直接みなさんの顔が見られると嬉しいです。
 又来年も会えるといいな！みなさんお元気で！
- ◆楽しい時間を過ごせました。(浅沼)
- ◆楽しかったです。ビンゴ大会の景品がうれしかったです。
- ◆最後のビンゴゲームが笑いありで楽しかった。(by.加藤雅也)
- ◆おだやかでホッとしたクリスマス会で、身体のきかない私でも楽しくうれしかったです。又ね。
- ◆ゲームの進行為上手いきき、プレゼントも楽しめて、とても良い一日でした。また宜しくお願い致します。
- ◆コロナ禍の中、久しぶりに楽しい時間をすごせました。ありがとうございます。(加藤和枝)
- ◆会のみなさん、そしてスタッフの方、とても楽しい時間をありがとうございました。
- ◆と～っても楽しかったです！！ありがとうございました♡(S.K)
- ◆みんなが楽しめて良かったです。
- ◆楽しかったです！！(金子博)

みんなプレゼントを貰いました🎁

