しずくいしの風

高次脳機能障がいメールニュース

第 21 号　<2015 年 8 月　発行>

いわてリハビリテーションセンター
高次脳機能障がい者支援普及事業

目次

1　高次脳機能障害を学ぼう

2　研修会情報

3　編集後記

そろそろ
肌寒くなる季節となりますね。

1．高次脳機能障がいを学ぼう

第２１回　注意障害のトレーニング⑤　注意の分配

○「注意の分配」とは?

複数の対象に注意を配り、同時に２つ以上のことを行ったり、複数のことを管理する能力です。この力がうまく働いていると、野菜を切ることに集中していても、お湯が沸いたら止める、電子レンジが鳴ったら中身を取り出すなどのサインに気付いて対応ができます。また、前方に集中しながら自動車を運転していても、側面や後方または同乗者などに自動的に注意が向いているおかげで状況の変化に気付いて、咄嗟のことに対応したり、安全に走行することができます。

○トレーニング１　＜複数の課題を盛り込もう！＞

いくつかの作業を組み合わせて同時に行ってみましょう。

例）以下の①～③の中から二つを組み合わせる

①後ろで流れている曲名（曲数や曲の雰囲気など）を答える

②計算　　③障害物をよけながら歩く

【①＋②】　計算を解き終わった後に、流れていた曲名などを答える。

【②＋③】　提示された計算をしながら、つまずかないように障害物を避けて歩く。

※話をしながら、食事の準備や自動車の運転、買い物をするなど日常生活の中にも同時に複数のことを行う場面は多く、日常生活もトレーニングになります。うまくいかない時は刺激が多すぎる可能性もあるので、環境や作業量を見直してみましょう。

○トレーニング２　＜読みながら同時にターゲットを探す＞

新聞記事などの文章（最初は短いものを選ぶ）を読みながら指定された文字を探す課題です。

１．音読しながら「の」に丸をつける。（例：明日の遠足では岩手山の頂上を目指す。）

２．読み終わった後に内容を話す。

トレーニングで力を高めていくことも大切ですが、普段の生活を送ること自体がトレーニングになったり自信に結びつくことが多いので、代償方法や補助具を使って生活の困り度を減らして、毎日の生活をしっかり送る工夫をすることも効果的です。

また、上に挙げたトレーニングはほんの一例です。本人の生活や目標に合わせてトレーニング内容や環境調整を行っていきましょう。なかなかいい方法が浮かばないなど困ったときは、周囲の方や利用している病院や施設の方に相談してみてください。

参考文献：高次脳機能障害マエストロシリーズ③　リハビリテーション評価

2. 研修会情報

日本脳外傷友の会 設立 15 周年記念全国大会 in 東京

日時：平成 27 年 11 月 20 日（金）13：00～
11 月 21 日（土）10：00～

場所：「きゅりあん」大ホール８階
東京都品川区東大井 5-18-1（JR 京浜東北線　大井町駅前）

内容：

11 月 20 日（金）

13:00 全国代表者会議 全国 支援拠点機関支援コーディネーター研修会
加盟団体が運営する作業所職員研修会
家族が高次脳機能障害になった子供の意見交換・交流会

18:00 全国交流会 全国の会員、家族が親睦を深め、交流する。
トランペット演奏・合唱 心の唄コンサート

１１月 21 日（土）

10:00 開会セレモニー 来賓あいさつ
当事者活動奨励賞 授与式 ―各地で頑張る当事者を応援奨励します―
基調講演 上田 敏先生 座長 渡邉 修先生（日本脳外傷友の会・顧問）

13:00 『こんな支援があれば僕らは働ける』
橋本圭司先生と働く当事者の鼎談

14:00 シンポジウム「高次脳機能障害支援の現状とどうなる今後？」
藤井 康弘 厚生労働省障害保健福祉部 部長
今橋久美子 国立障害者リハビリテーションセンター
渡邉 修 慈恵会医科大学教授
古謝 由美 日本脳外傷友の会 副理事長
瀧澤 学 神奈川県総合リハビリテーションセンター
コーディネーター 小川 喜道 神奈川工科大学教授

16:15 閉会セレモニー 大会アピール採択 次回開催地アピール

16:30 閉会

申し込み期限９月 30 日
詳細・申し込みはこちら

季節の野菜コーナー

今月の野菜「みょうが」

夏の食材ですが
秋には多少ふっくらして大ぶりな
秋みょうがが出回るそうです。
古くから生姜などと共に香味野菜
として親しまれており、食用にして
いるのは日本のみだそうです。

3. 編集後記

岩手の夏の風物詩である“さんさ踊り”も終わり、夜風も涼しくなってきましたね。今年の７、８月も全国各地で猛暑日が続き、脱水や熱中症対策に苦労された方も多かったのではないかと思います。暑さの和らぐ時期になってきましたが湿度が高いため、引き続き熱中症対策を欠かさず、それぞれの“秋”を楽しんでいきましょう！

ご意見ご感想はこちらまで　メールニュース担当（巣内・佐藤・渡辺）
アドレス koujinou-shien-reha@irc.or.jp

高次脳機能障害支援事業ホームページ
http://www.irc.or.jp/koujinoukinoushougai/index.html