

光友会
だより

四季だより

ホームページ <http://www.lfa.jp>

第 78 号

発行 社会福祉法人光友会
 発行責任者 五十嵐 紀子
 編集 藤沢障がい者生活支援センター
 〒252-0804 藤沢市湘南台1丁目
 8番地 湘南台文化センター 2階
 TEL 0466-54-9020
 FAX 0466-54-9021

心のバリアフリー

～高次脳機能障がいについて～①

事故や病気で脳を損傷した後、身体にケガや麻痺等はないが、周りの人とのトラブルが増えるなど、仕事や日常生活をうまく送ることができなくなって困っている方がいます。実は、その原因が**脳損傷後の後遺症**によるものだと、周りの人も、本人ですら気づきにくいのが、**高次脳機能障がい**の特徴の1つです。



「高次脳機能障がい」って、どのような障がいなの？



- ・原因となる事故や病気が明らかで、MRI等の検査によって**脳の損傷**が確認されている
- ・記憶障がい・注意障がい・遂行機能障がい・社会的行動障がい等の症状によって、日常生活に支障が生じている等の条件によって「高次脳機能障がい」と診断されます。



原因となる事故や病気って？



- ・脳出血・脳梗塞等の「**脳血管障がい**」
- ・交通事故や転落事故等による「**外傷性脳損傷**」
- ・窒息や心筋梗塞等による「**低酸素脳症**」
- ・その他「**脳炎**」や「**脳腫瘍**」等があります。



意外と身近な病気や事故だったりするんだね。

そうなんですよね。
 それでは、具体的な症状について次頁にご紹介します。



高次脳機能障がいの 主な症状と対応

脳のどの部位をどの程度損傷したかによって、高次脳機能障がいの症状は一人一人ちがいます。その一例をご紹介します。

記憶障がい



- ✓その時は覚えても後で忘れてしまう
- ✓何度も同じことを質問してしまう



- ・本人が確認しやすい方法でメモをとる。
(携帯電話機能・カレンダーへ記入等)
- ・確認することを習慣化させる。
- ・物の置き場所を決める。(定位置にする) 等



注意障がい



- ✓気が散りやすい
- ✓一度に複数のことを行うことが難しい



- ・1つずつ、簡潔に伝える。
- ・情報量の少ない、落ち着いた環境にする。
- ・こまめに休憩をいれる。等
(脳は疲れやすい状態にある)



遂行機能障がい



- ✓計画をたてることが難しい
- ✓優先順位をつけることが難しい



- ・手順書を作成する。
- ・手順・スケジュール内容は簡潔にしてパターン化する。



社会的行動障がい



- ✓感情のコントロールが難しい
- ✓欲求を抑えることが難しい
- ✓場違いな振る舞いをしてしまうことがある
- ✓依存性が高い 等



- ・イライラした時は場所や話題を変えてみる。
- ・原因を考えて取りのぞく。

負の部分を指摘・注意するよりも、正の部分を評価して強化していく方法もある。



高次脳機能障がいによって生活に支障があると診断されると、「器質性精神障がい」として、「精神障害者保健福祉手帳」を取得することができる場合があります。手帳を取得することで、福祉サービスの利用、税金の軽減や公共料金の割引、障がい者雇用枠での就職等が可能となります。(詳細は要確認)

次回も高次脳機能障がいについて取り上げる予定です。

福祉の仕事



農福連携やっています

農福連携とは「農業」と「福祉」が連携し、障がいをお持ちの方々が農業分野での活躍を通じて、農業経営の発展と共に障がい者の自信や生きがいを創出し、社会参加を実現する取り組みです。年々高齢化している農業現場での貴重な働き手となる事や、障がい者の生活の質の向上等が期待されています。

農福連携は単に「障がい者が農業分野で働く」だけではありません。皆が地域の一員となり「地域で支えられる」側から「地域を支える」立場になり、様々な視点から可能性を見出すことができるようになると思います。

当事業所では現在5名の方が農作業に関わっており、広大な農園へ働きに出ています。一人一人様々な課題はありますが、それぞれの

役割を果たし農園から期待され、飛躍的な工賃向上に繋がっています。夏は非常に暑く、冬場は凍える寒さです。非常に過酷な現場であっても楽しそうに働く皆を見て、頭が下がる思いでいっぱいです。「工賃が多くてびっくりしました」「きついけど楽しいです」「今月は親に何かごちそうします」「寿司食べます」等々。これらの感想を聞いた時、まさに生活の質の向上に繋がっていることを実感します。「農福連携」は国の推進事業の一つにもされており、様々な相乗効果も期待されています。

今後も一人でも多くの利用者の方々に「居場所」と「出番」を提供していくことが私たちの責務だと思っています。

寒川まち食堂 職員



(福)光友会 寒川まち食堂

〒253-0105 高座郡寒川町岡田1-9-1 司ビル1階
TEL:0467-38-7220 FAX:0467-38-7221

火・水・木・金 野菜の店頭販売実施中！

当日の販売野菜は届いてからのお楽しみ。

10:30～売り切れ次第終了ですが、12:00には完売することが多いので、お早めにお越しください。



ナースからの健康アドバイス

元気が一番!!

マスク生活



新型コロナウイルスの感染予防対策として「新しい生活様式」ではマスク着用は基本になっています。マスクを長時間着用すると身体に負担がかかり健康トラブルを起こす可能性があります。

いつ収束するか分からない状況ですが、今しばらく注意をしながらマスクと上手に付き合っていきましょう。

湘南希望の郷ケアセンター 看護師



マスクの長時間着用によるトラブル及び症状

①口呼吸の増加

口内炎や歯周病の悪化、アレルギー性疾患の増加にも繋がります。

<症状例：虫歯、歯周病、集中力の低下、頭痛、便秘、睡眠時無呼吸症候群etc.>



②表情筋の衰え

うつ状態など感情変化や食事時のムセ、誤嚥の危険性に繋がります。

<症状例：老化（ほうれい線、しわ、たるみ）うつ状態、ムセetc.>



③熱中症のリスクが高い

熱がこもりやすく放散しづらい。表情が見えづらい為、体調の変化に気づきにくい。特に子どもや高齢者にご注意ください。

<症状例：高体温、頭痛、吐き気、めまい、視力低下、集中力低下>



④酸素欠乏

自分のマスクの中で吐いた息を吸いこみむ事から酸素濃度が下がり、その空気を吸い続けることで脈拍、呼吸数の増加、頭痛、吐き気、全身脱力、意識喪失などを引き起こす可能性があります。



⑤肌荒れ

マスクのつけ外しによる摩擦、乾燥、高湿度状態のため、かぶれやシミ、ニキビなど雑菌が増殖しやすい。常に清潔、保湿に努めましょう。

不織布のマスクは毎日、使い捨てにしましょう。汗をかいた時や汚れた時はその都度、取り換えましょう。ガーゼや綿のマスクは毎回、洗濯をしましょう。

症状がひどい場合は皮膚科を受診しましょう。

