

**2020 年度**  
**岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業及び**  
**高次脳機能障がい者地域支援体制整備事業**  
**報 告 書**

公益財団法人 いわてリハビリテーションセンター

岩手県高次脳機能障害支援拠点機関



## 目 次

ご挨拶

|     |                          |    |
|-----|--------------------------|----|
| I   | 事業概要                     | 1  |
| II  | 事業実施報告                   | 4  |
| 1   | 事業報告書                    | 4  |
| 2   | 相談支援状況                   | 7  |
| 3   | 精算書                      | 13 |
| 4   | 会議・研修会・イベント実績            | 15 |
| 5   | 高次脳機能障がいの子と対応方法（動画）      | 16 |
| 6   | 高次脳機能障がいカルタの増刷、無料配布      | 30 |
| 7   | しずくいしの風～高次脳機能障がいメールニュース～ | 42 |
| 8   | 高次脳機能障がい PR 用トートバッグ      | 44 |
| 9   | 当事者向け自主トレーニングプログラム集      | 46 |
| III | 岩手県内の支援拠点機関一覧            | 71 |



# ご 挨拶

公益財団法人 いわてリハビリテーションセンター

理事長・センター長 大井 清文

岩手県における高次脳機能障がい者支援普及事業においては、多くの方々のご協力によりなされてきたものであり、各関係機関、患者さんやご家族のご支援に厚く御礼と感謝を申し上げます。

さて、令和 2 年度の事業についてご報告させていただきますが、今年度の事業概略ですが、新型コロナウイルス感染症およびその拡大により、前年度とは異なる事業の展開となりました。すなわちズーム会議の開催や動画配信など、様々な手段を用いながら事業を継続いたしました。従って、例年に比し事業は縮小や中止となったものもございますが、相談事業等は例年度と同様な事業展開となっております。

また、「高次脳機能障がいカルタ」をイーハトーヴの皆様のご協力をいただき、全国へ無料配布を行い、またエコバックを作成し障害の認知向上に努めたところでございます。このコロナ禍において、不要不急の外出自粛要請により自宅で過ごす時間が増えた方もおられたのではないかと思いますので、ご活用いただけましたら幸いと存じます。

最後に、今後とも皆様のご協力・ご指導を賜りながら、高次脳機能障がい者ならびにご家族が住み慣れた地域で、安全にかつ安心して暮らしていけるよう、より一層尽力して参りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



# I 事業概要



# 高次脳機能障がいへの支援の取組みについて

## I 本県における現状と課題

### ＜障がいの概要＞

脳の器質的病変の原因となる交通事故による受傷や脳卒中等の疾病により発生する、記憶障がい、注意障がい、遂行機能障がい及び社会的行動障がい。

### ＜対象者数＞

#### 高次脳機能障がい者数（推計）

県全体 2,751 人（地区内訳 盛岡 1,028 人、県南 1,054 人、沿岸 421 人、県北 248 人）

※ 国立障害者リハビリテーションセンターがモデル事業実施時に調査した全国の高次脳機能障がい者数の人口比率を岩手の人口比率に換算して算定したものである。

|               |   |               |   |             |   |                   |
|---------------|---|---------------|---|-------------|---|-------------------|
| 全国の人口         | : | 全国の高次脳機能障がい者数 | = | 県人口 * (A)   | : | 県内の高次脳機能障がい者数 (B) |
| 128,000,000 人 | : | 274,000 人     | = | 1,284,732 人 | : | 2,751 人           |

\* 県人口は、岩手県毎月人口（平成 26 年 9 月 1 日現在）

\*（参考）比率：0.00214【B/A】

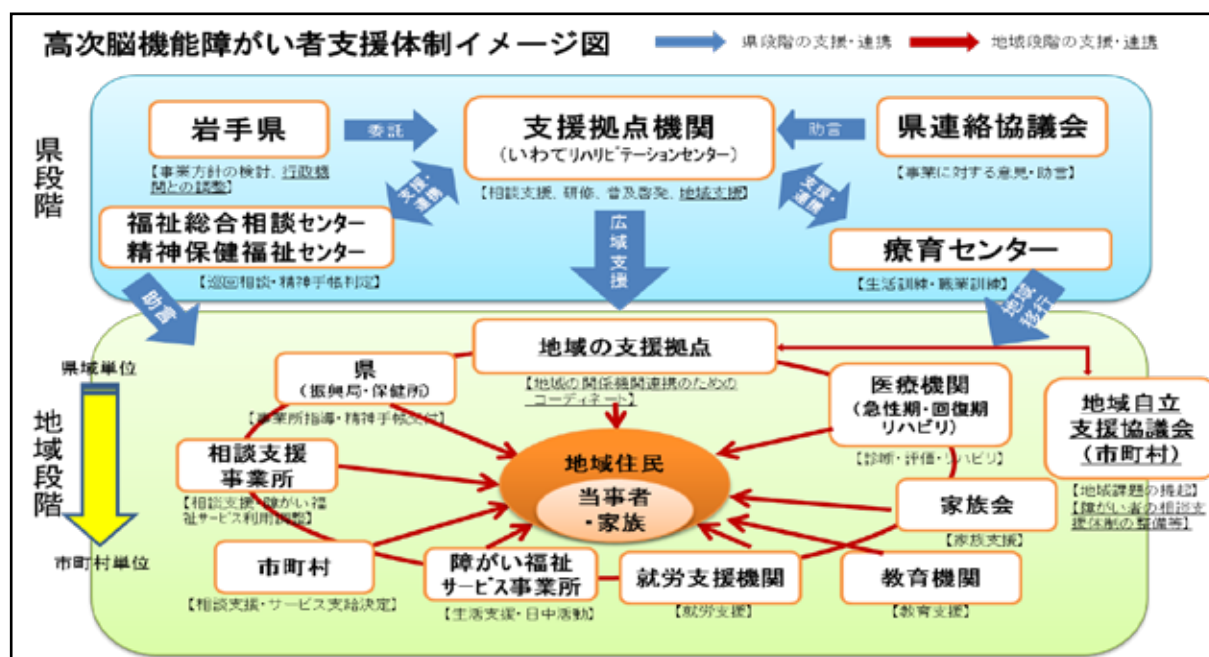
高次脳機能障がい者は、日常生活や社会生活に制約があると診断されれば「器質性精神障害」として、精神障害者保健福祉手帳の申請対象となり、また発症（受傷）が 18 歳未満で、知的障害と判定された場合に、療育手帳の申請対象となっている。

県内の関係機関で支援を行った高次脳機能障がい者の数が増加している一方、まだ支援実績がない関係機関もあり、関係者の高次脳機能障がいに対する知識や経験が不足している。

また、県民の高次脳機能障がいに関する理解が不足している状況にある。

## II 課題への対応（主な取組）

県では、相談支援ネットワークの構築や人材育成、活動交流の場の確保など、高次脳機能障がい者が、孤立せず安心して暮らせる地域づくりに向けて取組を進めている。



## 1 県の支援拠点機関の設置（いわてリハビリテーションセンター） H19～

相談支援コーディネーターを配置し、専門的な相談支援、関係機関との連携、調整を行う。

また、普及啓発活動の他、支援者を対象とした研修の実施や地域支援拠点への訪問等、地域での高次脳機能障がい者への取組を支援する。

### 【主な取組内容】

#### (1) 高次脳機能障がい者支援普及事業の実施

##### ① 相談支援の実施

支援拠点機関において、相談支援コーディネーターを配置し、専門的な相談支援及び地域の関係機関との調整を行う。

##### ② 普及啓発活動及び研修の実施

- ・正しい理解の促進のためのHP、パンフレット等による普及啓発や相談窓口の周知。
- ・自治体職員、保健・福祉・医療関係者等を対象とする研修会を開催し、高次脳機能障がいの評価・診断・手法等に関する研修及び普及啓発を実施。
- ・各種会議、研修を通じて行政担当者、相談支援従事者等の連携を推進する。

※ 例年は、集合研修を開催していたが、令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の影響から中止となったため、YouTube チャンネルへ動画をアップロードすることにより、普及啓発を図った。

##### ③ 県連絡協議会の設置・運営

連絡協議会委員による事業全体の検討及び評価を実施する。

令和2年9月2日（水） 15：00～16：30 Web 形式

令和3年3月31日（水） 15：00～16：30 Web 形式

##### ④ 東北ブロック会議（東北6県持ち回り）の開催

各県及び支援拠点機関等の取組及び現状報告、情報交換等を行う。（書面開催）

#### (2) 高次脳機能障がい者支援体制整備事業（地域支援）の実施

##### ① 地域支援コーディネーターの配置

地域支援を行うため、支援拠点機関に地域支援コーディネーターを配置する。

##### ② 地域の支援拠点等への訪問支援等

地域の支援拠点等が実施する相談支援やケース会議等への助言や研修の企画支援等を訪問支援等により実施し、相談支援ネットワークの強化を図る。

##### ③ 地域の支援拠点の支援者等育成研修

圏域相談支援コーディネーター研修会

令和2年9月2日（水） 13：00～14：30 Web 形式

## 2 地域の支援拠点の設置 H27～

身近な地域で、受傷・発症から社会復帰まで切れ目なく相談・支援を行うことができるよう、順次障がい保健福祉圏域ごとに地域支援拠点を設置し、相談支援体制を整備するとともに、高次脳機能障がいの正しい理解の普及啓発を行う。

| 1 年目                                                                                                                                                                                                                    | 2 年目                                                                                                                                                                                                                                    | 3 年目以降                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>■ 高次脳機能障がい者<br/>地域支援体制整備事業</p> <p>【概要】<br/>地域の関係機関の連携による相談支援体制を整備するために、地域の支援拠点を設置し、高次脳機能障がい者に対する支援を行う。</p> <p>【内容】<br/>① 連絡会の設置・運営<br/>② 関係機関とのケース会議<br/>③ 地域の相談支援等<br/>④ 高次脳機能障がい支援者研修<br/>⑤ 家族等に対する普及啓発（家族教室等）</p> | <p>■ 高次脳機能障がい者<br/>支援普及事業</p> <p>【概要】<br/>高次脳機能障がいの正しい理解の普及啓発を行う。</p> <p>【内容】<br/>⑥ 普及・啓発事業<br/>一般住民、家族、当事者、支援者等への正しい理解の普及啓発<br/>※①～⑤は、地域自立支援協議会や市町村の障がい者の相談支援体制等の地域の実情に合わせた既存の枠組みの中で、支援体制整備事業で行ったノウハウを活かした高次脳機能障がい者に対する支援を行っていくもの。</p> | <p>※地域自立支援協議会や市町村の障がい者の相談支援体制等の地域の実情に合わせた既存の枠組みの中で、支援体制整備事業や支援普及事業で行ったノウハウを活かした高次脳機能障がい者に対する支援を行っていくもの。</p> |

### 【実績】

| 圏域名   | H27 年度実績 | H28 年度実績 | H29 年度実績 | H30 年度実績 | R1 年度実績 |
|-------|----------|----------|----------|----------|---------|
| 気仙、宮古 | 体制整備事業   | 支援普及事業   |          |          |         |
| 久慈、二戸 |          | 体制整備事業   | 支援普及事業   |          |         |
| 胆江、釜石 |          |          | 体制整備事業   | 支援普及事業   |         |
| 盛岡、中部 |          |          |          | 体制整備事業   | 支援普及事業  |

### 【地域の支援拠点の設置状況】

| 年度 | 圏域 | 委託先                       | 地域の支援拠点                 |
|----|----|---------------------------|-------------------------|
| 27 | 気仙 | 社会福祉法人大洋会                 | 地域活動支援センター星雲 相談室        |
|    | 宮古 | NPO 法人宮古圏域障がい者福祉推進ネット     | 相談支援事業所れいんぼー            |
| 28 | 久慈 | 社団医療法人祐和会                 | 地域生活支援センター久慈            |
|    | 二戸 | 社会福祉法人カシオペア障連             | 地域生活支援センター・カシオペア        |
| 29 | 釜石 | 釜石大槌地域障がい者自立支援協議会         | 地域活動支援センター釜石            |
|    | 胆江 | 奥州市                       | 愛護会障害者相談支援センター          |
| 30 |    | 社会福祉法人フレンドシップいわて          | 指定相談支援事業所サポートにじ         |
| 30 | 盛岡 | NPO 法人いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴ | いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴ     |
|    | 中部 | NPO 法人いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴ | いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴ県南地区 |
|    | 両磐 | —                         | —                       |

※ 両磐圏域については、圏域内の市町や関係機関と協議を重ねた結果、県の委託による事業は実施せず、既存の相談支援体制により対応されることとなったため、委託先及び地域の支援拠点はなし。



## II 事業実施報告



# 1 事業報告書

岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業

岩手県高次脳機能障がい者地域支援体制整備事業「県の支援拠点機関による地域支援」

## 1 令和2年度の重点事項

- (1) 地域の実情に合わせて、高次脳機能障がい者の受け入れの拡大を図る。
- (2) 地域の支援ネットワークの構築に向けて、関係機関の調整を図る。

## 2 支援ネットワーク構築のための連絡協議会の開催

- (1) 高次脳機能障がい者支援普及事業連絡協議会
  - ① 第1回 令和2年9月2日 Web（出席者18名）
  - ② 第2回 令和3年3月31日 Web（出席者21名）
- (2) 圏域相談支援コーディネーター会議  
令和2年9月2日 Web（出席者13名）

## 3 事業運営のための会議の開催

- (1) 高次脳機能障がい者支援担当学会議 9回開催
- (2) 高次脳機能障がい者カンファレンス 9回開催
- (3) 相談支援コーディネーター会議 毎月第一木曜日開催

## 4 専門的な相談支援体制の整備

相談支援コーディネーター4名（MSW、臨床心理士、各2名）を配置し、専門的な相談支援及び関係機関との連絡調整を行った。

- (1) 当事者及び家族の相談支援 のべ944件（4/1～3/31まで）【参考】R1同期間のべ974件

| 相談及び対応の方法   | 件数   | 【参考】R1 | 比較増減 |
|-------------|------|--------|------|
| 電話          | 181件 | 119件   | +62  |
| 来院／来所       | 724件 | 810件   | -86  |
| メール・書簡      | 25件  | 28件    | -3   |
| その他（訪問・同行等） | 14件  | 17件    | -3   |

- (2) 機関及び施設等の相談支援 のべ226件（4/1～3/31まで）【参考】R1同期間のべ221件

| 相談及び対応の方法   | 件数   | 【参考】R1 | 比較増減 |
|-------------|------|--------|------|
| 電話          | 169件 | 142件   | +27  |
| 来院／来所       | 22件  | 3件     | +19  |
| メール・書簡      | 33件  | 65件    | -32  |
| その他（訪問・同行等） | 2件   | 11件    | -9   |

## 5 支援の普及に向けた研修会の開催

新型コロナウイルスの流行状況を鑑み、集合研修は中止とした。

高次脳機能障害の基本的知識と対応方法についての動画を作成し、いわてリハビリテーションセンターのYouTubeチャンネルにアップロードした。

## 6 地域における支援体制整備のための支援

- (1) 宮古圏域：地域支援拠点機関のレインボーネットと協働して地域支援体制の整備を図った。
  - ① 家族教室
    - ・令和2年6月26日 第1回家族教室（職員1名派遣）
- (2) 気仙圏域：地域支援拠点機関の星雲相談室と協働して地域支援体制の整備を図った。
  - ① 家族教室
    - ・令和2年7月25日 第1回家族教室（職員1名派遣）
  - ② 連絡協議会
    - ・令和2年12月3日 第1回連絡協議会 【書面開催】
- (3) 二戸圏域：地域生活支援センター・カシオペアと協働して地域支援体制の整備を図った。
  - ① 交流会
    - ・令和2年9月12日 第1回家族交流会（職員1名派遣）
- (4) 盛岡圏域：いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴと協働して地域支援体制の整備を図った。
  - ① 交流会
    - ・令和2年9月5日 当事者&家族交流会（職員2名派遣）
- (5) 胆江圏域：奥州市・金ヶ崎町障がい者自立支援協議会と協働して地域支援体制の整備を図った。
  - ① 連絡協議会
    - ・令和3年3月19日 第1回連絡協議会（職員2名派遣）

## 7 事業周知のためのPR・広報活動の実施

- (1) 当センター及び国立障害者リハビリテーションセンターのホームページにて、県内の研修情報を掲載した。
- (2) メールニュースを配信し、高次脳機能障がいに対する理解と支援の拡大を図った。
- (3) メディアを通じて高次脳機能障がいカルタのPRを行った。問い合わせに応じカルタの貸し出し等の対応を行った。さらに、今年度は全国の拠点機関及び家族会、県内の地域包括支援センター等へカルタの配布を行った。
- (4) 高次脳機能障がいとヘルプマークのPRのためのトートバッグを作成し、県内の当事者・家族、支援者への配布を行った。

## 8 当事者・家族を中心とした普及啓発事業の実施

高次脳機能障がいの当事者・家族が実施できるよう、「100円グッズを使って家庭でできる！脳と体を鍛える自主トレプログラム」集を作成した。

自主トレを紹介する冊子と記録用紙、並びに実際に自主トレを行っている動画を作成した。動画は当センターのYouTubeチャンネルへアップロードした。冊子にはQRコードを記載し、スマートホン等での視聴も可能。

## 9 全国・東北ブロック組織及び県内関係機関との連携・協力

- (1) 会議及び研修会等での連携

| 会議名・研修会名等             | 期日   | 場所・方法 | 出席者等           |
|-----------------------|------|-------|----------------|
| 高次脳機能障害全国連絡協議会<br>第1回 | 6/24 | Web   | 3名（県庁・リハセン担当者） |
| 第2回                   | 2/26 | Web   | 5名（県庁・リハセン担当者） |
| 高次脳機能障害東北ブロック会議       |      | 書面開催  |                |
| 金ヶ崎町民生委員研修            | 10/7 | 金ヶ崎町  | 講師として職員1名派遣    |

|                    |       |     |                 |
|--------------------|-------|-----|-----------------|
| 雫石町民生委員研修          | 10/23 | 雫石町 | 講師として職員 1 名派遣   |
| (株)JA ライフサポート職員研修会 | 1/21  | 雫石町 | 講師として職員 1 名派遣   |
| いわて脳損傷リハビリテーション講習会 |       |     |                 |
| 第 1 回              | 12/9  | Web | 実行委員として職員 1 名対応 |
| 第 2 回              | 1/23  | Web | 実行委員として職員 2 名対応 |

(2) 機関としての連携

- ① いわて高次脳機能障害友の会「イーハトーヴ」
  - ・研修会及び講習会の開催、地域支援拠点機関の支援について連携協力を行った。
- ② 岩手県立療育センター
  - ・共通して支援を行ったケースについて情報交換を行った。
- ③ 岩手障害者職業センター
  - ・高次脳機能障がいケース支援を協働で行った。

## 10 コーディネーターのスキルアップのための研修派遣

- (1) 高次脳機能障害支援コーディネーター全国会議
  - 第 1 回 令和 2 年 7 月 17 日 Web 開催（職員 2 名参加）
  - 第 2 回 令和 3 年 2 月 26 日 Web 開催（職員 3 名参加）
- (2) 援助職のための記録の研修 基礎編、実践編
  - 令和 2 年 7 月 12 日～10 月 28 日 計 5 回 Web 開催（職員 2 名参加）
- (3) 援助職のための記録の研修 上級編
  - 令和 3 年 1 月 13 日～6 月 9 日 計 6 Web 開催（職員 1 名参加）
- (4) マクロソーシャルワーク研修
  - 令和 3 年 2 月 23 日 Web 開催（職員 1 名参加）
- (5) 小児高次脳機能障害支援者向け研修会
  - 令和 3 年 3 月 5 日 Web 開催（職員 1 名参加）

## 2 相談支援状況

いわてリハビリテーションセンター

高次脳機能障害支援状況（令和2年度）

|     | 新規 | 継続   | 主治医 |     | 方 法 |    |     |     |    |    |    |    | カンファ<br>レンス | 合計   | 備考 |
|-----|----|------|-----|-----|-----|----|-----|-----|----|----|----|----|-------------|------|----|
|     |    |      |     |     | 面談  |    | 電話  |     | 訪問 |    | 文書 |    |             |      |    |
|     |    |      | 当院  | 他院  | 直接  | 間接 | 直接  | 間接  | 直接 | 間接 | 直接 | 間接 |             |      |    |
| 4月  | 4  | 86   | 81  | 9   | 68  | 0  | 15  | 14  | 1  | 1  | 5  | 8  | 0           | 112  |    |
| 5月  | 9  | 59   | 60  | 8   | 49  | 0  | 8   | 19  | 3  | 0  | 2  | 9  | 0           | 90   |    |
| 6月  | 7  | 110  | 99  | 18  | 81  | 1  | 19  | 8   | 0  | 0  | 2  | 5  | 1           | 117  |    |
| 7月  | 3  | 113  | 105 | 11  | 67  | 1  | 24  | 24  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0           | 116  |    |
| 8月  | 3  | 90   | 84  | 9   | 65  | 1  | 16  | 10  | 1  | 1  | 0  | 0  | 0           | 94   |    |
| 9月  | 2  | 110  | 106 | 6   | 64  | 1  | 18  | 28  | 0  | 0  | 0  | 0  | 1           | 112  |    |
| 10月 | 1  | 63   | 62  | 2   | 49  | 1  | 4   | 5   | 0  | 0  | 1  | 4  | 0           | 64   |    |
| 11月 | 4  | 64   | 56  | 12  | 47  | 0  | 4   | 13  | 0  | 0  | 0  | 4  | 0           | 68   |    |
| 12月 | 3  | 72   | 63  | 12  | 53  | 0  | 11  | 9   | 0  | 0  | 0  | 0  | 2           | 75   |    |
| 1月  | 9  | 108  | 103 | 12  | 71  | 0  | 25  | 16  | 2  | 0  | 1  | 1  | 1           | 117  |    |
| 2月  | 2  | 91   | 75  | 18  | 47  | 8  | 22  | 9   | 0  | 0  | 4  | 1  | 2           | 93   |    |
| 3月  | 2  | 110  | 100 | 12  | 63  | 9  | 15  | 14  | 0  | 0  | 10 | 1  | 0           | 112  |    |
| 合計  | 49 | 1076 | 994 | 129 | 724 | 22 | 181 | 169 | 7  | 2  | 25 | 33 | 7           | 1170 |    |

| 相談内容      | 4月 | 5月 | 6月 | 7月 | 8月 | 9月 | 10月 | 11月 | 12月 | 1月 | 2月 | 3月 | 合計  | 備考 |
|-----------|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|----|----|----|-----|----|
| 外来受診      | 7  | 4  | 17 | 10 | 4  | 6  | 2   | 0   | 6   | 9  | 4  | 6  | 75  |    |
| 入院検査      | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0  | 0   | 0   | 1   | 0  | 0  | 0  | 1   |    |
| 診断/評価     | 7  | 3  | 2  | 6  | 3  | 4  | 6   | 12  | 3   | 9  | 3  | 6  | 64  |    |
| 医療/生活     | 4  | 0  | 1  | 18 | 3  | 3  | 0   | 0   | 0   | 2  | 1  | 6  | 38  |    |
| 交通事故関係    | 0  | 0  | 0  | 4  | 1  | 0  | 0   | 0   | 0   | 0  | 0  | 0  | 5   |    |
| 障害者手帳関係   | 6  | 3  | 0  | 2  | 2  | 6  | 3   | 3   | 2   | 7  | 2  | 6  | 42  |    |
| 福祉サービス利用  | 9  | 15 | 8  | 5  | 7  | 9  | 3   | 5   | 7   | 28 | 15 | 13 | 124 |    |
| 年金/社会保障制度 | 3  | 2  | 2  | 1  | 2  | 3  | 3   | 3   | 0   | 8  | 7  | 8  | 42  |    |
| 日常生活      | 23 | 21 | 19 | 25 | 21 | 27 | 24  | 22  | 19  | 21 | 24 | 23 | 269 |    |
| 家族/対人関係   | 2  | 3  | 0  | 2  | 2  | 2  | 4   | 1   | 0   | 0  | 0  | 4  | 20  |    |
| 復学/教育     | 0  | 1  | 0  | 3  | 3  | 0  | 0   | 1   | 1   | 6  | 5  | 9  | 29  |    |
| 復職/就業     | 44 | 24 | 55 | 40 | 36 | 63 | 33  | 33  | 40  | 44 | 36 | 44 | 492 |    |
| 職業訓練/評価   | 2  | 0  | 2  | 0  | 1  | 1  | 0   | 1   | 0   | 0  | 0  | 2  | 9   |    |
| 自動車運転関係   | 3  | 8  | 0  | 7  | 11 | 10 | 3   | 3   | 13  | 15 | 9  | 9  | 91  |    |
| 障害理解/対応   | 16 | 9  | 13 | 10 | 10 | 8  | 11  | 6   | 9   | 11 | 6  | 10 | 119 |    |
| 家族会関係     | 0  | 2  | 0  | 1  | 0  | 0  | 0   | 0   | 0   | 0  | 0  | 0  | 3   |    |
| その他       | 3  | 1  | 0  | 2  | 1  | 2  | 3   | 1   | 1   | 5  | 4  | 2  | 25  |    |

## 令和2年度 高次脳機能障がい者支援普及事業相談支援状況報告書

いわてリハビリテーションセンター

### 【相談支援の概要】

1 相談件数 延べ1,170件 (4/1～3/31) 実人数102人

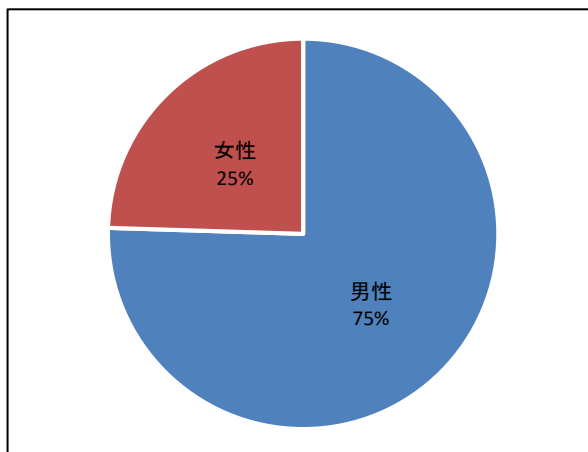
※令和元年度同期間実績:1,195件(実人数96名)

### 2 相談対象者の属性

#### (1) 性別

男性：77名 (75%)

女性：25名 (25%)



#### (2) 年齢構成

10歳未満： 1名 (1%)

10歳代： 6名 (6%)

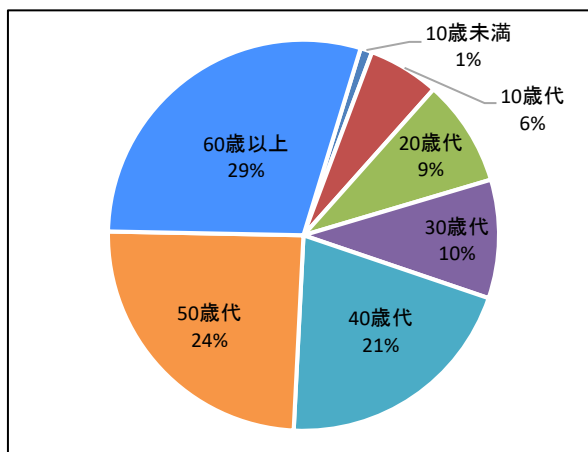
20歳代： 9名 (9%)

30歳代： 10名 (10%)

40歳代： 21名 (21%)

50歳代： 25名 (24%)

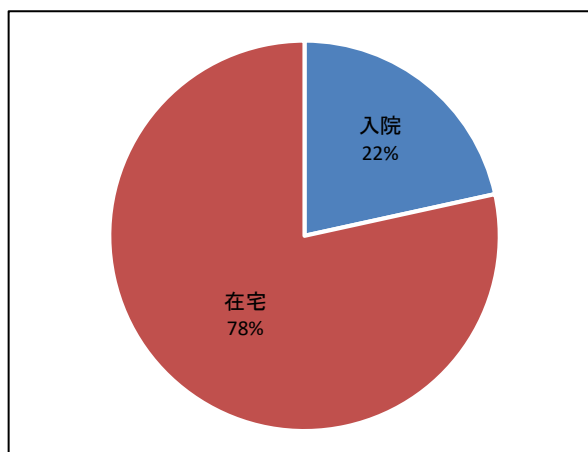
60歳以上： 30名 (29%)



#### (3) 相談時の状況

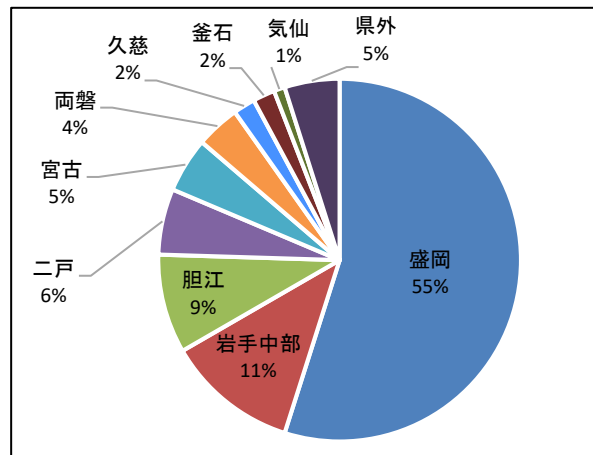
入院中：22名 (22%)

在宅：80名 (78%)



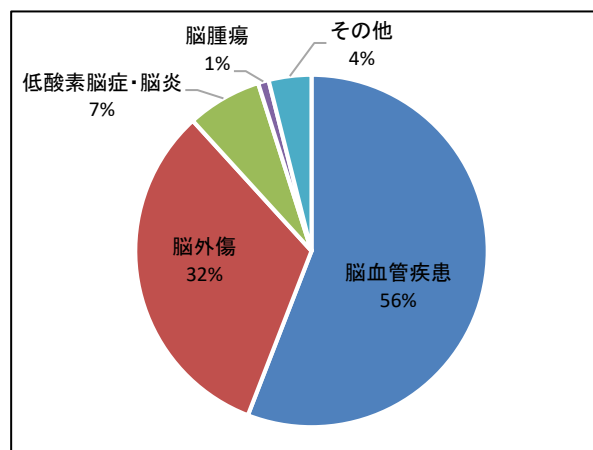
(4) 居住地圏域

|      |             |
|------|-------------|
| 盛岡   | : 56名 (55%) |
| 岩手中部 | : 12名 (11%) |
| 胆江   | : 9名 (9%)   |
| 二戸   | : 6名 (6%)   |
| 宮古   | : 5名 (5%)   |
| 両磐   | : 4名 (4%)   |
| 久慈   | : 2名 (2%)   |
| 釜石   | : 2名 (2%)   |
| 気仙   | : 1名 (1%)   |
| 県外   | : 5名 (5%)   |



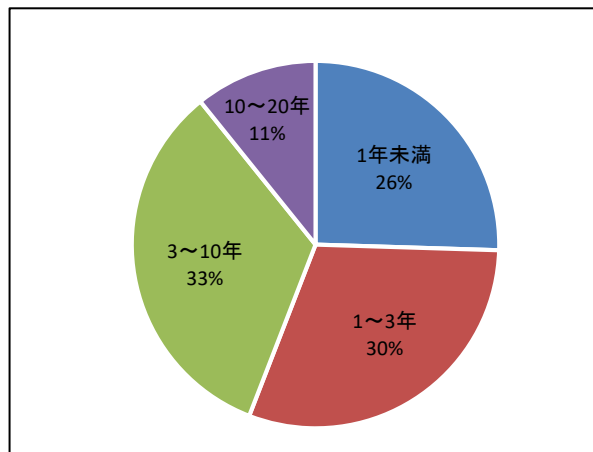
(5) 原因傷病

|       |             |
|-------|-------------|
| 脳外傷   | : 33名 (32%) |
| 脳血管疾患 | : 57名 (56%) |
| 低酸素脳症 |             |
| ・ 脳炎  | : 7名 (7%)   |
| 脳腫瘍   | : 1名 (1%)   |
| その他   | : 4名 (4%)   |



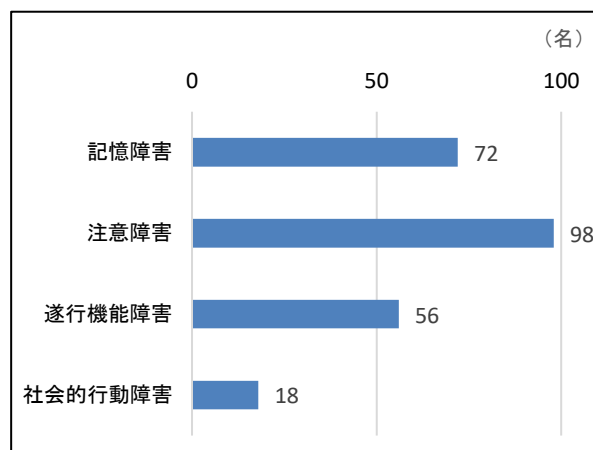
(6) 発症からの期間

|        |             |
|--------|-------------|
| 1年未満   | : 26名 (26%) |
| 1～3年   | : 31名 (30%) |
| 3～10年  | : 34名 (33%) |
| 10～20年 | : 11名 (11%) |



(7) 障害の状況（重複あり）

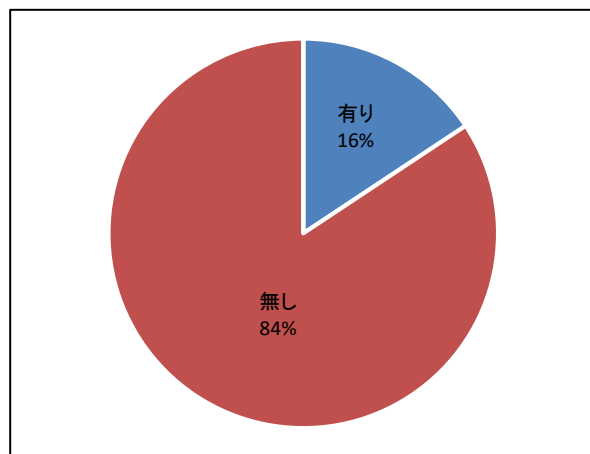
|         |       |
|---------|-------|
| 記憶障害    | : 72名 |
| 注意障害    | : 98名 |
| 遂行機能障害  | : 56名 |
| 社会的行動障害 | : 18名 |



(8) 身体障害者手帳の有無

有り：16名（16%）

無し：86名（84%）

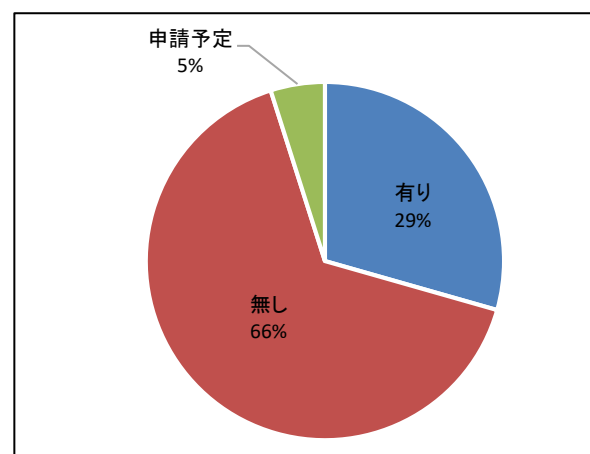


(9) 精神保健福祉手帳の有無

有り：30名（29%）

無し：67名（66%）

申請予定：5名（5%）



(10) 障害年金の受給状況

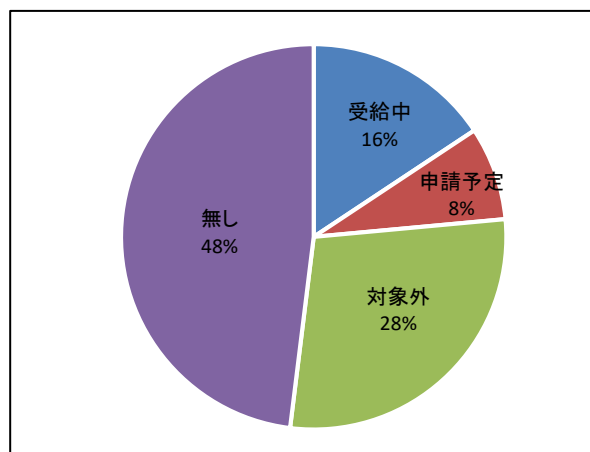
受給中：16名（16%）

申請予定：8名（8%）

対象外：29名（28%）

無し：49名（48%）

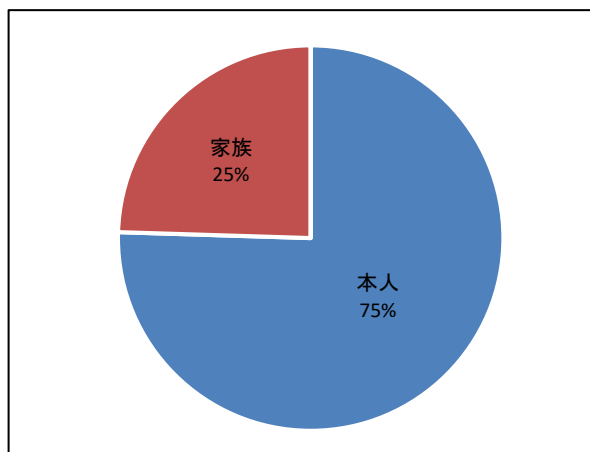
（無し内訳：希望無し、老齢年金受給中）



3 主な相談者

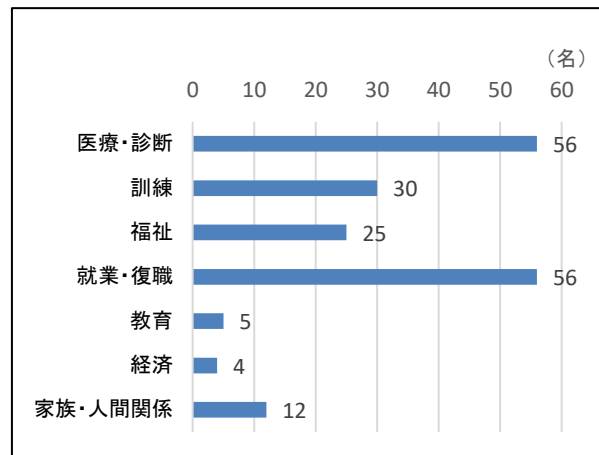
本人：77名（75%）

家族：25名（25%）



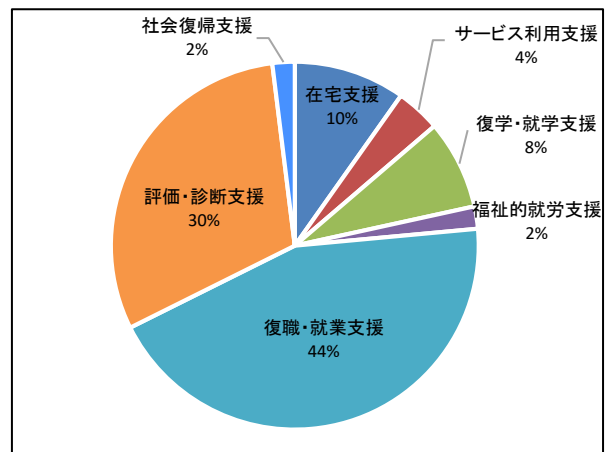
#### 4 相談内容（重複）

医療・診断 : 56名  
 訓練 : 30名  
 福祉 : 25名  
 就業・復職 : 56名  
 教育 : 5名  
 経済 : 4名  
 家族・人間関係 : 12名



#### 5 支援内容

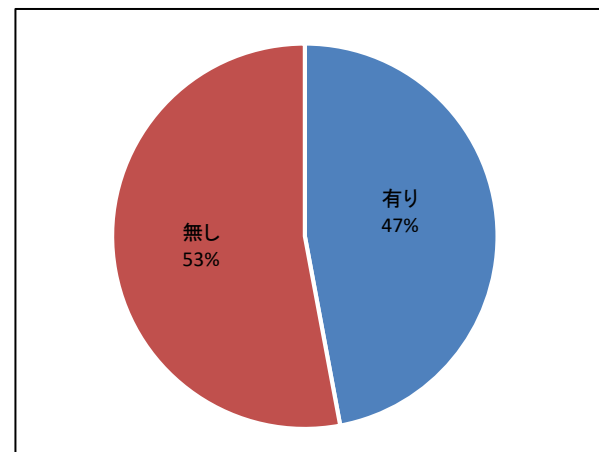
在宅支援 : 10名 (10%)  
 サービス利用支援 : 4名 (4%)  
 復学・就学支援 : 8名 (8%)  
 福祉的就労支援 : 2名 (2%)  
 復職・就業支援 : 45名 (44%)  
 社会復帰支援 : 2名 (2%)  
 評価診断支援 : 31名 (30%)



#### 6 関係機関との連携

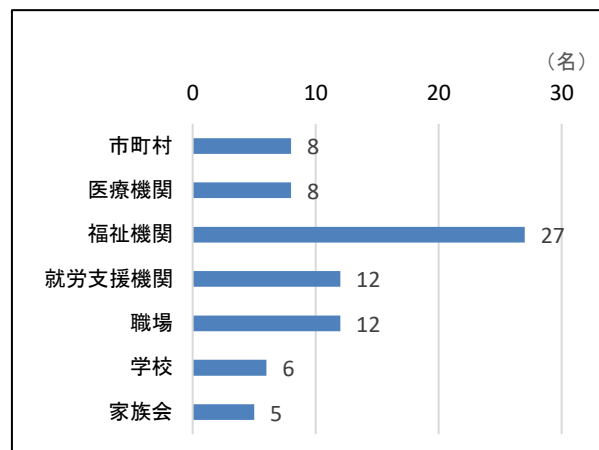
##### (1) 連携の有無

有り : 48名 (47%)  
 無し : 54名 (53%)



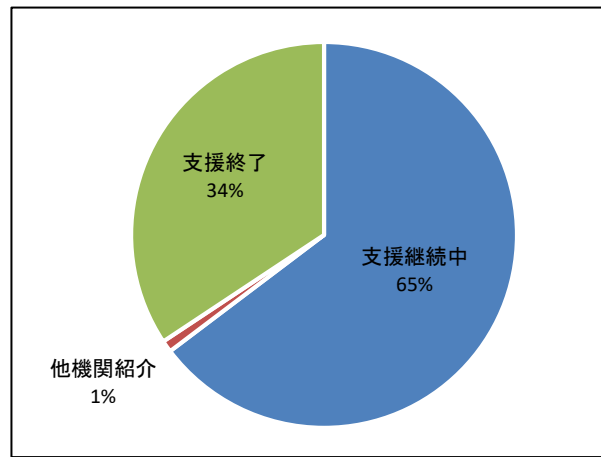
##### (2) 連携の状況（重複）

市町村 : 8名  
 医療機関 : 8名  
 福祉機関 : 27名  
 就労支援機関 : 12名  
 職場 : 12名  
 学校 : 6名  
 家族会 : 5名



## 7 現在の状況

支援継続中：66名（65%）  
 他機関紹介：1名（1%）  
 支援終了：35名（34%）



## 8 支援の結果

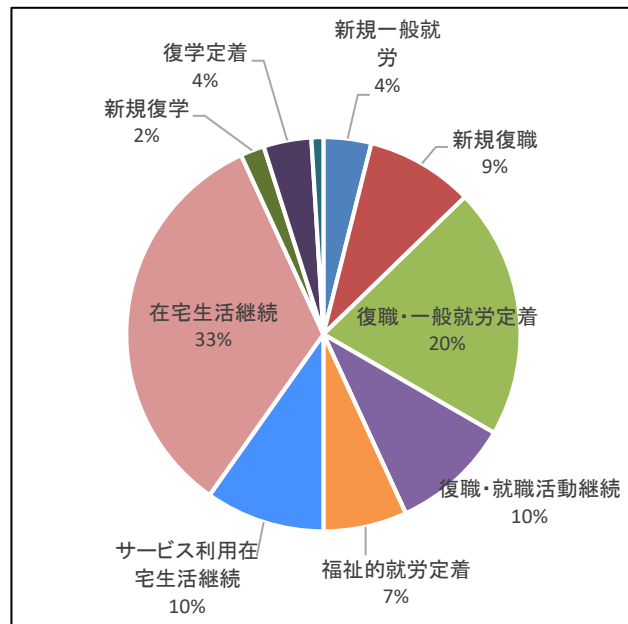
☆新規一般就労：4名 小計44名  
 ☆新規復職：9名  
 復職・就労定着：21名  
 復職・就職活動継続：10名

☆新規福祉的就労：0名 小計7名  
 福祉的就労定着：7名

サービス利用  
 在宅生活継続：10名 小計44名  
 在宅生活継続：34名

☆新規復学：2名 小計6名  
 復学定着：4名

その他：1名 小計1名



## 9 相談支援例

障害者職業センターと連携して職場復帰を支援しているケース  
 職場復帰後のフォローアップを継続しているケース  
 復学後の小学生のフォローアップを継続しているケース  
 生生学舎アダージョと連携のうえ、相互で訓練を行っているケース  
 地域の病院からの検査及び評価依頼で関わったケース  
 就労継続B型施設で福祉就労をしていたが、定着出来ずに在宅療養しているケース  
 復職を果たしたが、社会的行動障害により退職になったケース

## 10 その他

自動車運転再開に関する新規の相談件数が増加してきている  
 自動車運転が復職や就労の条件となっているケースも多い

令和元年度：6件  
 令和2年度：20件  
 令和3年度：12件（7月末時点）

### 3 精算書

#### 令和2年度岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業収支精算書

##### 収入

単位:円

| 科 目     | 予算額       | 精算額       | 差 額      | 摘 要 |
|---------|-----------|-----------|----------|-----|
| 1 委託料収入 | 3,657,731 | 3,657,731 | 0        | 岩手県 |
| 2 自己資金  | 0         | 45,401    | △ 45,401 |     |
| 合 計     | 3,657,731 | 3,703,132 | △ 45,401 |     |

##### 支出

単位:円

| 項 目     | 予算額       | 精算額       | 差 額       | 摘 要                                   |
|---------|-----------|-----------|-----------|---------------------------------------|
| 1 人件費支出 | 1,600,000 | 1,738,729 | △ 138,729 | 職員分人件費                                |
| 2 諸謝金   | 442,000   | 182,400   | 259,600   | 委員等報償費                                |
| 3 旅費交通費 | 185,000   | 6,900     | 178,100   | 委員及びコーディネーター等分                        |
| 4 印刷製本費 | 592,000   | 1,190,182 | △ 598,182 | 研修会、協議会資料、事業報告書<br>自主トレプログラム冊子、研修動画撮影 |
| 5 通信運搬費 | 186,560   | 188,050   | △ 1,490   | 研修会、協議会等の郵送料等                         |
| 6 会議費   | 64,650    | 0         | 64,650    | 連絡協議会の際の茶菓代等                          |
| 7 賃借料   | 255,000   | 64,350    | 190,650   | 研修会、協議会等の会場経費                         |
| 8 租税公課  | 332,521   | 332,521   | 0         | 消費税                                   |
| 合 計     | 3,657,731 | 3,703,132 | △ 45,401  |                                       |

令和2年度岩手県高次脳機能障がい者地域支援体制整備業  
「県の支援拠点機関による地域支援」収支精算書

収入

単位:円

| 科 目     | 予算額       | 精算額       | 差 額      | 摘 要 |
|---------|-----------|-----------|----------|-----|
| 1 委託料収入 | 5,917,065 | 5,917,065 | 0        | 岩手県 |
| 2 自己資金  | 0         | 17,196    | △ 17,196 |     |
| 合 計     | 5,917,065 | 5,934,261 | △ 17,196 |     |

支出

単位:円

| 項 目     | 予算額       | 精算額       | 差 額       | 摘 要                |
|---------|-----------|-----------|-----------|--------------------|
| 1 人件費支出 | 3,400,000 | 3,891,539 | △ 491,539 | 職員分人件費             |
| 2 諸謝金   | 50,000    | 0         | 50,000    | 研修会講師謝金            |
| 3 旅費交通費 | 688,000   | 110,525   | 577,475   | 支援コーディネーター等の研修旅費   |
| 4 印刷製本費 | 775,000   | 1,058,270 | △ 283,270 | 研修会資料、カルタ増刷、トートバッグ |
| 5 通信運搬費 | 107,200   | 0         | 107,200   | 研修会案内の郵送料等         |
| 6 賃借料   | 354,000   | 336,012   | 17,988    | 公用車及び、パソコンリース料等    |
| 7 会議費   | 4,950     | 0         | 4,950     | 研修会講師昼食代等          |
| 8 租税公課  | 537,915   | 537,915   | 0         | 消費税                |
| 合 計     | 5,917,065 | 5,934,261 | △ 17,196  |                    |

## 4 会議・研修会・イベント実績

### ● 会議

| 開催日           | 会 議 名                          | 参加者数 | 備考    |
|---------------|--------------------------------|------|-------|
| 令和2年<br>9月2日  | 第1回岩手県高次脳機能障がい者<br>支援普及事業連絡協議会 | 18名  | Web開催 |
| 令和2年<br>9月2日  | 圏域相談支援コーディネーター会議               | 13名  | Web開催 |
| 令和3年<br>3月31日 | 第2回岩手県高次脳機能障がい者<br>支援普及事業連絡協議会 | 21名  | Web開催 |

### ● 研修会

新型コロナウイルスの流行により中止となった。

代替として「脳と身体を鍛える 自主トレプログラム集」を作成。

### ● イベント

新型コロナウイルスの流行により中止となった。

代替として「高次脳機能障がいのきほんと対応方法」の動画を作成。

## 5 高次脳機能障がいの子と対応方法（動画）

### 1 名称

高次脳機能障害の子

高次脳機能障害について（対応方法その1～10）

### 2 作成の目的

- ・高次脳機能障害についての正しい知識を広める
- ・どうしたらよいか悩んでいる支援者に具体的な対応方法を広く周知する

### 3 内容

基本編：高次脳機能障害の基礎知識についてイラストを交え説明

対応編：当センターで発行した「高次脳機能障がい者 支援ガイド」を基に記憶障害、注意障害、遂行機能障害、社会的行動障害から 10 個の具体的なテーマを挙げ、それぞれの関わり方について解説

- テーマ：
- 1) すぐに忘れて、何度も同じことを聞いてくる（記憶障害）
  - 2) 目的を忘れたり、道に迷ったりする（記憶障害）
  - 3) 周りの音が気になって作業に集中できない（注意障害）
  - 4) 二つ以上のことを同時にできない（注意障害）
  - 5) 集中力が続かない（注意障害）
  - 6) 段取りが組めない（遂行機能障害）
  - 7) 予定通りにいかないと混乱してしまう（遂行機能障害）
  - 8) やる気がでない（社会的行動障害）
  - 9) 些細なことで怒ってしまう（社会的行動障害）
  - 10) 症状があるのに「ない」と言う（社会的行動障害）

### 4 配信方法

- ① いわてリハビリテーションセンターホームページ内の YouTube チャンネルにアクセス
- ② 岩手県高次脳機能障害者支援普及事業ホームページ内の動画コンテンツにアクセス

### 5 経費

岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業費

こうじのうきのうしょうがい  
高次脳機能障害のきほん



公益財団法人  
いわてリハビリテーションセンター  
高次脳機能障害支援コーディネーター

こうじのうきのうしょうがい  
高次脳機能障害とは？

交通事故や脳血管障害などによって  
脳に損傷をきたした場合に  
記憶や注意などの認知能力に障害が生じた状態



交通事故、脳卒中、脳腫瘍、外傷、手術、感染症などの原因が  
うまも悪化をきたす。症状として現れることある。

日本神経学会脳神経学委員会高次脳機能障害委員会

こうじのうきのうしょうがい  
高次脳機能障害の症状

高次脳機能障害の症状

記憶障害

注意障害

すいこうきのう  
遂行機能  
障害

社会的  
行動障害

▶ 記憶障害

- ・新しいことを覚えることができない
- ・同じことを何回も聞く
- ・手順・予定・約束を覚えられない
- ・以前聞いた話も初めて聞いたように話す



## ▶注意障害

- ・一つのことに集中できない
- ・見落としが増えた
- ・切り替えが難しい
- ・複数のことを同時にできない



## ▶すいこうきのう遂行機能障害

し 目標を立て計画的に実行する能力  
何かをしようと思いつく  
→それを行うための計画をたてる  
→計画を効率的に実行する  
→実行したことがしっかりできているか確認する



- ・段取りがうまくつけられない
- ・行き当たりばったりになる
- ・計画が途中でうまくいかないと、混乱してしまう

## ▶社会的行動障害

- ・イライラが抑えられない  
(感情コントロールの低下)
- ・あればあるだけ食べてしまう  
(欲求コントロールの低下)
- ・こだわりが強くなった(固執性)
- ・言われないと行動できない  
(意欲・発動性の低下)



など

## ▶症状の出かたは人それぞれ

- ・出現する症状の種類や程度には個人差がある
- ・多くの場合、複数の症状が同時に出現する
- ・環境によって、症状の現れ方が変わる場合もある

▶その人の生活や希望に合わせて  
みんなで工夫を考えてみましょう

▶周りの人に配慮してほしいことを  
整理して伝えてみましょう



## おさらい

- ▶高次脳機能障害とは  
交通事故や脳血管障害などによって**脳に損傷をきたした**  
**場合**に、記憶や注意などの認知能力に障害が生じた状態
- ▶代表的な症状は  
記憶障害・注意障害・遂行機能障害・社会的行動障害
- ▶症状の出かたには個人差がある  
その人に合わせた工夫や配慮をみんなで考える

こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**

**対応方法 その1**

公益財団法人  
いわてリハビリテーションセンター  
高次脳機能障害支援コーディネーター



**記憶障害の対応方法**

**今回のテーマ**

すぐに忘れて、  
何度も同じことを  
聞いてくる。



**なぜ同じことを何度も聞くの？**

- 記憶の保持力の低下
- 新しいことを覚えることはできるが、  
時間が経つと忘れる

**対応方法の例と  
ポイントを紹介します**

**対応方法①**

●メモを書いて確認する  
習慣を身に着ける



**対応方法① ポイント**

- メモは忘れても困らないための方法のひとつ
- メモにこだわらず使いやすいものを選ぶ  
例) 携帯電話やカメラなど



## 対応方法②

- 終わった予定や作業には  
チェックをつける



## 対応方法② ポイント

- 薬を飲んだか、作業が終わったか  
どうかチェックしておく  
とわかりやすい



## 対応方法 まとめ

- 忘れたときに備えてメモを活用しよう
- 終わったことがわかるように工夫しよう
- 自分が使いやすい方法を探そう



その他の対応方法については  
高次脳機能障がい者支援ガイドQ&A  
4～5ページをご覧ください

※岩手県高次脳機能障がい支援普及事業  
のホームページからご覧いただけます



一人ひとり効果的な対応方法は違います  
一人で悩まずに支援機関と相談しながら  
効果的な方法を探していきましょう

対応方法で困った時は、  
各都道府県の支援機関にご相談ください



岩手県の支援拠点機関は  
いわてリハビリテーションセンターです



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その2**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**記憶障害の対応方法**

● 今回のテーマ

目的を忘れたり、  
 道に迷ったりする



**なぜ目的を忘れたり、道に迷うの？**

- 記憶障害が重度
- 複数の障害が重複し、ちょっとした変化にでも対応できない
- 地誌的障害

**対応方法①**

- 予定を決めたらその場で  
 すぐにメモをする  
 または、誰かに伝える



**対応方法① ポイント**

- 予定はカレンダーやスケジュール帳など  
**毎回決まったもの**に書いておく
- 人に伝える時は、毎回同じ人に伝える



**対応方法 まとめ**

- メモを取る時は毎回決まったもの
- 人に伝える時は、毎回同じ人に伝える
- 道に迷った時の対応を事前に考えておく
- 周りの人や地域の人にも協力を得る



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その3**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**注意障害の対応方法**

● 今回のテーマ

周りの音が気になって  
 作業に集中できない



**なぜ周りの音が気になって作業に集中できなくなるの？**

- 多くの刺激の中から、ある特定の刺激だけを選び出す「**選択性注意**」がうまく働かない
- 一定以上の注意力を対象に向け続ける「**持続性注意**」がうまく働かない

**対応方法①**

● **刺激を減らす**



**対応方法① ポイント**

- 刺激が多い環境で集中することは、周囲が思っている以上に**労力が必要**なこと
- 周囲の話し声や物音、人の動きや気配などを減らし、本人が**集中しやすい環境**を作る

**対応方法 まとめ**

- 話し声や物音、人の動きや気配など刺激の少ない環境を作る
- 徐々に刺激の多い環境に慣れていく
- 作業を行った後に話をする時間を設けるなどメリハリをつける



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その4**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**注意障害の対応方法**

💡 **今回のテーマ**

二つ以上のことを  
 同時にできない



**なぜ二つ以上のことを同時に  
 できないの？**

- 複数の対象に同時に注意を向ける力  
**「注意の分配」**がうまくできない
- 複数の課題を同時に行う**「同時処理能力」**  
 がうまくはたらかない
- 一つ一つのことができて、やることが  
 増えたらうまくいなくなる

**対応方法①**

●同時にやっている作業を  
 細かく分解してみる



**対応方法① ポイント**

- 一つ一つの作業を行う力があるなら、  
**順番に一つずつ行うような計画**を立てる
- 作業を頼む側も、一つずつ作業を  
 頼むようにする



**対応方法 まとめ**

- 複数のことを行う時は、**順番に一つずつ**  
 行うような計画を立てる
- 本人の能力に合わせてトレーニング**を行う
- 簡単な作業を同時に行う  
 トレーニングから始める



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その5**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**注意障害の対応方法**

● 今回のテーマ

集中力が続かない



**なぜ集中力が続かないの？**

- 一定以上の注意力を対象に向け続ける「持続性注意」の低下
- 周りの環境によっては、集中することに多くのエネルギーを使い、疲れやすくなる

**対応方法①**

●疲れ具合を確認する



**対応方法① ポイント**

- 疲れていると集中することが難しくなるので、適度に休憩を入れることが大切
- 自分の疲れや集中力の低下には気付きにくい  
 周りの人が、作業の達成度や正確性、表情の観察、居眠りをしていないかなど観察し、声掛けなど行う

**対応方法 まとめ**

- 疲れていると集中しにくくなるため、**適度に休憩**を取る
- 自分では疲れに気付きにくい場合、周りの人が観察しながら、声掛けなどのサポートを行う
- 静かな個室で作業するなど、**集中しやすい環境**を整備する

こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その6**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**遂行機能障害の対応方法**

● 今回のテーマ

段取りが組めない



**なぜ段取りが組めないの？**

● 目標を達成するための予定を立てる「<sup>きとせ</sup>企画性」が低下

● 予定を立てずに思いついたまま衝動的に行動してしまう

● 無理な予定を立ててしまい、目標を達成できなかったり、効率が悪くなってしまう

**対応方法①**

● 一度予定を書き出してみる



**対応方法① ポイント**

● 頭の中だけでは整理できていない可能性もあるため一度予定を書き出してみる。

● 実際に書き出すときには・・・

計画に**無理がないか**を一緒に確認する  
 一緒に確認することで計画が立てられることもある

**対応方法 まとめ**

● 段取りは誰かと一緒に確認したり考える

● 予定を書き出し、計画に無理がないか確認する

● 優先順位や手順を明確にし、メモをとる



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その7**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**遂行機能障害の対応方法**

● **今回のテーマ**

予定通りに行かないと  
 混乱してしまう



**なぜ予定通りにいかない時に混乱する？**

- 臨機応変な対応が苦手
- 自分のペースだとできるが、急いで計画を立て直す事が苦手
- 焦ると力を発揮しにくくなる

**対応方法①**

- 予定外のことが起こった時に  
 備えて**あらかじめ具体的な  
 対応方法**を決めておく



**対応方法① ポイント**

- 困った時の連絡先を決めておく  
 (連絡が見つからない可能性もあるため、優先順位をつけて2〜3件用意しておくで安心)
- 予定通りに行かない事を前提にもう一つの方法を用意しておく



**対応方法 まとめ**

- 予想外の事が起こった時に備えて、具体的な対応方法を決めておく
- まずは落ち着くことを最優先する



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その8**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**社会的行動障害の対応方法**

💡 **今回のテーマ**

**やる気が出ない**



**なぜ、やる気が起こらなくなるの？**

脳に傷がつくと・・・

- 常に眠い、とても疲れやすい
- 目標を決めたり計画を立てることが  
**苦手**になる

**対応方法①**

本人が好きなことをする  
 時間を増やしていく。



**対応方法① ポイント**

- 初めは**声**がけを行い、行動を促す
- 最初は起きて**座っているだけでもOK**
- 徐々に活動時間を**増やしていく**



**対応方法 まとめ**

- 無理強いせず、本人のペースに合わせる
- 本人の趣味や興味のあることを取り入れる
- 徐々に活動時間を増やし、自立を促していく

こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その9**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**社会的行動障害の対応方法**

● 今回のテーマ

些細なことで  
怒ってしまう



**なぜ些細なことで怒ってしまうの？**

- 感情のコントロールが難しくなっている
- 疲れや体調不良時はイライラしやすい
- 周りからすると「些細なこと」でも、本人にとっては「重要なこと」の場合もある

**対応方法①**

イライラする場所や状況に近づかず、  
**安心できる場所**で過ごす



**対応方法① ポイント**

- トラブルになりやすい人と同じ場所で過ごさない
- 怒りにくい、落ち着いて過ごせる場所を探す

例) 騒がしい場所を避ける  
 イライラした時は自室に戻って過ごす  
 信頼できる人に話しをする



**対応方法 まとめ**

- イライラする場所や状況には近づかない
- 安心できる場所で過ごす
- 周囲の考えを押しつけるのではなく、  
 本人の思いを聞いて対応方法を考える



こうじのうきのうしょうがい  
**高次脳機能障害について**  
**対応方法 その10**

公益財団法人  
 いわてリハビリテーションセンター  
 高次脳機能障害支援コーディネーター



**社会的行動障害の対応方法**

💡 **今回のテーマ**

症状があるのに  
**「ない」と言う**



**なぜ症状があるのに「ない」と言うの？**

- 支援の必要性を感じるほど困っていないから
- 自分の今の状態に気付くことが難しいから
- できなくなったことを認めるのはとても辛いことだから

**対応方法①**

**「できないこと」ではなく「できること」**  
 に目を向ける



**対応方法① ポイント**

- 本人の**「強み」**を活かして、苦手な部分を補うことができるか考える
- **症状ではなく困り事への対処方法**を考える  
 例) 忘れないように訓練するのではなく、忘れても対応できる方法を考える



**対応方法 まとめ**

- **「できないこと(弱み)」ではなく「できること(強み)」**に目を向ける
- 症状を受け入れられる時期を待つことも大切
- 困った時に相談しやすい関係を作る



## 6 高次脳機能障がいカルタの増刷、無料配布

### 1 名称

「高次脳機能障がいカルタ」

### 2 増刷の目的

- ・ 地域の高齢者への普及啓発、レクリエーションへの活用
- ・ 高次脳機能障がいカルタの全国的普及

### 3 規格、作成数、経費

規 格：絵札・読み札 各 46 枚／1 セット、100×70mm、両面カラー、角丸加工

作成数：1000 セット

経 費：岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業費

### 4 配布先

県内の地域支援拠点機関や地域包括支援センター、全国支援拠点機関、家族会など

### 5 希望者（個人）への配布

令和元～2 年度にかけて、事業報告書やマスメディアを通じて周知活動を行い、県内外から購入希望の問い合わせを頂いた。カルタは事業費で作成したもので販売ができないため、県及び院内で相談の上、希望者に無料で配布を行うこととした。

配 布 数：700 個（なくなり次第、無料配布は終了）

代 金：無料

送 料：申込者の負担

申込方法：①岩手県高次脳機能障害者支援普及事業ホームページの申込フォームへの入力  
②申込用紙に記入の上、FAX または郵送にて申込



# 高次脳機能障がいカルタ 無料配布のお知らせ

当センターでは、岩手県高次脳機能障がい支援普及事業の一環として、当事者・家族の思いを50音にのせた「高次脳機能障がいカルタ」を作成致しました。

読み札作成にはいわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴにご協力いただき、当事者・家族の皆さんの共感が得られるような内容になっています。

この度高次脳機能障がいの支援普及のため、ご希望の方に数量限定で無料配布を行うこととしました。リハビリやレクリエーションの他、当事者・家族会、障がいについての学習等にご活用いただき、この障がいについての理解を深めていただけると幸いです。



料 金： 無 料

送 料： 申込者の負担  
(着払いとなります)

## ＜お申し込み方法＞

### ①ホームページ

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のホームページ

(<http://www.irc.or.jp/koujinoukinoushougai/index.html>)

にアクセスし、申し込みフォームに必要事項をご記入の上お申し込みください。



### ②FAXまたは郵送

裏面の申し込み用紙に必要事項をご記入の上、FAXまたは郵送でお申し込みください。

※無断複製、転売の禁止、送料負担についての同意がない場合はお申込みいただけません。

### 【お問い合わせ】

〒020-0503

岩手県岩手郡雫石町七ツ森16番地243

いわてリハビリテーションセンター 高次脳機能障がい担当

TEL：019-692-5800 FAX：019-692-5807

MAIL：koujinou-shien-reha@irc.or.jp



いわてリハビリテーションセンター 行き

FAX 019-692-5807

## 高次脳機能障がいカルタ 申込用紙

- ・ 下記項目を全てご記入ください。
- ・ 注意事項をご確認の上、チェックを入れてください。  
チェックがない場合はお申し込みを受け付けできません。

☐ 個人 ☐ 団体

|                                     |                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 所属（団体の方のみ）                          |                                                                                                                                                                                                  |
| 部署（団体の方のみ）                          |                                                                                                                                                                                                  |
| フリガナ                                |                                                                                                                                                                                                  |
| 氏名                                  |                                                                                                                                                                                                  |
| 送付先住所<br>※岩手県外の方は都道府県<br>からご記入ください。 | 〒      ー                                                                                                                                                                                         |
| 電話番号                                |                                                                                                                                                                                                  |
| 使用目的<br>※当てはまる項目全てに<br>チェックを入れてください | <input type="checkbox"/> リハビリテーション<br><input type="checkbox"/> レクリエーション<br><input type="checkbox"/> 学習用<br><input type="checkbox"/> 普及活動<br><input type="checkbox"/> その他（                      ） |

### 【注意事項】

- ・ 申込み数が上限に達した場合は、キャンセルと致します。
- ・ 著作権はいわてリハビリテーションセンターに寄与します。
- ・ 無断複製、転売は禁止と致します。
- ・ 送料は着払いでお申込いただいた方のご負担となります。

☐ 全ての注意事項に同意しました。



## 高次脳機能障がいカルタ 早見表



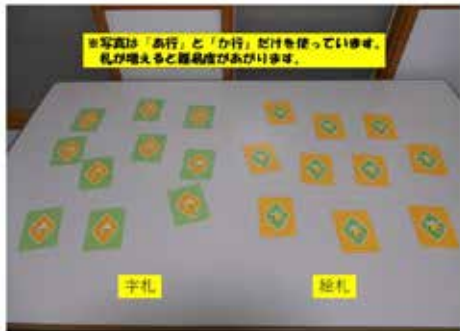
高次脳機能障がいカルタの読み札と、絵札に記載してある一言メモの一覧表です。

| 文字 | 読み札                               | 一言メモ                                         |
|----|-----------------------------------|----------------------------------------------|
| あ  | あくびは私の脳が疲れたサインです                  | あくびは疲れがたまったサインのひとつです。<br>こまめに休憩しましょう。        |
| い  | 意識して！注意して！<br>そんなこと言われても壊れたんだよ俺の脳 | 症状として、自分で意識すること、<br>注意すること自体が難しくなります。        |
| う  | 生まれ変わった俺を受け入れてくれる<br>イーハトーヴの仲間達   | 同じ経験をした仲間(当事者・家族会)だから<br>こそわかることがあります。       |
| え  | えっ？初めて聞きますその話<br>だからいつも新鮮です       | 記憶障害があると前に聞いた話でも<br>初めて聞いたように感じる場合があります。     |
| お  | 大人気ないと思うけど<br>ほめられるとついニンマリと       | できないことを注意するより、できたことを<br>ほめるよう意識してみましょう。      |
| か  | カチンとくるんです その言い方が                  | 言い方が命令口調や上から目線に<br>なっていないか、気をつけましょう。         |
| き  | 今日もまた プライドを杖に颯爽と                  | その人が大切にしていることを尊重しながら<br>関わりましょう。             |
| く  | くーっ！押さえられました怒りの感情を<br>俺ってできる男かも   | 感情のコントロールが難しくなる人もいます。<br>対応方法を考えてみましょう。      |
| け  | 気怠いなあ 何故かそんな日が続く事も<br>あります        | 疲労が溜まったり、意欲低下があると、<br>調子が安定しないことがあります。       |
| こ  | ここは落ち着くなあ<br>きっと分かってくれる仲間というからだ   | 受け入れてくれる仲間の存在が安心に<br>つながります。                 |
| さ  | さっきまでちゃんと覚えていた事は<br>覚えています        | 時間が経つと細かい内容を忘れてしまう<br>時は、覚えておくための工夫をしてみましょう。 |
| し  | 静かで安心できる環境でこそ<br>私の脳力フル回転！        | 賑やかな環境では集中できなくなることが<br>あります。環境設定も大切です。       |
| す  | スッキリと冴えわたる脳内環境が<br>欲しいのだ          | 見た目は元気でも頭の中がモヤモヤしている<br>と感ずることがあります。         |
| せ  | 切ないよ 悔しいよ<br>あら又同じ話？と言われることが      | 何度も同じ話をしてしまう時もしっかり聞いて<br>もらえると、話し手もすっきりします。  |
| そ  | そうだったんですね<br>その言葉に救われます           | その人の心の内の感情にしっかりと寄り添い<br>ましょう。                |

|   |                                  |                                            |
|---|----------------------------------|--------------------------------------------|
| た | タイムマシンに乗ってあの頃に戻りたい               | 病気やケガをする前の自分と比較して<br>悩んだり落ち込んだりすることがあります。  |
| ち | ちゃんと着ているつもりが後ろ前                  | 空間認知能力の低下により服の前後左右が<br>分からなくなることがあります。     |
| っ | 冷たいその視線には敏感です                    | 周囲の雰囲気や他人の視線を必要以上に<br>気にしてしまうことがあります。      |
| て | 手と手 顔と顔みんな違う<br>でもどこかで繋がっている     | 支えあう体制づくりがその人の安心感に<br>つながります。              |
| と | とても大事なんです<br>成功体験が自信に繋がります       | 成功は自信に、自信は新たなチャレンジに<br>つながっていきます。          |
| な | 何故かな？言葉がここまで出そうで<br>出て来ない        | 焦らせないようにじっくり本人の言葉を待つと<br>言葉が出てくることもあります。   |
| に | 脳トレ 認トレ<br>頑張れば俺の脳みそは復活するかな？     | 以前の自分に戻りたいという気持ちが強く<br>残っている方もいます。         |
| ぬ | 濡れ衣です 俺は真剣にやってこの結果               | 症状により上手くできないだけで、決して<br>怠けているわけではありません。     |
| ね | ねえ こんなに穏やかになれますよ<br>安心できる器の中で    | 居心地が良い場所ではイライラも<br>落ち着きます。                 |
| の | のんびりしているようで<br>内情はとても焦っています      | のんびりしているように見えても本人なりに<br>頑張っていることがあります。     |
| は | 話したい事がたくさんあるのに<br>言葉がどこかでかくれんぼ   | 言葉が上手く出てこない、まわりくどい<br>表現になってしまう場合があります。    |
| ひ | 他人様の心の内が<br>何故か一瞬で読めるようになりました    | 理解してもらえない経験が繰り返されると、<br>警戒心を抱いてしまうことがあります  |
| ふ | 普通の昔の自分に戻りたかった<br>けどこれが今の俺の普通です  | 今の普通に気づくことが、今の自分にとって<br>良い方法を考えるスタートになります。 |
| へ | 変な目で見ないで 明日はあなたかも                | 高次脳機能障害はいつ誰がなっても<br>おかしくない障害です。            |
| ほ | 本物の優しさには敏感です                     | 本人の事をしっかりと考えての言動は<br>必ず響くのです。              |
| ま | 迷子ではありません<br>大人ですもの道に迷っただけです     | 道に迷いやすくなる場合もありますが、<br>年齢に応じた対応が必要です。       |
| み | 皆さんの事はよく見えています<br>見えていないのは自分の事だけ | 他人のことは気づけても、自分のことを<br>客観的に見ることは難しいです。      |
| む | 昔は俺だってできていた                      | 以前に出来ていたことが出来ないということは<br>非常につらいものです。       |
| め | メモした事は覚えています<br>ただ書いたメモが見当たらない   | 本人にあった代償手段を選ぶことが<br>大事です。付箋やカレンダーも有効です。    |
| も | モヤか？霧か？<br>頭の中に強力ワイパー欲しくなり       | 脳が疲れてくると頭に霧がかかったように<br>感じるがあります。           |

|   |                                     |                                     |
|---|-------------------------------------|-------------------------------------|
| や | やってしまったー！次は絶対に失敗しないぞとその時は思います       | 失敗体験は予想以上に本人を傷つけます。支持的な関わりが重要です。    |
| ゆ | ゆっくりなんかしていません<br>これでも急いでやっているのです    | 思考や判断力が低下すると処理スピードが低下することがあります。     |
| よ | よく頑張ったね 素晴らしい！の一声で天にも昇ります           | 人から誉められるとうれしいと同時に自信やモチベーションにつながります。 |
| ら | 楽な生き方してみたい                          | 日々不便さや不自由さを感じていると、そう思うこともありますよね。    |
| り | リラックス コーヒー一杯で気分転換                   | 作業の合間の休憩は大切です。リラックスタイムで作業効率もアップします。 |
| る | ルーズだと言わないで<br>一生懸命やってるよ             | 本人のペースを周囲が理解することが大事です。              |
| れ | 冷静になるのに時間はかかりません<br>あなたの対応次第です      | 周りの関わり方次第で本人の気持ちが安定することもあります。       |
| ろ | 論より証拠<br>分かりあえる仲間がいる事が一番です          | 仲間ができるきっかけとして家族会や交流会があります。          |
| わ | わがままではありません あなたが話す意味が全く理解できないだけなのです | 本人に伝わりやすい方法や手段を考えて伝えることが重要です。       |
| を | 私「を」抜きに 私のこと「を」決めないで                | 本人の話をよく聞いて、自分自身で決められるように関わるのが大切です。  |
| ん | んーん・・・あれだよあれ！                       | 失語症によって言いたい言葉がスムーズに出てこないことがあります。    |

## 高次脳機能障がいかるた 使い方

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| はじめに                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                      |
| <p>「高次脳機能障がいかるた」には、当事者が実際に感じたことや経験したことが書かれています。当事者がどのようなことを感じているか、日本で昔から親しまれているかるた遊びを通して知っていただきたいと思います、岩手県高次脳機能障がい支援普及事業の一環として作成しました。</p> <p>レクリエーションや認知訓練など、様々な形で利用していただければ幸いです。</p>                                                                                                                                                                             |                                                                                      |
| 中に入っているもの                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |
| ・読み札 46枚    ・絵札 46枚    ・早見表    ・使い方                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                      |
| 遊び方                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                      |
| <p>1. 基本のかるたのルール（2人以上）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①読み手と取り手を決める</li> <li>②よく混ぜた絵札を床やテーブルに表を上にして並べる <ul style="list-style-type: none"> <li>●きれいに並べると見やすくなる</li> <li>●ばらばらに並べると見えにくいところもあり、難易度が上がる</li> </ul> </li> <li>③読み手が読んだものと同じ絵札をとる。<br/>手が重なった場合、下に手がある人のものとなる</li> <li>④読み札がなくなった時に持っている絵札が多いほうが勝ち<br/>※違う絵札を取るなど、お手付きをしたら一回休みです</li> </ol> |    |
| <p>2. 50音並べ替え（1人以上）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①絵札、または読み札をよく混ぜて、同じ数ずつ配る</li> <li>②「あ」「か」「さ」「た」「な」「は」「ま」「や」「ら」「わ」の札を最初に出す</li> <li>③順番通りに繋がるように並べる。<br/>例）「あ」の下には「い」、「な」の次は「に」を並べる など<br/>複数人で行う時は最初に順番を決めて順番に一枚ずつ置く</li> <li>④置くことができる札がない場合は、パスをする</li> <li>⑤複数人で行う時は、最初に札がなくなった人の勝ち</li> </ol>                                                  |  |
| <p>3. 神経衰弱（2人以上）</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①読み札をよく混ぜて裏を上にして並べる</li> <li>②絵札をよく混ぜて裏を上にして並べる<br/>※読み札と絵札が混ざらないように場所を離して並べる</li> <li>③それぞれ一枚ずつめくり、読み札と絵札が合っていたら取る。<br/>正解の場合は続ける<br/>違うカードをめくった場合は元の場所に裏返して置き、次の人に交代する</li> <li>④終了時にたくさんカードを持っている人が勝ち</li> </ol> <p>※2セット使うと「読み札と読み札」「絵札と絵札」で行うこともできます<br/>※あ行とか行だけをを使うなど、最初は少ない札から始めるとやりやすいです</p> |                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |

#### 4. 人数集めゲーム（2人以上）

- ①絵札をよく混ぜて裏向きに並べる
  - ②一人ずつ札を選んで一枚ずつ順番に取る（合計3枚）
  - ③カードに描かれている人の合計が多い人が勝ち
  - ④同じ人数の場合は、もう一枚ずつ取って札に書かれた人数が多い方が勝ち
- ※「タイマーを用意して、アラームが鳴るまでに札を取らなければいけない」、「同じ人数の場合、男の人が多い方が勝ち」などのルールを追加することもできます



#### 5. 行そろえゲーム（2人以上）

- ①絵札をよく混ぜて、5枚ずつ配る
- ②山札から一枚引いて、一枚捨てる
- ③最初に行がそろった人が勝ち
- ④山札が無くなったら捨てた札を集めてよく混ぜて山札にする

##### そろえ方

「あ・い・う・え・お」、「か・き・く・け・こ」、「さ・し・す・せ・そ」  
 「た・ち・つ・て・と」、「な・に・ぬ・ね・の」、「は・ひ・ふ・へ・ほ」  
 「ま・み・む・め・も」、「や・ゆ・よ・わ・を」、「ら・り・る・れ・ろ」  
 ※「ん」はオールマイティでどこにでも入れます



#### 6. 体験を語るきっかけにする

交流会などで話をする時、なかなかきっかけがつかめない時にテーマを決めるためにカルタを使う事もできます。

※他にもいろいろな遊び方があると思います。もし、面白い遊びを思いついた！という方は連絡を下さい。

#### お問い合わせ

公益財団法人いわてリハビリテーションセンター 高次脳機能障害支援普及事業担当 上田・佐々木・大江  
 TEL：019-692-5800 FAX：019-692-5807 E-mail：koujinou-shien-reha@irc.or.jp

いわてリハビリテーションセンター行

**FAX : 019-692-5807**

**E-mail : koujinou-shien-reha@irc.or.jp**

## 高次脳機能障がいカルタの送付およびアンケートご協力のお願い

この度は、高次脳機能障がいカルタ無料配布にお申し込みいただきありがとうございます。  
このカルタは岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業の一環として、岩手県民の皆様をはじめ、  
多くの方々に高次脳機能障がいについて理解を深めていただけることを願い、お配りさせて  
いただきました。

つきましては、今後の事業に活用したいと考えておりますので、カルタをご使用いただき、  
アンケートへご記入の上、FAX またはメールでの回答をお願いいたします。

1. 回答される方は下記のどれに当てはまりますか。

〔 当事者 ・ 家族 ・ 支援者 〕

2. お住まいの県名を教えてください。( ) 県

3. 高次脳機能障がいカルタの無料配布をどのようにして知りましたか。

( )

4. 高次脳機能障がいカルタのデザインはいかがですか。

大変良い      まあ良い      普通      あまり良くない      良くない

(感想 : )

5. カルタをどのようにご利用になりましたか。また、おもしろい遊び方があれば教えてください。

リハビリ      レクリエーション      学習用      普及活動      その他 ( )

(遊び方 : )

6. 高次脳機能障がいの理解に役立ちましたか。

とても役に立った      まあ役に立った      あまり役に立たなかった      全く役に立たなかった

(感想 : )

※ アンケートの内容を岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業のホームページやメールニュースで  
ご紹介させていただくことがありますのでご了承ください。

ご協力ありがとうございました。

## 高次脳機能障害に理解を 当事者支援へかるた作製 雫石・リハビリテーションセンター【岩手】

2020年4月8日付



いわてリハビリテーションセンターが作製した「高次脳機能障がいカルタ」

### 悩みや症状 札で紹介

雫石町のいわてリハビリテーションセンターは、高次脳機能障害者の支援を目的にかるたを作製した。当事者が実際に感じた悩みや経験した症状などを札にし、当事者のリハビリや地域社会の障害への理解促進に役立ててもらう。

高次脳機能障害は、交通事故や病気がきっかけで脳がダメージを受けることで表れる重い障害のこと。「集中力がない」「疲れやすい」といった注意障害や「覚えられない」といった記憶障害、予定を立てて行動できないといった遂行機能障害、やる気が起きないといった社会的行動障害などがある。

身体上の障害とは異なり表面的には目立たないことから周囲に理解されにくく、本人も以前の自分とのギャップに悩んだりすることから、当事者や家族の思いや悩みを共有するツールとしてかるたの作製を考えた。

読み札は「モヤか？霧か？頭の中に強力ワイパー欲しくなり」など聞き取りを基に当事者目

線で作製。取り札には絵のほか「脳が疲れてくると頭に霧がかかったように感じることもある」と障害への理解が進む一言メモを添えた。

同センターの大江みづほ医療社会事業専門員は「かるたは当事者やその家族の思いを共感するツール。リハビリや思いの共有が進めば」と語り、同センターの上田大介総合相談科長は「同じ悩みや経験を持つ人が集い、ためになる情報を得られるきっかけになればいい」と話す。

かるたは、レクリエーションや認知訓練などで活用してもらおうと50部を作製。県内の高次脳機能障がい地域支援拠点機関、いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴ、回復期リハビリテーション病院・病棟に配布し、希望者には貸し出す。

「意識して！ 注意して！ そんなこと言われても壊れたんだと俺の脳」話したいことがたくさんあるのに「言葉がどこかでかくれんぼ」

読み札には当事者や家族の体験を基にした障害の特徴や暮らしの上での実感が込められる。絵札には「記憶障害があると前に聞いた話でも初めて聞いたように感じる」とある。「思心」が良き場所などといういらも落ち着く「な」アドバイスを記載する。

高次脳機能障害は、交通事故によるけが、脳卒中などの疾病で脳が損傷したことにより発生する記憶障害や注意障害、社会的行動障害など。県は本県に約2750人いると推計する。

# 脳障害理解へいろは

栗石町七ツ森のいわてリハビリテーションセンター（大井清文センター長）は、高次脳機能障害の支援ツールとして、かるたを作成した。当事者や家族

から見た障害の特徴や悩みを札にし、楽しみながらのリハビリや、社会への理解促進につなげる。

## 栗石・いわてリハビリセンター

# かるた作り特徴紹介 当事者や家族の実感も

の相談支援を実施し、復職・就業や復学支援に関するものが多い。日常の動作や会話程度では周囲から障害が分かりにくく、理解の促進が課題とされている。

かるたは総10で、機7・5で、50部作成し、同センターのほか、県内の回復期リハビリテーション病院・病棟や各地の高次脳機能障害地域支援拠点機関などに配布。リハビリや家族会の活動で利用してもらう。希望者には貸し出す。

同センターの大井みづほ医療社会事業専門員は「家族会などで実際に発された言葉や札にし、なじみやすいかるたになった。当事者にも楽しく使ってもらい、広く県民にも理解が広がればいい」と願う。

問い合わせは同センター（019・692・5800）へ。



高次脳機能障害の理解を深めるため作成されたかるた

## 高次脳機能障害かるたの主な内容

| 文字 | 読み札                           | 一言メモ                                   |
|----|-------------------------------|----------------------------------------|
| あ  | あくびは私の脳が疲れたサインです              | あくびは疲れがたまったサインの一つです。こまめに休憩しましょう        |
| せ  | 切ないよ 情しいよ あら又同じ話？と言わ          | 何度も同じ話をしてしまう時もしっかり聞いてもらえると、話し手もすっきりします |
| と  | とても大事なんです 成功体験が自信につながります      | 成功は自信に、自信は新たなチャレンジにつながっていきます           |
| へ  | 変な目で見ないで 明日はあなたかも             | 高次脳機能障害はいつ誰がなってもおかしくない障害です             |
| ゆ  | ゆっくりなんかしていません これでも急いでやっているのです | 思考や判断力が低下すると処理スピードが低下することがあります         |

# 五十音で楽しく理解を



「楽しく、知ってもらおうきっかけに」。かるたを用いて支援者及を進める大江さん



感情の抑鬱が難しくなる、同じ話を何度もしてしまうなどの症状をかるたで紹介

## いわてリハビリター「高次脳機能障がいカルタ」作成

県からの委託で高次脳機能障害の支援者及びいわてリハビリテーションセンターは、この「高次脳機能障がいカルタ」を作成した。県内各市の障害者の地域支援拠点機関に配布、貸し出しも行う。障害者を持つ当事者のリハビリや障害者の理解のために使用する。他、支援者や一般市民の理解にもつながる活用が期待されている。

高次脳機能障害は、事故や脳卒中などの病後、脳や神経の損傷によって、記憶・学習・注意などの能力が障害された状態のこと。新しいことを覚えられないなどの記憶障害、一つのことに集中できないなどの注意障害、感情を抑えられないなどの社会的行動障害などがあり、いくつかの症状が重なって現れることが一般的。その人自身の性格や習慣などの影響を受けやすいことも特徴という。

かるたは県高次脳機能障がい支援普及事業の一環として作成。同センターで働く同障害者の外来から来客が生まれ、各県の支援者や当事者や家族が支援者として参加した。言葉の表裏に隠された意味や、家族に隠れて決めたこと、障害者のリアルな実情や思いが反映されている。絵には、より深い理解を助ける「一言メモ」も添えた。

「一言メモ」は「言葉の裏に隠された意味や、家族に隠れて決めたこと、障害者のリアルな実情や思いが反映されている。絵には、より深い理解を助ける「一言メモ」も添えた。」

「一言メモ」は「言葉の裏に隠された意味や、家族に隠れて決めたこと、障害者のリアルな実情や思いが反映されている。絵には、より深い理解を助ける「一言メモ」も添えた。」

「一言メモ」は「言葉の裏に隠された意味や、家族に隠れて決めたこと、障害者のリアルな実情や思いが反映されている。絵には、より深い理解を助ける「一言メモ」も添えた。」

思いを伝えることも、うつに加工、一般の人には「変な目で見ないで、明日は活動にあつてほしい」とあり、かるたを通じて、障害者があるところ、かならずしも「障害者」としてではなく、人間として存在していることを伝える。通訳の取組の他、障害者支援センターや障害者グループホームなど、様々な場面で活用される。貸し出しは、いわてリハビリテーションセンター（盛岡市）や、いわてリハビリテーションセンター（盛岡市）など、様々な場面で活用される。貸し出しは、いわてリハビリテーションセンター（盛岡市）や、いわてリハビリテーションセンター（盛岡市）など、様々な場面で活用される。

市の中野一丁目、電話019-652-1134。

### 目次

1. ヘルプマークについて
2. 今年度のじゃじゃじゃ交流  
会について
3. 編集後記



ストラップを利用し、  
鞆などに着けることが  
できます。伝えたいこ  
とを書いたシールを、  
片面に貼り付けること  
もできます。

## 1. ヘルプマークについて

ヘルプマークをご存じでしょうか？今回はヘルプマークについて紹  
介します。

### ヘルプマークとは？

<岩手県 HP より>

義足や人工関節を使用している方、内部障がいや難病の  
方、または妊娠初期の方など、外見から分からなくても援  
助や配慮を必要としている方々が、周囲の方に配慮を必要  
としていることを知らせることで、援助を得やすくなるよ  
う、東京都が作成したマークです。

本県では、令和元年 5 月 27 日（月曜日）から、ストラ  
ップ型ヘルプマークを配付しています。

### ■配付窓口

広域振興局保健福祉環境部、保健福祉環境センター、各  
市町村の障がい福祉担当課等の窓口

### ■配付対象者

援助や配慮を必要としている方（障がい者、難病の方、  
妊娠中の方など）

### ■配付方法

申込者 1 人にヘルプマーク 1 個を配付します。この際、  
ヘルプマークの御使用に関するアンケートに、御協力お願  
いします。

### その他

- ・無料で配付します。
- ・身体障害者手帳や、身分証明書の提示は不要です。
- ・原則、本人又は家族への配付とします。
- ・郵送での配付は行いません。

高次脳機能障害の方も使っています！

## 2. 今年度じゃじゃじゃ交流会中止のお知らせ

毎年、当事者、家族、支援者の交流の場として開催されていた「じゃじゃじゃ交流会」ですが、「新型コロナウイルス」の感染が広がっている現状を受け、参加される皆様の安全を考慮しまして、開催を中止させていただくことになりました。

代わりに「100 円グッズを使って家庭で出来る！ 脳と身体を鍛える自主トレプログラム」を作成中です。

家にいる時間が長くなりがちですが、身近にあるものでできる脳トレを検討しています。脳トレのほかに簡単なリラックス方法についても紹介する予定です。

完成をお楽しみに！

## 3. 編集後記

今年度のメールニュースの配信がスタートしました。高次脳機能障がいに関する役立つ情報を届けてまいりますので、よろしくお願い致します！

今年は例年よりも自宅で過ごす時間が長くなりそうですね。家の中にいても熱中症になることもあるようなので、こまめな水分補給を行っていきましょう。

ご意見ご感想はこちらまで メールニュース担当（吉田、高山、菅原、後藤、村田、大江）  
アドレス [koujinou-shien-reha@irc.or.jp](mailto:koujinou-shien-reha@irc.or.jp)

## 8 高次脳機能障がい PR 用トートバッグ

### 1 名称

高次脳機能障がい PR 用トートバッグ

### 2 作成の目的

- ・トートバッグに高次脳機能障害の概要をイラストと共に印刷し、当事者・家族・支援者に持ち歩いてもらうことで PR を行う。
- ・援助や配慮を必要としながらも外見からはわからない方のためのマークである「ヘルプマーク」を印刷し、高次脳機能障害と共にヘルプマークについて知ってもらう。

### 3 内容

表：ヘルプマークのステッカーを印刷

ステッカー内に「援助が必要な方のマークです。困っている時は声をかける等思いやりのある行動をお願いします。」とメッセージを記載。

※ 東京都へ使用報告書を提出。ステッカーのデータをいただき、使用許可を得ている。

裏：高次脳機能障害の文字と主要な症状を記載。

岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業のホームページにアクセスできる QR コードを記載。

### 4 規格、作成数、経費

バッグ：キャンバストート M（約 W360×H370×D110mm 船底）、ナチュラル（カラー）

印刷面：表 130×130mm、裏 110×110mm

作成数：500

経 費：岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業費

### 5 配布先

いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴや県内地域支援拠点機関、当センター外来患者、全国支援拠点機関や家族会など



## 9 当事者向け自主トレーニングプログラム集

### 1 名称

100 円グッズを使って家庭で出来る！脳と身体を鍛える自主トレプログラム

### 2 作成の目的

- ・手軽に楽しく脳と身体を使い、注意力や記憶力、空間認知力や遂行機能の向上につながる自主トレーニングを紹介する。

### 3 内容

- ① カード探し（絵カードを使用）
  - ② 卓上玉入れ（デコレーションボールとコップを使用）
  - ③ 数字探し（数字や文字を書いた付箋を使用）
  - ④ 旗あげゲーム（マルバツが書いてある札と 2 色の紙を使用）
- ・目的や方法、注意点等の説明、記録用紙付き。結果や感想を記録できるようにした。
  - ・いわてリハビリテーションセンターの YouTube チャンネルにアクセスできる QR コードを付し、動画でも方法を確認できる。

### 4 仕様、作成数、経費

仕 様：A4 サイズ、24 ページ、カラー印刷

部 数：500 部

経 費：岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業費

### 5 配布先

- ・いわて高次脳機能障害友の会イーハトーヴ
  - ・県内地域支援拠点機関や地域包括支援センター
  - ・全国高次脳機能障害支援拠点機関、家族会
- ※残りは入院・外来患者に随時配布



**100円グッズを使って家庭で出来る!**

**脳と身体を鍛える  
自主トレ  
プログラム**



公益財団法人  
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担当

# はじめに

このたび、令和2年度岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業の一環として、「100円グッズを使って家庭で出来る！ 脳と身体を鍛える自主トレプログラム」を作成いたしました。

皆さんは、“仕事に戻りたい！” “また運転ができるようになりたい！” など、何らかの目標を持ってリハビリに取り組んでいることと思います。このプログラム集は、病院や施設でのリハビリにプラスして、家でもトレーニングを行い、さらに能力の向上を目指すためのツールとして、当センターのスタッフが考えました。

この自主トレプログラムの中で使用している道具は、主に100円ショップで購入できるものですが、ご家庭にあるもので代用しても構いません。ぜひ皆さんなりの方法で、トレーニングに取り組んでみてください。

また、ただ行うだけではなく、日々の記録を取ることも大切です。記録用紙を活用し、目に見える形でトレーニングの成果を残してみてください。



# 使い方

## 1. トレーニングのやり方を確認

冊子には、「目標」「必要物品」「トレーニングの目的」「方法」「注意点・ポイント」が記載されています。

何のために行うトレーニングなのか、どのようなことに注意するのかを確認して、取り組みましょう。

各ページには、QRコードが記載されています。スマートフォン等で読み取ると、YouTubeで実際に行っている動画の確認ができます。

## 2. 日々の記録

各プログラムのページの後ろに、記録用のページがあります。かかった時間や正答数などの記録を毎回残しましょう。

## 3. 記録の振り返り

記録を残すだけでなく、記録の変化を確認しましょう。記録が伸びない時は、やり方や記録の取り方に問題があるかもしれません。病院・施設のスタッフや家族など、他の人に相談してみましょう。



# 1. カード探し

## 【目標】

### Step 1

間違えずに正確にカードを取る

### Step 2

前回より早くすべてのカードを取り終える

## 【必要物品】

絵カード  
カルタ など

## ●目的

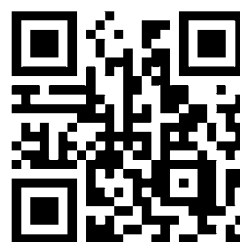
注意力の向上（複数の中から必要なカードを選ぶ）  
記憶力の向上（読み上げられたカードを覚える）

## ●方法

- ① 絵カードを机に並べる。
- ② 3つの札を読み上げてもらう。  
（れいぞうこ・りんご・まくら など）
- ③ できるだけ早く、読み上げられた3枚の札をとる。

## ●記録

- ・ 全てのカードを取り終えた時間を記録する。  
※トレーニング時間は最大5分とし、終わらない場合はその時点での枚数を数える。
- ・ 取る札を間違えた場合は、間違えた回数も記録する。



例

| 日付  | かかった時間    | 間違い数 | 感想など    |
|-----|-----------|------|---------|
| 1/1 | 3 分 4 6 秒 | 2 回  | 焦って間違えた |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |
| /   | 分 秒       | 回    |         |

| 日付 | かかった時間 | 間違い数 | 感想など |
|----|--------|------|------|
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |

| 日付 | かかった時間 | 間違い数 | 感想など |
|----|--------|------|------|
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |
| /  | 分 秒    | 回    |      |

## 2. 卓上玉入れ

### 【目標】

#### Step 1

間違えずに正確に行う

#### Step 2

前回よりも早くすべてのボールを入れ終わる

### 【必要物品】

デコレーションボール  
コップ（数種類）

### ●目的

注意力の向上（同時に複数のことに意識を向ける）

空間認知能力の向上（距離感をつかむ）

### ●方法

- ① ボールを机に広げる
- ② ボールを同じ色のコップに入れる



### ●記録

- ・ 全て入れ終わるまでの時間を記録する。  
※トレーニング時間は最大5分とし、終わらない場合はその時点で入れ終えた個数を数える。
- ・ 間違えたボールの個数も記録する。

### ●注意点・ポイント

～効果を高めたいとき～

- ☐ 覚えにくいルールでやってみる。  
（例：赤いボールは青いコップ など）
- ☐ 誰かに投げてもらったボールをキャッチしてコップに入れる。



例

| 日付  | かかった時間    | 間違い数 | 感想など      |
|-----|-----------|------|-----------|
| 1/1 | 1 分 5 0 秒 | 3 個  | 距離感が取りにくい |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |
| /   | 分 秒       | 個    |           |

| 日付 | かかった時間 | 間違い数 | 感想など |
|----|--------|------|------|
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |

| 日付 | かかった時間 | 間違い数 | 感想など |
|----|--------|------|------|
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |
| /  | 分 秒    | 個    |      |

### 3. 数字探し

#### 【目標】

##### Step 1

間違えずに正確に行う

##### Step 2

前回よりも早く終える

##### Step 3

難易度を上げる

#### 【必要物品】

ふせん  
ペン（太め）

#### ●目的

注意機能・遂行機能の向上  
(なるべく早く正しいものを見つける力)

#### ●方法

- ① ふせんにペンで数字を書いて、壁にランダムに貼る。
- ② 時間を計測しながら、1から順番になるべく早くタッチする。



#### ●記録

全てタッチし終えるまでの時間を記録する。

#### ●注意点・ポイント

- ☐ 数字を貼る範囲を広げたり、枚数を増やしたり、ひらがなを混ぜたりすると 難易度が上がります。
- ☐ かかった時間の記録をつけて変化を見たり、ご家族と競争したりしてみましょう。



例

| 日付  | 使ったふせんの枚数 | かかった時間  | 感想など      |
|-----|-----------|---------|-----------|
| 1/1 | 数字 10枚    | 分 3 0 秒 | もっと早くできそう |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |
| /   |           | 分 秒     |           |

| 日付 | 使ったふせんの枚数 | かかった時間 | 感想など |
|----|-----------|--------|------|
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |

| 日付 | 使ったふせんの枚数 | かかった時間 | 感想など |
|----|-----------|--------|------|
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |
| /  |           | 分 秒    |      |

## 4. 旗あげゲーム

### 【目標】

#### Step 1

間違えずに正確に行う

#### Step 2

前回より正答数を増やす

#### Step 3

難易度を上げる

### 【必要物品】

○×の書いてある札  
色紙（2色）

### ●目的

注意力の向上

- ・ 指示を聞いて正しく動く
- ・ 同時に二つ（聞く・動く）の  
ことに対応する

### ●方法

- ① 指示を出す人、指示を受ける人に分かれる。
- ② 指示を受ける人は、○×の書いてある札を、右手と左手それぞれに持つ。
- ③ 指示を受ける人の左足と右足の前に、色の違うふせん等の色紙を一枚ずつ貼る。
- ④ 指示を出す人は、○、×、**2種類**の紙の色（赤、青など）の4つの指示を2分間出し続ける。
- ⑤ 指示を受ける人は、手に持った札を上げたり、足下の色紙を踏んだり、指示の通りに行動する。



## ●記録

- ・ 2 分間で正答した数を記録する。
- ・ 指示を出す人、指示を受ける人以外の人に回数を数えてもらう。
- ・ 人が足りない時は動画を撮影して、終了後に正答数を確認する。

## ●注意点・ポイント

- ・ ○、赤など、手と足の指示を同時に出すと、難易度が上がります。



例

| 日付  | 正答数   | 感想など         |
|-----|-------|--------------|
| 1/1 | 3 6 回 | 2 分続けるのが辛かった |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |
| /   | 回     |              |

| 日付 | 正答数 | 感想など |
|----|-----|------|
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |

| 日付 | 正答数 | 感想など |
|----|-----|------|
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |

| 日付 | 正答数 | 感想など |
|----|-----|------|
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |
| /  | 回   |      |

# 【MEMO】

---

---

# 【MEMO】

---

---



---

### お問い合わせ

---

#### 公益財団法人 いわてリハビリテーションセンター

〒020-0503 岩手県岩手郡雫石町七ツ森16番地243

TEL : 019-692-5800 FAX : 019-692-5807

MAIL : koujinou-shien-reha@irc.or.jp

HP : <https://www.irc.or.jp/koujinoukinoushougai/>

---

この冊子は岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業の一環で作成したものです。

### **Ⅲ 岩手県内の支援拠点機関一覧**



## 1. 岩手県支援拠点機関

| 名 称              | 所在地           | 電話番号         |
|------------------|---------------|--------------|
| いわてリハビリテーションセンター | 雫石町七ツ森 16-243 | 019-692-5800 |

## 2. 地域支援拠点機関（平成 30 年度）

| 圏域               | 名 称                                    | 所在地                  | 電話番号         |
|------------------|----------------------------------------|----------------------|--------------|
| 宮古               | 相談支援事業所れいんぼー                           | 宮古市緑ヶ丘 2-3           | 0193-64-7878 |
| 気仙               | 地域活動支援センター星雲<br>相談室                    | 大船渡市盛町字東町 11-12      | 0192-21-1305 |
| 二戸               | 地域生活支援センター<br>・カシオペア                   | 二戸市石切所字川原 46-1       | 0195-23-6608 |
| 久慈               | 地域生活支援センター久慈                           | 久慈市門前第 1 地割 151-1    | 0194-52-8177 |
| 釜石・<br>大槌        | 地域活動支援センター釜石                           | 釜石市定内町一丁目 8-10       | 0193-21-1156 |
| 胆江<br>年度<br>持ち回り | 指定相談支援事業所<br>「サポートにじ」                  | 金ヶ崎町六原町の内表道下<br>31-2 | 0197-43-2787 |
| 盛岡               | いわて高次脳機能障害友の会<br>イーハトーヴ                | 盛岡市中野一丁目 1-26        | 019-652-1137 |
| 岩手<br>中部         | いわて高次脳機能障害友の会<br>イーハトーヴ県南支部            | 盛岡本部にご連絡ください         |              |
| 両磐               | 居住地の役場障がい福祉担当課、または担当の相談支援専門員等にご相談ください。 |                      |              |



【編集後記】

当事業について報告書をまとめるにあたり、県内の関係機関の皆様、研修や会議等でお世話になった皆様に心より感謝申し上げます。

新型コロナウイルスは感染の拡大と縮小を繰り返し、未だに制限された生活が続いています。当事業においては、現在の状況に合わせた展開が必須となり、集合形式から Web 形式の会議や研修会が主流となりつつあります。実際に顔を合わせることは少なくなりましたが、これまではなかなかお話しする機会がなかった全国の方々と、画面の向こう側に姿を見ながら意見交換できるようになりました。怪我の功名と言って良いのか複雑な思いです。

今後とも多くの方々とつながるために、皆様のご協力を得て様々な可能性にかけて事業を継続して参りたいと思います。

(佐々木春美)

2020 年度

岩手県高次脳機能障がい者支援普及事業及び  
高次脳機能障がい者地域支援体制整備事業報告書

公益財団法人 いわてリハビリテーションセンター  
〒020-0503 岩手県岩手郡雫石町七ツ森 16-243

T E L 019-692-5800

F A X 019-692-5807

E-mail koujinou-shien-reha@irc.or.jp

H P <http://www.irc.or.jp/koujinoukinoushougai/index.html>





