

こうじのうきのしょうがい  
高次脳機能障害ってなんだろう？



北多摩 北部  
ピン!ときたきた高次脳  
～体験記～

『ピン!ときたきた高次脳』

編集・発行 東京都高次脳機能障害支援普及事業  
北多摩北部医療圏事務局  
独立行政法人 国立病院機構 東京病院  
〒204-8585 東京都清瀬市竹丘 3-1-1  
電話 042-491-2111 (代) 地域連携室  
2023年3月発行

Copyright © 2023 独立行政法人国立病院機構 東京病院 All rights reserve



東京都高次脳機能障害支援普及事業  
(専門的リハビリテーションの充実事業)  
北多摩北部医療圏事務局  
独立行政法人国立病院機構 東京病院



## ● もくじ

はじめに.....1

### みんなの体験記

「障害者雇用枠で10年勤務し、憧れの正規職員へ」.....2～3

「キャンプに、刺繍に、色々挑戦！」.....4～5

「仕事にも慣れて、後輩の指導もしています」.....6～7

「仕事とパラスポーツ 両方頑張っています」.....8～11

「見えない孤独な病気だけど、気にせず、元気に、  
いいことだけ考えて生きていこう」.....12～13

「前職活かして、病院の仕事奮闘中」.....14～15

「高次脳機能障害をもった自分だからできること」.....16～19

NPO 法人モナミセブンの紹介.....20～21

### コラム

水がない？ファミレスで気づいた左半側空間無視.....15

失語症者向け意思疎通支援事業を知っていますか？.....19

自動車運転再開.....22～23

### 施設紹介

清瀬市障害者就労支援センター ワークル・きよせ.....24

社会法人六三四 生活リハビリセンター六三四.....25

西東京市保谷障害者福祉センター.....26

東久留米市障害者就労支援室 あおぞら.....27

社会福祉法人東京コロニー トーコロ青葉ワークセンター.....28

市役所の連絡先一覧.....29

パンフレット「高次脳機能障害ってなんだろう？」の紹介.....29

※写真についてはご本人の許可、承諾を得て掲載しています。

### はじめに

この度は本冊子「ピンときたきた高次脳」をご覧いただきまして、誠にありがとうございます。

北多摩北部医療圏（小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市）の高次脳機能障害支援普及事業の一環として、平成24年に冊子「高次脳機能障害って何だろう」を発行しました。同冊子は、高次脳機能障害によくみられる症状やその対処法、地域で受けられる支援、相談窓口をマップ上に見やすく掲載し、現在広く活用していただいております。ただ、同冊子の内容だけでは、高次脳機能障害を有しながら生活している人たちの実生活、病院での治療を終えてから社会参加していく過程の具体的なイメージが浮かばずピンとこないところもあります。そこで、今回は実際に当事者の方の体験談をまとめる冊子を作成することとしました。今回ご協力いただいた当事者の方のインタビューを通し、冊子を作成する我々にとっても新しい気づきや発見があり、大変勉強になりました。当事者の生の声ほど大切なものはありません。本冊子が、現在闘病中の方、その家族にとって貴重な参考資料となり、そして地域でのよりよい支援の一助となることを願っています。

2023年3月

東京都高次脳機能障害支援普及事業  
北多摩北部医療圏事務局

代表者 国立病院機構東京病院リハビリテーション科 伊藤 郁乃





## みんなの 体験記



山本 浩行 さん

47歳 男性

32歳時に前交通動脈瘤破裂によるくも膜下出血を発症。急性期病院からリハビリ病院へ転院、高次脳機能障害（主に記憶力障害）が残存し、生活訓練施設、職業リハビリテーションセンターを経由して、障害者雇用枠で新規に就職。就労当初はジョブコーチ支援を受けた。2015年北多摩北部高次脳機能障害者支援ネットワーク協議会の市民交流事業「高次脳機能障害者の社会復帰への援助・第二部・地域での支援～当事者の声～」に参加、自身の発症から社会復帰に至るまでの経過についてパネリストとして登壇。

# 障害者雇用枠で10年勤務し、 憧れの正規職員へ

障害者雇用枠で就職したばかりの頃は、社内の郵便物の仕分け、スキャンやコピー、内線電話の対応などをされていました。以前、市民交流事業で、記憶力障害を補うためにスマホやメモリーノート、チェックリストの活用を紹介して頂きました。最近はどうでしょうか。

「現在も同じ会社に勤務しています。実は1年ほど前に正規職員になりました。室長に突然よばれて、10年目になるし、正規職員になってがんばろうかと言われたんです。」



「おめでとうございます。前もって何か言われていたのでしょうか。」

「いや、突然だったので、びっくりしました。嘱託職員なので、年に1回雇用契約を更新していたんです、その年の更新をしたあとだったんです。」

それにしても、すごいですね。

「ありがとうございます。ボーナスが増えたのでそれがうれしいですね。」

勤務時間や業務内容は変わりましたか？

「勤務時間は一緒です。僕は9時30分から18時30分まで勤務しています。業務内容としては、郵便物の仕分け、それから、うちの会社は全国にたくさん支社があるので、全国の支社に向けての郵便物の発送をやらせてもらっています。それから、外線の電話も受けるようになっていました。」

仕事内容は以前と比べてグレードアップしていますね、最近は、記憶力障害は、どうですか？

「記憶は前よりもよくなっていると家族には言われますが、でもやっぱり言われたこともわすれてしまうので、基本的にスマホになんでもメモするようにしています。全部みれば分かるようにしています。」

市民交流事業を行った頃はメモリーノートとか、仕事の業務内容のチェックリストを記載したものがあったような気がしますが、現在は使用されていますか？

「いや、ほとんどスマホです。会社用のノートは別にありますけど」

## 日常生活で困ること

スマホがあれば日常生活では困ることはありませんか？

「エラーはあります。この前は、床屋にいったんですけど、自転車をとめておいたのに、髪を切って出てきたら、自転車を止めた場所を忘れてしまって。」

なるほど、今でもそういうことがあるんですね。

「あとは、お金の管理ですかね、お金いくらだったのか忘れちゃうんですね」

そこはいつも御家族に支援してもらっているんですか？

「そうですね、お金だけは母親に少し管理を支援してもらってます」

会社でお金使うときは？

「Paypayで払っちゃいます」

Paypayだといくらだったのか記録がスマホに全部残るので便利ですね。

「障害者手帳は実は3回ほどなくしたことがあるんです。そういうところもダメですね。」

3回ほど？最近もあるんですか？

「はい、2～3か月前になくしたんです、再発行してもらいました。」

## 会社側の理解や配慮

職場でこういうエラーが出たりしますか？

「業務内容が決まっているので。それから、私が障害をもってってわかっていて皆対応してくれているので、それはそんなに。」

会社は、山本さんのように障害者雇用枠で仕事をしている方は他にもいるのでしょうか？

「はい、わりといます。僕の1年後に同じ職業リハセンター出身の人が就職してきたことがあります。その時は『山本さんのおかげで僕も就職できました。ありがとう』って言われましたよ。ははは。他にもいろいろ、パラリンピックの選手もいるくらいです。私も何かの競技に出ようかな、なんちゃって。」

会社側も障害をもっている方の雇用に理解があって、積極的に取り組まれているようですね。素晴らしいですね。

「はい。今回のパンフレット作製の取材を受けることも説明してあって、了解をもらっています。」

仕事以外に現在楽しみにしていることはありますか？

「甥っ子と遊ぶことですね、今日もこれから、遊ぶ予定です」

最後になりますが、これからも高次脳機能障害と向き合いながらリハビリをしたり家庭復帰したり社会復帰していく人たちが沢山います。その方々にメッセージありますか？

「努力をすれば、私のようになれます。」

本日は忙しいなか、インタビューに参加して頂き、ありがとうございました。







**松本 峰子 さん** 59歳 女性

58歳時、肺腫瘍の手術後に脳梗塞発症。失語症が残存。回復期リハビリ病棟を経由して自宅退院。

みんなの  
体験記

## キャンプに、刺繍に、色々挑戦！

### 現在リハビリは続けていますか？

訪問リハビリで言語療法を週1回継続しています。

### 自宅退院後は料理・洗濯・掃除など家事はされていますか？

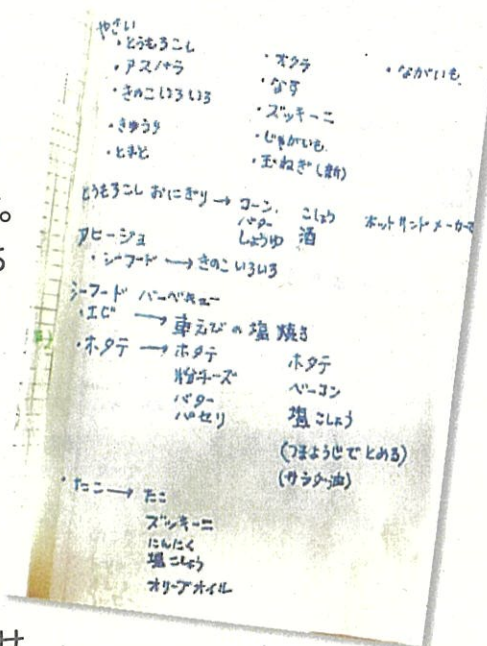
料理はスマホのアプリでレシピを見ながら調理をしています。材料の文字と実物を一致させながら行っています。また息子たちが手伝ってくれることもあります。掃除、洗濯はしています。

### 生活のなかで困ること

数字が苦手・時計のデジタルはだいたいわかりますが、針のある時計をみるのが苦手です。何時なのか把握ができません。あとは、買い物ときの小銭の管理が苦手です。バラバラしてしまって難しいです。大きいお札で払っておつりをもらうことはできますが、細かいお金をちょうどよく払うことができません。買い物をするとお馴染みさんなので、お店の人たちに「合ってるね」と、手伝ってもらいながらやっています。

### 工夫していること

カレンダー付のノートを使い、予定を書き込み、周囲の人と共有しています。スマホのメモ機能、言葉がでないときに、検索する機能を利用しています。



### 最近新しく挑戦したこと

キャンプの企画と運営スケジュール作り、献立作りをやりました。若い人たちとカヌーに乗ったりしました。すごく楽しかったです。

刺繍⇒少人数のグループでやっています。集まって一緒に作業をしたり、時には持ち帰って自宅で作ることもあります。たくさんの作品ができました。



### 御主人より

退院後は、この人にしてはめずらしく、人と会うのがおっくうだと思ったりしていたようです。実際に人に会ってみると会話している様子も見受けられたし、中心にいて周囲を笑わせていることもありました。ただ、本人としてはつらさ半分・楽しさ半分みたいな感じだったのではないのでしょうか。周囲もどの程度の話の理解ができるのか、どのように話しかければ理解がしやすいのか、手探りの状態でした。ただ、時間が経過して、今になると、周囲も障害があることをわすれたくらいに普通に接することができるようになりました。

※失語症で喚語困難があるため、ご本人様の発言内容については要約させて頂いています。



### 気持ちの変化

退院したころは、周囲の人が何を話しているのか理解できないこともあり、人に会うことがつらいと思っていた時期がありました。笑うことができなかったこと、それが、一番つらかったです。冬に退院したけど、夏になってようやく笑うことができるようになりました。







**北角 正治 さん** 61歳 男性

50歳で交通事故による頭部外傷  
精神保健福祉手帳4級  
注意障害・記憶障害など  
入院・外来リハビリ、東村山市就労支援  
室、国立障害者リハビリテーションセン  
ターの就労支援コースを経て新規保護就労中

みんなの  
体験記

## 仕事にも慣れて、 後輩の指導もしています

### 受傷後の経過

🔊 受傷当時のことは覚えていますか？

新聞配達中にバイクと衝突したらしいけど、詳しくはわからない。

救急病院からリハビリ病院でリハビリしたけれど、はじめは相当混乱していました。

入院中は奥さんのことを看護師さんと思っ  
ていたり、入院生活が退屈で、病院を脱走し  
たりしてかなり迷惑かけたみたいです。注意  
されたのは覚えています。

🔊 退院した後で、東京病院の外来に通院し  
たんですね。

ソーシャルワーカーさんや作業療法士さん  
にいろいろ世話になりました。2年位通いま  
した。

🔊 外来で待てなくて、すぐ怒ってましたね

そうだった(笑) わかっているけどどうし  
ようもなかったんです。

🔊 新しく就労するために専門機関に通っ  
てもらおうとしたけど、すぐ元の新聞配達の仕  
事にこだわってしまって、私達もなかなか苦  
劳しました

一番最後にしていた仕事がそれだったんで、  
こだわったんでしょうかね？

実は自分、調理とか介護の仕事もやったこ  
とあるんですよ。

🔊 国立障害者リハビリテーションセンターの  
就労支援コースに1年通って、今の職場に就  
職したんですね

ハローワークに行って、面接を受けて決ま  
りました。

### 現在の仕事

🔊 どんなお仕事ですか？

東村山にある、婦人服をデパートなどに卸  
す会社に、障害者雇用第一号で採用されま  
した。

その後親会社がなくなって関連の別会社に  
引き続き採用してもらっています。

仕事の内容は変わらず、もう6年勤めまし  
た。

🔊 6年も!すごいことですね 具体的には  
どんな仕事ですか？

トラックから荷下ろしして、作業場まで運  
び、洋服を指定されたサイズや量で箱詰めし  
て出荷するんです。日によって荷物の量も違  
うので作業量は変わりますが、手順は同じ  
です。

カレンダーや、メモ、手順書などを参考に  
します。

1日の終わりには、その日の仕事内容をパ  
ソコンに入力して上司に報告します。

🔊 休憩は取れますか？

仕事時間は、8:45~18:00で、12:00~13:00  
が昼休憩、15:00~15:15も休憩時間です。  
タイムカードを使っています。

🔊 就職したときは、どのようにして慣れて  
いったんですか？

始めは見学、それから午前中、そして夕方  
までというようにしていたと思います。

今は、仕事の量が増えても対応できます。  
時給も少しずつ上がっています。

🔊 だんだん熟練して仕事内容が増えました  
か？

作業の内容は同じだけど、自分と同じよ  
うに障がい者で採用された新人の教育係も  
やっています。上司が3人いるんですが、新  
人の働かせ方については任せてくれています。

新人もいろいろな人がいるのでコミュニ  
ケーションが難しい。複数の指示にはパニック  
になるから、一つ一つの作業の内容と数を  
具体的に指示するようにしています。

同じ事ばかりでは飽きてしまうので、半月

くらいで別の内容を教えるようにしています。

もう7人くらい教えたかな、一時期に1~2  
名程度、とにかくゆっくり丁寧に。

仕事の他に、カッターの使い方などの安全  
管理も指導します。

🔊 こちらも勉強になる仕事ぶりで、感動し  
ています これからも応援しています

🔊 休みの日はどう過ごしていますか？

とにかく家で、家族とゆっくりしています。

3人の子供たちも、大学を出て就活したり、  
それぞれ育ってくれてありがたいと思ってい  
ます。妻は、自分が事故にあったと同じころ  
に両親が亡くなったりして本当に大変だった  
と思いますが、自分の受傷をきっかけにヘル  
パー資格を取り、介護施設に勤務しています。  
よく支えてくれたと思います。

🔊 貴重なお話を、どうもありがとうございました。







## 三井 隆汰 さん

24歳 男性

中学生の時、交通事故で頭部外傷受傷  
右片麻痺 失語症 身障手帳3級  
入院・外来リハビリテーションを経て、高校・大学進学  
就労移行支援を経て現職場へ就労 屋内農園型障がい者雇用支援  
サービスを利用

中学からパラ水泳、大学からはパラサイクリングでも活動  
2023年北多摩北部高次脳機能障害者支援ネットワーク協議会の市民交流事業に参加。

みんなの  
体験記

# 仕事とパラスポーツ 両方頑張っています

スポーツは受傷する前から大好きで得意でした。  
職場でも、常に前向きに取り組む姿勢が評価されています。

## パラ水泳



現在も指導を受けているコーチと

## パラサイクリング







職場での作業  
ハーブの栽培管理と加工品の作成が仕事です



片手で作業できるように自ら工夫している

一人でできないことも、仲間とのチームワークで  
解決



針仕事もお手のもの







**K.I.さん** 59歳 男性 会社員（管理職）

53歳で脳梗塞を発症。急性期・回復期病院で入院リハビリをし、自宅退院。高次脳機能障害（主に失書）が残存。退院直後から現職復帰したが、会議でメモを取れずに困っていることが外来リハビリで判明。現在は代償手段を活用しながら勤務中。週2回出勤、週3回リモートワークをしている。精神障害者保健福祉手帳3級を取得。

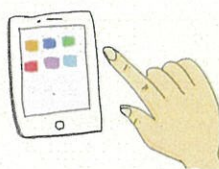
みんなの  
体験記

## 見えない孤独な病気だけど、 気にせず、元気に、 いいことだけ考えて生きていこう

「字が書きにくいことに対する工夫として、以前はICレコーダーでの録音やスマートフォンでのメモ、スマートフォンの音声認識による文字起こしを使用されていましたが、最近はどうですか？」

「スマホのメモの方ですね。ICレコーダーは、一応録音はしてますけど、結局、例えば1時間の会議をもう1回聞く気にもなれないし。レコーダーで録音はできるんですけど。コマ送りで聞けないじゃないですか。聞いて何かをもう1回書こうとすると、やたらこまぎれに止めて、戻してみたいなことになって、もうやってられないっていう感じになるんですよ。」

文字起こしは、ほとんど使ってないです。今テレビ会議が多くて、自分がリモートワークの場合は完全にテレビ会議ですし、会社に行ったら会議する時も、半分くらいの方はテレワークで参加しているので。実地の会議であ



れば、みんな生音声で喋ってるんで、スマホが文字起こしをしてくれるんですね。それがあとと便利なんですけど、パソコンからの音声って、スマホが文字起こしをしてくれないんですよ。だからほとんど、たどたどしくスマホでメモしてます。

でも逆に、テレワークになってから議事録が早く出るようになったんです。業務マナーとして。そういう意味では、環境が良くなったといえますか、助かってます。

あとは、会社に行ったときに、なるべく複数の人に確認して回ったりしています」

「仕事以外で、日常生活で困ることや、生活上の工夫はありますか？」

「日常生活では特に…普通に生活してます。不自由ではありますけども。一番困ってるのは、お酒を飲めなくなったこと（笑）。というのと、ゴルフができなくなって。できないことはないんだけど、初めてやる人と大して変わら

ないくらい。全部忘れてるんですよ。運動機能がもうなくなってる。物の使い方がわからなくなったりすることは今もありますね。コピー機で、変なアラームが出たときに、何が何やら使い方が分からない、とかね。機械類とかは結構、鬼門ですね。そういう時は、近くに人に聞いてます。『おじさんだから機械わかんないんだよね〜』みたいな感じで言うと、みんな親切だから教えてくれるんですよ」

「以前、通勤中に自転車とぶつかって怪我をされたことがありますが、その後はどうですか？」

「怪我はしてませんね。あ、でもやっぱり、距離感が下手になってますよね。駅とか歩いていて、よく人と肩がぶつかるんです。悪気ないんですよ。威張ってるわけでもなんでもないんだけど」



「仕事以外で現在楽しみにしていることはありますか？」

「今は…ジョギングとウォーキングのタイムトライアルを始めます！それしかすることがないので。暇の潰し方は困っちゃってますね」

「最後になりますが、これからも高次脳機能障害と向き合いながらリハビリをしたり家庭復帰や社会復帰をしていく人たちが沢山います。その方々にメッセージはありますか？」

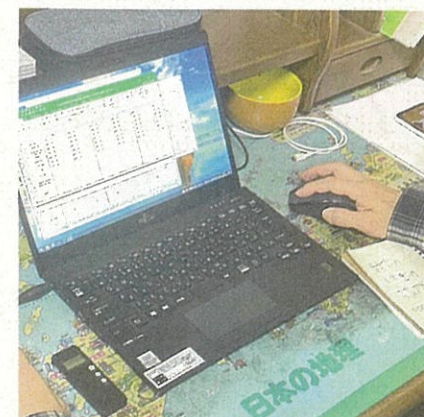
「見えない病気なんで、逆に言うと、言わなきゃ誰にもわかんないんですね、気にせず、元気に、いいことだけ考えて生きていこうかなという風には思ってます。今日も久しぶりに会った友人から『その後、病気どう？』っ

て言われて。いや、どうって言われても、そもそも治る病気じゃないからね、っていう話とかですね。で、そもそもどういうものなのかって聞かれて、『スマホでいうとメモリが一部壊れてて、CPUの性能が落ちてる。ただ一応、スマホとして使えないことはない』って話をして、なんとなく分かってもらってる、って感じなんです。そういった意味では、ほかの病気に比べれば、自分が辛い思いはするけども、我慢できないこともない」

「その他、何か掲載してほしい内容や言いたいこと等ありますか？」

「リハビリっていうのがですね、会社でもよく聞かれるんですよ。上司とか、同僚とか。リハビリってやってるんだろ、って言われるんですけど、よく考えたらやってねーなって。通院してたときやってたような、リハビリをする機会というか、チャンスというか、仕組みがないんで。通院でも、月に1回とか2回とかでも、そういうメンテナンスじゃないですけど、定期点検みたいなことをやってくれるようなことがあると、助かるなっていうのは思いますけどね。結構、孤独な病気なんで。ちょうど僕くらいの病気だと、自分でやれっていう感じになっちゃうんだけど、それはそれでつらいんですけどね。そういうサポートがどっかあればいいなーって。有料でもいいんですけどね。本当は医療の一環としてやってくれると一番いいんですけど」

「ありがとうございました。」







Sさん

39歳 男性

介護福祉士として働いていた、34歳時にくも膜下出血を発症。失語症、記憶障害、半盲が残存し、回復期リハビリ病棟、外来リハビリを経て、就労支援センターの支援を受けて障害者雇用枠で新規に就職。病前の経験を活かし作業療法助手として働いている。



みんなの  
体験記

## 前職活かして、 病院の仕事奮闘中

### 現在リハビリは続けていますか？

就職前に外来リハビリは終了しました。医師の定期的な診察は受けています。

### 日々の生活で困ることはありますか？

診察時、受付番号を呼ばれても分からないので、（表示を）見て確認しています。

買い物中などは何か言われて、内容が分からなくても「わかりました」と答えています。

失語症のために、考えている事や思っていることが言葉にして伝えられずに、辛い時があります。

### 工夫していることはありますか？

予定はスマホのカレンダーに内容ごとに色分けして入力しています。半盲は首を回して確認するように気を付けています。

### 現在の仕事について

始めは清掃などから開始したため、早く患者さんと直接関わりたいと思っていました。徐々に調整して、今は足浴など患者さんと関

わる仕事もしています。

前職の様に同じ常勤で働いてボーナスがもらえるようになりたいと思っています。

今は、作業療法助手として働いていますが、できれば、これまでの経験があるので介護職として、働きたいです。PCを使つての記録なども練習していきたいです。もっと、患者さんに出来ることをしていきたい。

### 仕事中に工夫していること、困ることはありますか？

足浴の予定は看護師さんに書面で打ち出してもらい、予定を確認しています。口頭で病室の番号や患者さんの名前を言われると分からないので、1つずつ部屋の表示を見て確認しています。

### 家族との関わり

病前よりも家族と接する時間は増えて、家族の様子は分かるようになりました。家族との会話中に上手く言えず無口になることはあります。

子供には言葉が分からないことや半盲があることは伝えていきます。

### 気持ちの変化

入院中は「あいうえお」が分からなくて、失語症が辛かったです。外来リハビリは良くなるか分からず不安でした。もっとやらないと思ってました。

### 同じようにリハビリをしている方へメッセージをお願いします。

頑張ってください。



※失語症で喚語困難があるため、ご本人様の発話内容については要約させて頂いています。

### 水がない？

### ファミレスで気づいた左半側空間無視

脳梗塞後のリハビリ入院を経て自宅退院していたAさん。ある日、近くのファミレスに行きました。メニューを注文した後のことです。ドリンクバーにおいてある水がみつかりません。店員さんに「どうしてここのファミレスは、無料の水をおいてないんですか？普通はあるでしょ！」と少しいらしながら尋ねたところ、「ありますよ。こちらです」と案内されました。なんと、ドリンクバーの左端にセルフの水コーナーがしっかりあるではありませんか！ここでAさんは病院で指摘されていたある言葉を思い出しました。「左側の見落としがありますよ」ぶつかることもなく1人で外も歩けるようになっていたAさん、「あの時いわれたことはこれだったのか！」以後しっかり左側を注意するようにして生活されているそうです。







**須賀田 興治 さん 57歳 男性**

46歳で脳出血発症 右片麻痺 失語症 身障手帳1種2級  
回復期リハビリ、就労支援機関での訓練を経て復職  
2019年度の北多摩北部高次脳機能障害者支援ネットワークの市民交流事業に当事者として登壇

みんなの  
体験記

# 高次脳機能障害をもった 自分だからできること

## 1. 自己紹介

須賀田興治 年齢 57歳

家族:私独身、父親は他界、母親は老人施設、姉は海外で生活

今から10年余り前の2011年12月4日、スポーツクラブで水泳中に発症し、救急搬送されました。脳出血（左被殻出血）でした。

左側からの出血でしたので、右片麻痺、感覚障害、高次脳機能障害が症状でした。

2013年、発症から約1年10か月後、就労支援機関等の協力も得ながら、職場復帰ができました。職場復帰後は、様々な大変さがありましたが、現在は、なんとか落ち着いてきています。いろいろな風を感じて参りました。

## 2. 入院中の様子・退院後の生活

＜発症した時の記憶、入院中の生活＞

発症時の状況は、かなり細かく覚えていますが、

水泳中、いつもより手の水をかく力が弱いと思い、はたと両腕を見てみたら、植物のように、クルクルとまかれていました。足もクルクルの状態でした。尋常ではありません。

どこも痛み等なく、ただこの状況のわけが全くわからず、でもこれからなにか大変なことが絶対に起こる。ということだけでした。

救急病院は12月4日から約3週間入院しました。集中治療室、病室、検査処置室覚えております。会社の方をはじめ見舞いに来てくれた方々のことも。

リハビリ病院は12月末から約4月間。PT・OT・STの方と機能改善のため、社会復帰のため、毎日毎日努力しておりました。ありがとうございました。

病院では、私の状態の説明をしていただいたようですが、会合自体あったことは覚えているが、話の内容はほとんど覚えていません。

リハビリ病院入院中、1月頃だと思うのですが、脳と体の機能がバラバラになったと感

じたことがありました。「何人の人がその場にいたのか」というたわいもない会話で、脳は1と、たしかに認識したはずなのに、指は2と指示し、声で3と答えていました。

ありえない！ありえない！

こんな状態では、簡単には普通の生活には戻れない、と思いました。

でも待つ、「普通」ってどんなだったっけ？

退院の頃には、車椅子でなく杖をついて歩けるようになりました。

春先は風が強く、踏ん張っていないとどこかへ持っていかれる、そういう勢いだったと記憶しています。

## ＜退院後の生活＞

自分自身が、どういうものかわからない状況で、多くの方々にお世話になりました。

生活の多くが大変でした。右利きから左利きへの変更、部屋のスイッチ類を消したかどうかわからなくなる、書いておいた買い物メモを自宅に忘れる、失語症のため外出中に他人から声をかけられるととっさの言葉が出てこなくなるので予行練習が必要…次第に外出臆病になりました。

## 3. 自分自身が変わってきたきっかけ。今の自分に至ること

### ＜障害の気づき＞

私は、第一に職場復帰することに重点を置いていました。

4月にリハビリ病院を退院してから、杉並区通所生活リハビリに約1年間、東京都心身障害者福祉センターに約6ヶ月間行かせていただきました。

東京都心身障害者福祉センターとは、学校のような作りで、朝礼、電卓計算、PCで文章作成、郵便物の仕分、電話の取次など等課題が与えられ、結果どうであったかをフィー

ドバックしてくれます。

そして発症から約1年10ヶ月で職場復帰することができましたが、体力的、精神的に大変でした。ひととおり復帰プログラムを終了したので、なんとかかなかな〜と思いましたが、まず、通勤の大変さでした。

最初は週4日10時から16時までの勤務でしたが、杖をついて片道約1時間半で、行ってグッタリ、帰ってグッタリとそれだけで1日が終わったような感じでした。

それに時間中仕事のデスクに座り続け、頭の中がボーとしてしまいました。正確な業務判断など二の次三の次という状態でした。

仕事の中身は、比較的一人でこなす仕事PC業務などがむいていました。

私の注意することは、細かいことまで書面で落としこんで、実際に見て、途中の状態を確認すること、そして作業をできるだけその日のうちに完了させることを務めています。

でないと、自分が合っているのか、間違っているのか、どこまで、何をもってそう判断したのか、それを完了したのかすらわからなくなるからでした。

人との交流とか折衝などが多分にあって、やはり会話はむずかしいと思っております。何より相手の名前が覚えられない。

会話とともに読本も苦手の部類なのですが、まず文字、特に漢字の書き方・順番が分かりません。頭の中に文字がありません。

発症前は、話を聴いていると相手の言葉が頭の中で文字で蓄積され、逆に私の発信のとき、それがエッセンスとなり会話に肉づけることになるようなんですが、今も頭の中にその文字・エッセンスがないのです。

また、難しい、長い話になると、文章の脈絡や順番がわからない、わすれる。かつ、この人は何を話したい人なのかがわからなくなります。



発症後4年、職場復帰後2年位になるまでには、私なりに、なんとか昔の自分に合うように、Job コーチ等支援は受けずに、やってきましたが、その気持ちと裏腹に、仕事の成果も対人関係もうまういかなくなっていました。

復帰の時期が早かったのか、Job コーチ等の支援が必要だったのか、はたまたその逆か。もう自分一人ではどうにも対処できなくなりました。

気持ちが高ぶり、だれかに話したい、分かってもらいたいと、杉並区の事務所に駆け込んで行きました。

#### 4. 家族・支援者にお願いしたいこと

改善には、途方もない時間等かかることがあります。

そして、PDCA サイクルの、「Plan」「Do」「Check」「Action」を粘り強く、見てあげられればと思います。

#### 5. 当事者に伝えたいこと

発症後5年位後2016年には、杉並区内で当事者の会に参加しました。当事者が集い、会話する団体です。

そのころ佐藤さんから紹介を受けた「失語



(最近の写真です。2022年6月のさくらんぼ狩り)

症友の会」さんや、斬新なアイデアの「レジリエンス」さんに伺って話を聞いていました。また、研修会でたまたまお会いした、目黒区高次脳機能障害者の「こっこじ会」で鼓と太鼓の先生から練習をうけております。こんな日本古来の楽器に触れられて大変感動しております。

この他にも、ほんの小さなことですが、旅行に行ったり、受験生になったり、その試験官となったり…。いろんな人と、巡り会いながら、お話を伺って気づかされました。

このほうが、自分には良さそうだなということをやっています。それがゆくゆくは自信に繋がっています。

高次脳機能障害者の方の症状は、千差万別といわれるほどで、周りの人、ましてや私にはよくわかりません。

やりなれていないことをはじめるには、すこし勇気が必要です。でも、挑戦することは大事。失敗してもいいじゃない。

#### 6. 「モナミセブン」でやってみたいこと

少し抽象的になりますが、発病後10年経過して思い返すと、46歳の時一人で、真逆さまに底辺に落ちて、目を覚まし、そこからもう一度人生を経験してきたような感じがしています。

今は、私の周りは無風となったか、風をそこまで感じなくなった自分がいます。もちろん、頭の写真には影が残り続け、手足の障害があり、走れない泳げない人ですけど、いわゆる、心身ともにすこし落ち着いたのかなという感じです。考えていることと行動が一つにまとまりつつあり、自然に自らを律することが出来る状態だと思うのです。

佐藤さんからNPO法人始めるけど参加してみない?とのお誘いがありました。

発病後これまでは大変だったよね。すこし



(2022年2月の記念講演会の準備作業場面です)

ダンマリ決めててもいいよね? これまで、自分の主張より周りの雰囲気を大事にすることを目的にして役割を辞退してきました。

だけど、微々たるものであっても自分は何が貢献できるよね。TAKE より GIVE。

今回NPO法人「モナミセブン」の理事となりました。

このごろみんなと「モナミセブン」ってどんな団体?と話し合うのですが、そこにはいろいろな考えがあるのだけれども、私達は、さまざまな経験をもち、プレッシャーと悩みがあり、それは時の経過で変化していきます。そういう人とモナミ(友達)となる団体だと思うのです。また、最初にあなたというヒト

となりを現わしてください。ということでしょうか。

あなたの希望、心の炎は何ですか? それは大小、形、色等さまざまだと思います。心に留めておきたいのです。そして、炎がどこかの風にふっと消されないように、大切にしてください。私は、この心の炎を受け継いで参りたいと思っています。

自分の職場年齢もそろそろ終盤です。職場にも貢献をしたいと考えます。自分がここまでこれたことの要因の一つをなしているからです。そして、NPO法人での役割にても、今までとは違った貢献をできればと思っています。

### 「失語症者向け意思疎通支援事業を知っていますか？」

失語症のある方に対して、養成課程を修了した支援者がコミュニケーションをサポートする事業です。例えば、役所への申請手続きの援助や病院等への診療時の援助、買い物や娯楽施設などの利用援助、同病者とのコミュニケーション援助、外出支援などに活用されています。派遣は各市区町村が窓口となりますが、まだ事業が始まっていない自治体が多くあります。これから普及と活用が期待される事業です。





# NPO 法人モナミセブンを立ち上げてみて

見えない障害とも言われている「高次脳機能障害」、私たちの周りには気付かないくらい多くの高次脳機能障害者の方々が地域生活や社会生活を送っています。私自身も10年前に相談支援の業務に関わるまでは、高次脳機能障害者の実態について、よく理解していませんでした。

高次脳機能障害者の相談支援に関わってきたことで多くの事が見えてきました。まず痛感したことは、高次脳機能障害者が地域で暮らしていくためには、既存の福祉サービスだけでは不十分であるという事です。一人ひとり症状の現れ方が違い、立場や状況も異なります。

10人いたら10通りのサービスが必要です。



開設記念講演資料



NPO 法人モナミセブン開設メンバーの7人です

公的な福祉サービスだけでは補うことが困難です。また、高次脳機能障害者の支援には、長い時間をかける必要があるという事です。突然の出来事に戸惑われる方も多く、事故や病気の後の自分を理解し受け入れるまでに、長い時間が必要です。一方、損傷を受けた脳は長い年月の中で代償手段を見出し、少しずつ出来ることが増えていくことも実感しています。そして、高次脳機能障害については、まだまだ知らない方が多くいるという事です。20年前に比べたら、高次脳機能障害という言葉を目にする機会も増えたと思いますが、具体的にどのような症状の事を言っているのかまで知っている人は僅かです。ましてや小児の高次脳機能障害については、全くと言って良いほど知られていません。

高次脳機能障害を持つ方達の充実した社

## モナミセブンの紹介です。

会生活を実現するために、私たちはNPO 法人モナミセブンを立ち上げました。

「その人らしく暮らす」という事は、とても大きなテーマだと思います。一人ひとりに寄り添い、その人が必要としている事は何かを見出し、その人にとっても家族にとっても「当たり前の日常」が送れるように支援していきたいと考えました。既存の福祉サービスから漏れてしまうような方に手を貸してあげられるように、一人でも多くの方が笑顔になれるようにという事で、障害の有無にかかわらず様々な視点で関われるように、医師、医療職、福祉職、障害当事者と様々な立場の仲間が集まりました。法人以外の仕事と掛け持ちでの運営なので、歩みはゆっくりです。歩みがゆっくりなので、当初の志を見失わないように、

時々自分たちがやりたい事を振り返り確認する必要があります。ピア相談(ピアグループ)や出前講座、小児期の高次脳機能障害相談など、やりたい事は多岐に及んでいます。

理事会は、障害の有無に関係なく自分の意見を言い合える場になっていて、意見が食い違うこともありました。まだまだ小さな法人なので、事業が軌道にのり、やりたい事が出来るまでには財源と人材が必要です。なかなか思うようにいかずじけそうになることもありますが、今後は様々な助成金や寄付金を受けながら、少しずつですが事業展開を行っていきたくて考えています。これからの私たちの活動を、どうぞ温かく見守っていただけますよう心からお願いいたします。

NPO 法人モナミセブン  
<https://monamiseven.org>  
 杉並区立なのはな生活園作業療法士  
 佐藤ひとみ



シンポジウム



# 障害をもっている人を対象とした 実車運転教習

## 脳卒中・脳外傷後、身体が動けば、 自動車運転も大丈夫と思いませんか？

「脳卒中や脳外傷の後遺症があっても、手足や身体は動く」  
「日常生活は問題はない、一人で外出もできる」  
「今までと変わりはないから、直ぐに運転できる」

# 待ってください！！



高次機能障害が原因で、

- ・信号を見落とした
  - ・慣れた道に迷った
  - ・ハンドル、ブレーキ操作を誤った
  - ・歩行者や自転車などの急な飛び出しに気が付かない
- といった事が原因で、交通事故になる可能性が高くなります

警察庁交通局運転免許課：

「一定の病気に係る免許の可否等の運用基準」

- |          |                        |
|----------|------------------------|
| ①総合失調症   | ⑥重度の眠気症状を呈する睡眠障害       |
| ②てんかん(※) | ⑦その他の精神障害              |
| ③再発性失神   | ⑧脳卒中(脳出血、脳梗塞、クモ膜下出血など) |
| ④無自覚の低血糖 | ⑨認知症                   |
| ⑤躁うつ病    | ⑩アルコール中毒               |

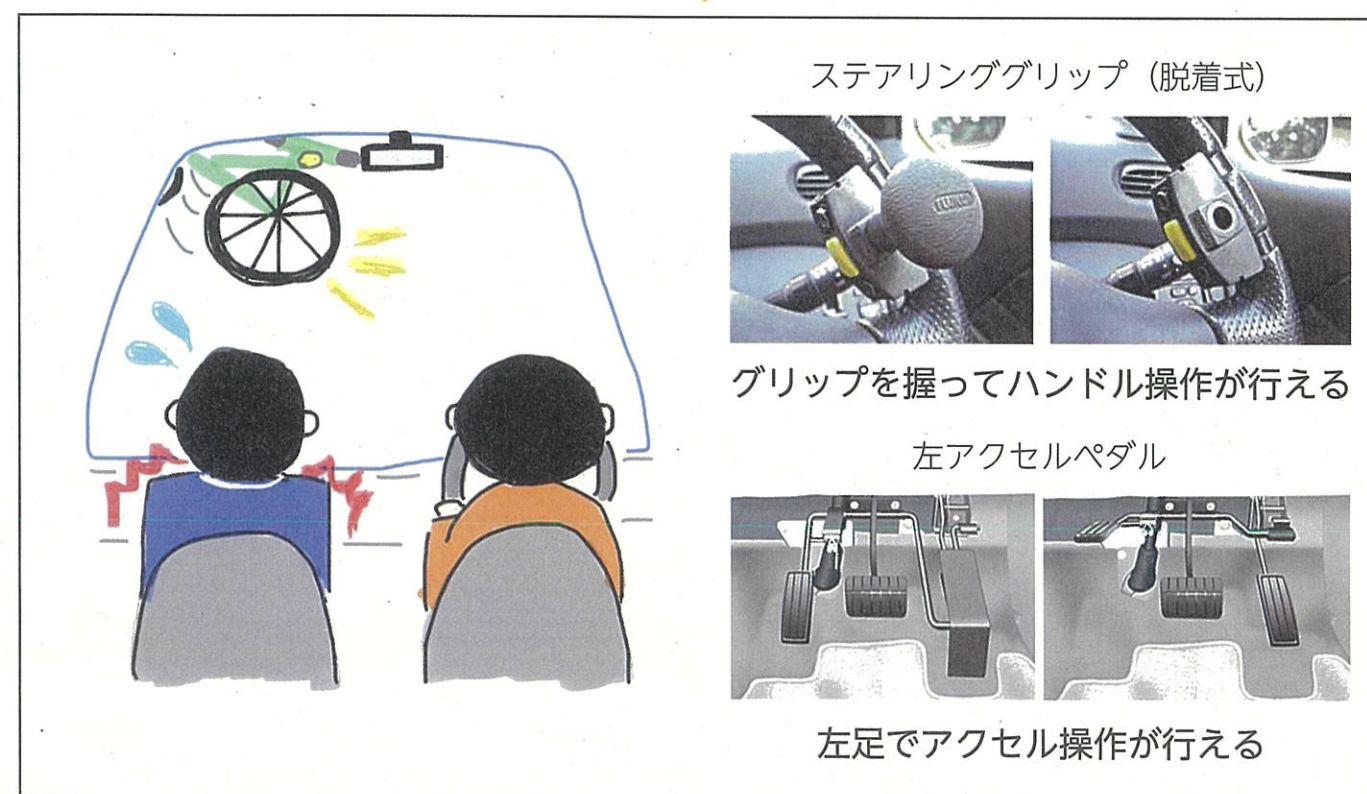
※ てんかんを起こした場合、原則として最終発作から2年間は運転再開できません。

## 運転適性に向けた評価方法

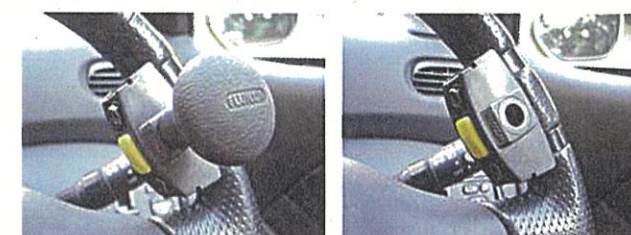
① 神経心理学的検査：机の上で行う検査

② ドライビングシミュレーター

③ 実車評価

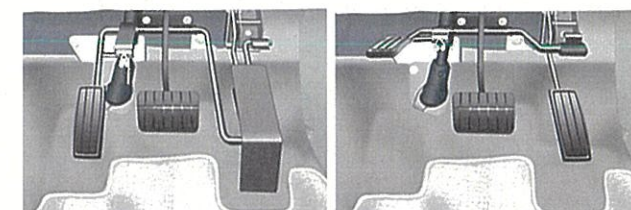


ステアリンググリップ (脱着式)



グリップを握ってハンドル操作が行える

左アクセルペダル



左足でアクセル操作が行える

写真協力：有限会社フジオート

※運転再開には、免許センターでの手続き、主治医からの  
診断書が必要です。

最終的な判断は各都道府県の公安委員会が行います。  
運転免許センターで運転適性相談を行ってください

情報提供：コヤマドライビングスクール秋津校



# 清瀬市障害者就労支援センター ワークル・きよせ

住所 〒204-0021 清瀬市元町1-9-14

電話 042-495-0010 HP あり

## 概要

清瀬市から委託を受けた社会福祉法人東京アフターケア協会が運営している、清瀬市障害者就労支援センター。2007年7月1日設立。

## 事業内容

障害のある方が、地域で自立して生活をするためには、働く場の提供が重要になる。ワークル・きよせでは、次のような事業を実施しながら、障害のある方の働きたいという気持ちを応援している。

### ・働くための支援:

就労相談、職場の開拓、求職活動等の支援、準備訓練(センター内で作業訓練を行うことができる)、職場実習、職場定着離職時の調整や再チャレンジの支援、関連機関と連絡調整等

### ・生活の支援:

日常生活上の問題に関する相談、助言指導、余暇活動、家族や関係者との連絡調整、地域ネットワークの整備

教育、福祉、保健医療、雇用関係等の就労支援懇談会を設置し、ネットワークを構築等

## 対象

原則、清瀬市内在住の身体・精神・知的・発達障害などの障害者手帳を持った18歳以上の方が対象。

## その他

支援内容としては、職場の定着支援がメインであり、具体的には履歴書記載・面接の同行・アフターフォローやJOBコーチとして職場を訪問・連携を取る業務等を行っている。



# 社会法人六三四 生活リハビリセンター六三四

住所 〒187-0042 小平市仲町364-1

電話 042-343-1895 HP あり

## 概要

楽しみ・自主尊重・生きがいの3原則を大切に活動を行っています。

コロナ禍で、思うように活動ができない状況ではありますが、外出食事会等は訪問食事会へ内容変更をして実施する等工夫をしながら日々活動しております。

## 事業内容

- ・作業療法の一環  
革工芸製品(レザークラフト)作成
- ・体を動かす取り組み  
散歩、ゲーム(Wiiスポーツ等)、リハビリ体操
- ・専門的リハビリ  
理学療法士、作業療法士、言語聴覚士による個別リハビリ訓練
- ・地域活動  
清掃活動、ドライブ等による外出活動
- ・自由活動  
マージャン、カラオケ、お食事会、地域五つ星レストランシェフによる訪問食事会

## 対象

身体障がい・知的障がい・精神障がい・発達障がい

## その他

利用者数・職員数(2021年4月現在)

利用者: 36名(男性19名、女性17名)

※市外利用者数17名

※1号被保険者5名 2号被保険者8名

職員: 21名(管理者1名、生活支援員12名、看護師6名、嘱託医1名、理学療法士1名)



言語聴覚士による個別言語訓練



理学療法士による個別歩行訓練



# 西東京市保谷障害者福祉センター

**住所** 〒202-0015 西東京市保谷町1-6-20

**電話** 042-463-9861 **HP** あり

## 概要

西東京市保谷障害者福祉センターでは、西東京市から委託を受けた特定非営利活動法人ミモザにより様々な地域支援活動事業を行っている。

## 事業内容

西東京市在住の障害者の自立と社会参加の促進を目的に、社会適応訓練・機能訓練・創作的活動・各種相談・介護サービス・送迎サービス・入浴サービス・行事を通じた利用者交流など

## 対象

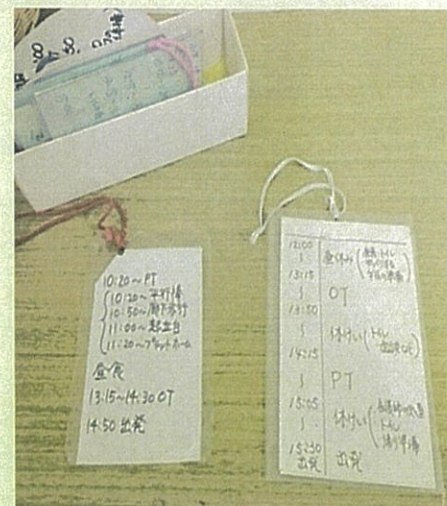
身体障害者手帳または高次脳機能障害により精神障害者保健福祉手帳を持つ18歳～65歳未満の西東京市民、並びに介護保険2号保険者で障害固有のサービスが必要と市が認めた方



訓練室

## その他

- ・来所したら看護師による健康チェックを受け、その後は各自作成の予定に従って過ごす。
- ・グループホーム コデマリハウスあり（高次脳機能障害により自立生活困難となった方を対象とした支援施設。ワンルームタイプのアパートに、日中は支援者が常駐している（夜間も緊急連絡可）歩行セルフケアが自立している利用者が、地域で自立生活ができるよう個別に支援する）



出席カードと個別のプログラム表

# 東久留米市障害者就労支援室 あおぞら

**住所** 〒203-0052 東久留米市幸町3-6-2 アトモスビル2F

**電話** 042-476-2625 **HP** あり

## 概要

都の事業委託を受けて、平成22年から社会福祉法人 椎の木会が運営している障害者就労支援室。

## 事業内容

相談、就労準備、職場定着支援  
職場定着支援では、月1回～年1回の頻度で職場を定期的に訪問。体調や就労状況の確認。体調すぐれない場合は医療機関受診に同行し職場へ情報提供。ハローワーク（三鷹）と連携しチームでフォローしている。また、月1回土曜に、利用者同士の交流、面談の機会を作っている。

## 対象

東久留米市在住、または市内の福祉施設に福祉的就労をしていて就労を希望している方。原則として精神科関係の医療機関に継続して通院している精神障害の方、および発達障害・高次脳機能障害の方。障害者手帳の有無は問いません。また、障害雇用に関わりのある企業や事業主の方など。

## その他

受付時間：月～金曜日 9:00～17:00  
お休み：土曜・日曜・祝日・年末年始  
利用料金：相談や登録・支援の費用は無料です。交通費や食事代など利用に必要な経費は自己負担





# 社会福祉法人東京コロニー トーコロ青葉ワークセンター

住所 〒189-0002 東村山市青葉町2-39-10

電話 042-395-1439 HP あり

## 概要

障害のある人たちに働く場を提供し、就労をサポートします。

自分の適性を活かしマイペースに働きたい。就労プログラム、企業研修をととして就職をめざしたい。いろいろな「働きたい」を応援します。

## 事業内容

就労移行支援、就労継続支援 B 型、生活介護

## 対象

身体・知的・精神の手帳をお持ちの方、または医師の紹介状及び意見書をお持ちの方。

在住地域は問いません。自分で通える方。

※送迎なし



## その他

B 型事業では、ダイレクトメール作業（郵便物発送）、情報処理（データ入力）、清掃、簡易作業などに取り組んでいます。生活介護事業では、自主製品を制作しています。また QOL 向上を目指し、各種プログラムも実施しています。（スポーツ、手工芸、ヨガ、DVD 鑑賞、散歩他）



## 市役所の連絡先一覧

名 称	担当部署	住所・電話番号	受付時間
清 瀬 市	健康福祉部 障害福祉課 障害福祉係	042-497-2073	平日 8:30 ~ 17:15
小 平 市	障がい者支援課 サービス支援担当	042-346-9542	平日 8:30 ~ 17:00
西 東 京 市	障害福祉課	042-464-1311	平日 8:30 ~ 17:00
東久留米市	障害福祉課	042-470-7747	平日 8:30 ~ 17:15 (12:00~13:00は除く)
東 村 山 市	健康福祉部 障害支援課	042-393-5111	平日 8:30 ~ 17:00 (12:00~13:00は除く)

## パンフレット

こうじのうきのうしょうがい

## 「高次脳機能障害って なんだろう？」

高次脳機能障害支援普及事業では、当事者やご家族を支援するための交流会、高次脳機能障害についての研修会や事例検討を行っています。

この冊子「高次脳機能障害って何だろう」は、高次脳機能障害によくみられる症状やその対処法をよりわかりやすく開設するとともに、地域の中で受けられる支援や相談窓口、関連施設などをマップ状に見やすく掲載しています。

