

しづくいしの風

高次脳機能障がいメールニュース

第20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

1. 高次脳機能障がいを学ぼう

第20回 注意障害のトレーニング④ 注意の転換



○「転換性注意」とは

状況に応じて注意を別の対象に切り換える力を「転換性注意」と言います。注意の切り換えが困難になると、一つのことに過剰に熱中して次の行動に移れなくなりたり、一部分にこだわりやすくなります。そのため、テレビを見ている時に声をかけられても気付けない、休憩時間が終わってもマンガを読み続ける、同じところばかり気になって探し物がなかなか見つからなくなることがあります。

○トレーニング① <あらかじめ予定を確認して気付きを促す>

- ・作業を始める前に終了時刻や終了の合図、次の予定を伝えておきましょう。
時間を意識したり、明確な合図を決めることが効果的です。しかし、それでも難しい場合は、本人が気付きやすいような工夫を考えてみましょう。
工夫例)・時間内に実施可能な分量だけ渡す。
 - ・様々な感覚（聴覚、視覚、触覚、嗅覚など）を並行して使う
例) アラーム、バイブ機能、「終了5分前！」と表示、肩を叩いて声をかける、コーヒーメーカーのスイッチを入れてコーヒーの香りを漂わせるなど

○トレーニング② <予定をあらかじめスケジュールに組み込む>

物ごとに熱中しすぎると頑張りすぎてしまうことがあります、疲れてしまって本来の力を発揮できなくなったり、その後の予定が疎かになってしまうことがあります。休憩時間等を含めた一日の予定表をつくって、取るべき行動を確認してみましょう。

- ・支援者と相談しながら作ったスケジュールに沿って行動する。
・疲れ具合や正確性など変化を振り返り、本人に合った内容に変えていく。

○トレーニング③<切り替えを含んだトレーニング方法>

- ・たくさん数字が書かれたプリントから決められた数字だけを探して消す課題
 - ①：ターゲットとなる数字を2つ決めます（例：「1」と「2」を探す）
 - ②：まず「1」を探します。30秒経ったら合図（手を叩くなど）をします。
 - ③：合図があったら、今度は「2」を探します。更に30秒後に合図をします。
 - ④：合図があったら、また「1」を探します。更に30秒後に合図をします。
 - ⑤：③と④を繰り返していきます。

切り替えがうまくいかない時は「次は2を探しましょう」など具体的に伝えてください。慣れてきたら「偶数」と「奇数」にするなど難易度を調整していきます。

*注意の転換のトレーニングは「振り返り」が大切です。うまくできた点とうまくできなかった点、前と比べて変わった点を確認しながら、今度どうするかを相談したり、本人に合った方法を考えていきましょう。事実を押し付けるのではなく、本人が気づいた点をうまく扱うことがコツです。



猛暑が続くのはもう少しの
辛抱でしょうか・・・？

2. 研修会情報

第3回 自動車運転再開とりハビリテーションに関する研究会

日時：2015年10月17日（土） 13時～18時

場所：北九州国際会議場 メインホール
福岡県北九州市小倉北区浅野3丁目9-30
(JR 小倉駅新幹線口徒歩7分)

主催：「高次脳機能障害のリハビリテーションと自動車運転再開」
に関する研究班

代表研究者 独立行政法人労働者健康福祉機構
門司メディカルセンター 院長 蜂須賀研二 先生

内容：

・講演会および講習会

～特別講演1～

「高齢者や脳障害者に対する運転支援システムの動向」

～特別講演2～

「脳卒中患者の自動車運転再開に関する諸問題」

・一般演題

・講習会

1) 高次脳機能検査法と標準値

産業医科大学若松病院リハビリテーション科

准教授 岡崎哲也 先生

2) SiDS評価実技

九州産業大学情報科学部

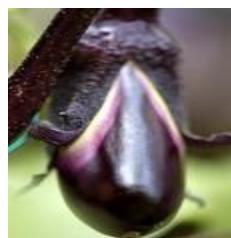
教授 合志和昇 先生

・ポスター展示、意見交換会

ポスター閲覧、商業展示(SiDS, フジオート)、意見交換会

季節の野菜コーナー

今月の野菜「なす」



ナスはインドが原産とされるナス科の一年草で、日本には奈良時代に入ってきたと言われています。当時は「なすび」と呼ばれ、その名残が今でも地域によって残っています。もともと原産地周辺の東南アジアなどでは日本とは違い、白や緑色のものが一般的です。

[詳しくはこちら](#)

3. 編集後記

前号に初の試みで取材を行ってみましたがいかがだったでしょう？編集者も手探りの状況で取材に出向いたところであります。

記事を読んで頂いて「私のところにも取材に来て！！」「今度こんなイベントあります！」という方がいらっしゃいましたら、ぜひ担当までご一報下さい。

すぐに取材に向かいますので！！！

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>