



多摩市高次脳機能障害者支援促進事業

# 高次脳機能障害者の理解と 支援に向けて

緑川 晶

(中央大学 文学部 心理学専攻)

2019年9月28日(土) 多摩市総合福祉センター

## 自己紹介

- 大学教員 (中央大学 文学部 心理学専攻)
- 臨床心理士、公認心理師
- 臨床活動
  - 国立障害者リハビリテーションセンター病院
  - 昭和大学病院 神経内科
  - 横浜市総合リハビリテーションセンター
- 対象
  - 高次脳機能障害、認知症、発達障害など

## 高次脳機能障害者の理解と支援に向けて

- 高次脳機能障害者の理解
- 高次脳機能障害者の支援
  - 本人に対する支援
  - 家族に対する支援

## 高次脳機能障害者の理解と支援に向けて

- 高次脳機能障害者の理解
- 高次脳機能障害者の支援
  - 本人に対する支援
  - 家族に対する支援

## 高次脳機能障害の方々の認知と行動



私たちの普段の行動は車の自動運転のようなもの

## 高次脳機能障害者の主観的な世界の理解

- 本人が置かれている状況
- 大切にすべきこと
- 本人の望むこと
  - 想定される心理的なニーズ
  - 望まれない周囲の行為

# 高次脳機能障害者の主観的な世界の理解

- 本人が置かれている状況
- 大切にすべきこと
- 本人の望むこと
  - 想定される心理的なニーズ
  - 望まれない周囲の行為

## ① 本人の置かれている状況 (2つのギャップ)

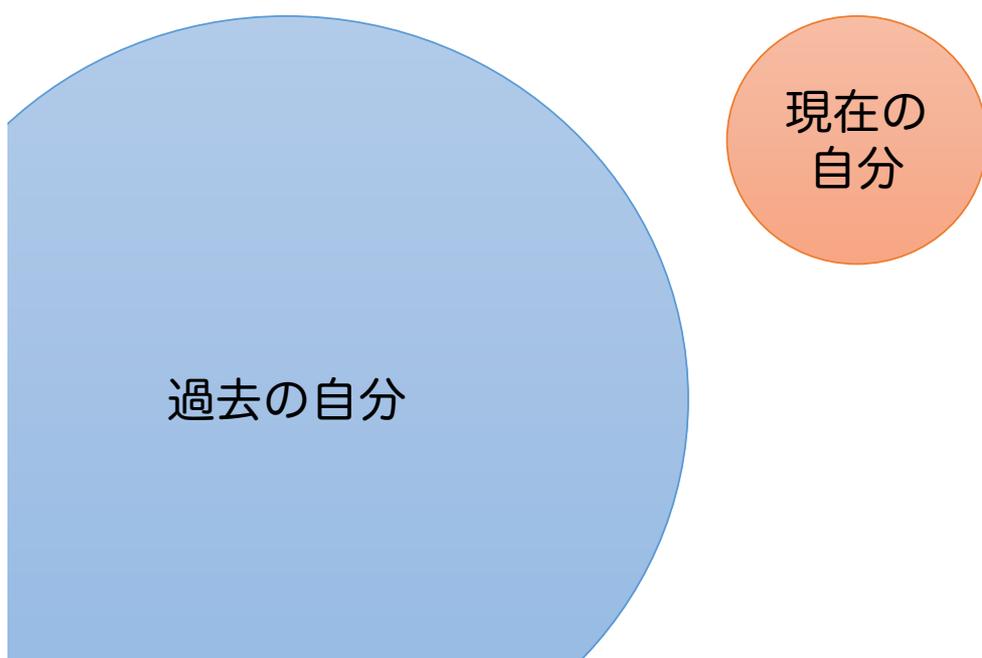
- 過去の自分と現在の自分
  - 過去：能力、地位、人間関係、目標・・・
  - 現在：上記が失われた状態 (→ 喪失感)
- 自己と他者
  - 自分の認識：適切に考え判断ができています
  - 他者の認識：失敗があり、反応が鈍く、話し方がたどたどしい (→ 低く見られる)

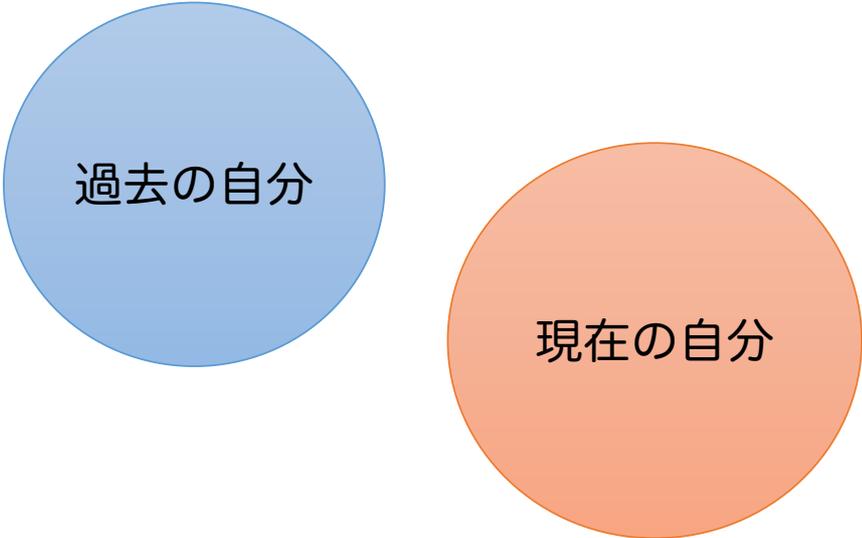
但し・・・

(受け止め方の変化が生じることも ≡ 障害の受容)

ずっしりと落ち込んでいる皆さんに比べて何が違うのか  
というと、それは障害の受容ではないかと思う。・・・そ  
れは自分が悪いからではなく、仕方がないことで・・・  
「できないことはできないんだから仕方がない」と開き  
直って胸を晴れるということが、私をずいぶん楽にしてい  
る。

山田規畝子「壊れかけた記憶、持続する自我」





過去の自分

現在の自分

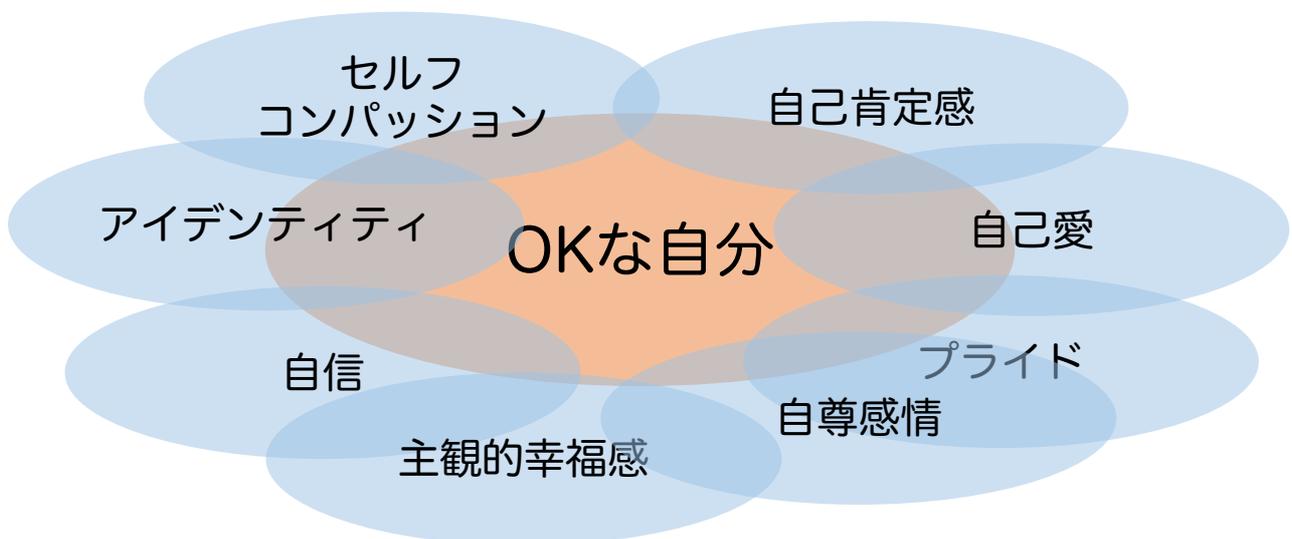
## 高次脳機能障害者の主観的な世界の理解

- 本人が置かれている状況
- 大切にすべきこと
- 本人の望むこと
  - 想定される心理的なニーズ
  - 望まれない周囲の行為

# 高次脳機能障害者の主観的な世界の理解

- 本人が置かれている状況
- 大切にすべきこと
- 本人の望むこと
  - 想定される心理的なニーズ
  - 望まれない周囲の行為

## ② 大切にすべきこと ← 自分をOKだと思える 支援



## 高次脳機能障害でも残されるもの

- 自分（自尊感情）

・・・「事故があろうとなかろうと、自分のアイデンティティは変わらない。私という人間の本質は変わらない」という直観がありました。「信念・意地・自尊感情」とも表現できるかもしれません。

橋とも子「トラウマティック・ブレイン」

## 高次脳機能障害者の主観的な世界の理解

- 本人が置かれている状況
- 大切にすべきこと
- 本人の望むこと
  - 想定される心理的なニーズ
  - 望まれない周囲の行為

# 高次脳機能障害者の主観的な世界の理解

- 本人が置かれている状況
- 大切にすべきこと
- 本人の望むこと
  - 想定される心理的なニーズ
  - 望まれない周囲の行為

## ③ 本人の望むこと

### ● 当事者が望むこと

当事者が一番望むのは、障害を抱える前と何ら変わることのない態度でふつうの人として接してもらうことだ。

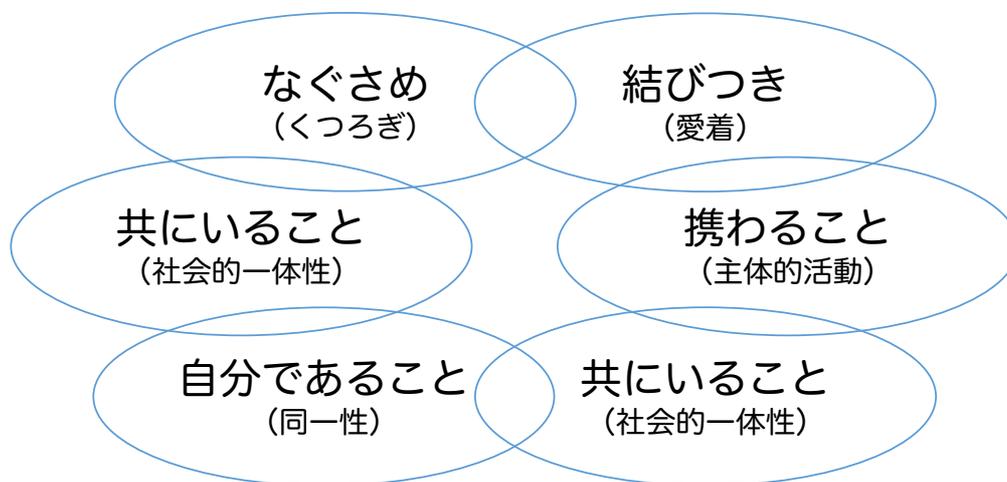
### ● 当事者の支え

山田規畝子「壊れかけた記憶、持続する自我」

当時、そんな私を周囲で支えてくれていたのは、「私という個人を尊重し、理解し、能力の可能性を否定しない人々」でした。

橘とも子「トラウマティック・ブレイン」

## 想定される心理的なニーズ



トム・キットウッド「認知症のパーソンセンタードケア」

## 望まれない周囲の行為 (悪性の社会心理)

1. だます
2. できることをさせない
3. 子ども扱い
4. おびやかす
5. レッテルを貼る
6. 汚名を着せる
7. 急がせる
8. 主観的現実を認めない
9. 仲間はずれ
10. もの扱い
11. 無視する
12. 無理強い
13. 放っておく
14. 非難する
15. 中断する
16. からかう
17. 軽蔑する

トム・キットウッド「認知症のパーソンセンタードケア」

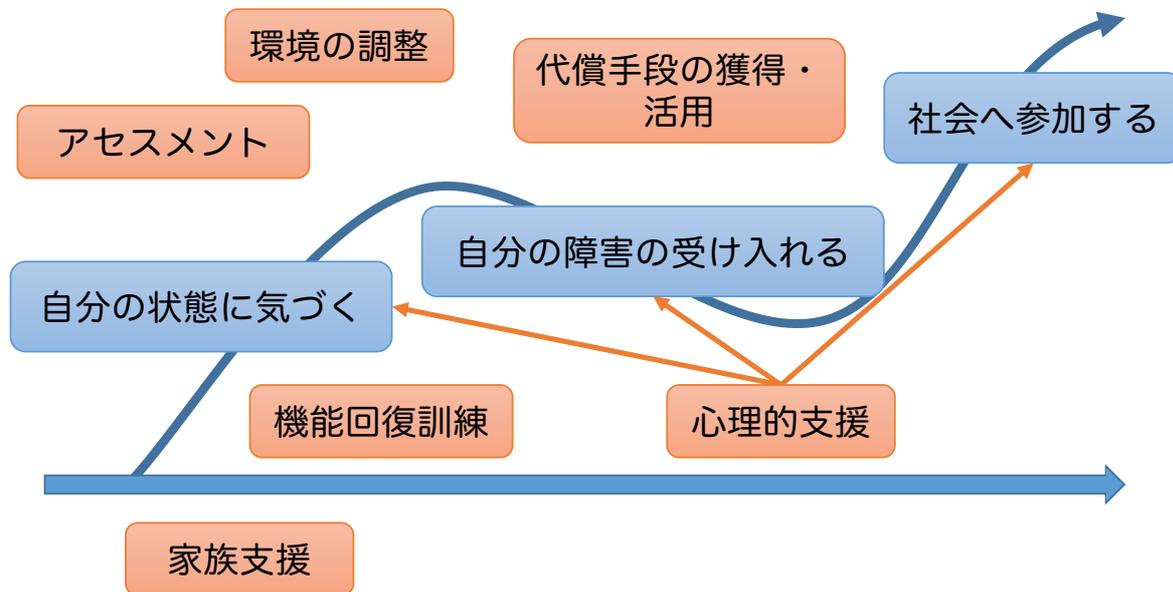
## 高次脳機能障害者の理解と支援に向けて

- 高次脳機能障害者の理解
- 高次脳機能障害者の支援
  - 本人に対する支援
  - 家族に対する支援

## 高次脳機能障害者の理解と支援に向けて

- 高次脳機能障害者の理解
- 高次脳機能障害者の支援
  - 本人に対する支援
  - 家族に対する支援

# 心理士による支援



## 家族を支援する二つの意味

- 支援する人を支援する  
(家族=心理支援者)
- 支援を必要としている人を支援する  
(家族=要心理支援者)



## 自分第一

- まずは自分のケアを
- 自分を大切にすることは、回り回って当事者にも還元される



<https://www.caregiver.org>

## 介護は心身に多大な影響を与えている

- 高齢の介護者の死亡率の高さ (63% ↑)
- 介護者の46~59%は「うつ状態」

### Predictors of caregiver depression among community-residing families living with traumatic brain injury

Patricia Rivers<sup>1\*</sup>, Timothy R. Elliott<sup>2</sup>, Jack W. Berry<sup>3</sup>, Joan S. Grant<sup>4</sup> and Kimberly Oswald<sup>5</sup>  
<sup>1</sup>Department of Medicine – Immunology / Rheumatology, University of Alabama at Birmingham, Birmingham, AL, USA  
<sup>2</sup>Texas A&M University, College Station, TX, USA  
<sup>3</sup>School of Nursing, University of Alabama at Birmingham, Birmingham, AL, USA  
<sup>4</sup>Department of Psychology, University of Alabama at Birmingham, Birmingham, AL, USA

**Abstract Objective:** To test the hypothesis that ineffective problem-solving abilities would be significantly predictive of risk for depression in caregivers of persons with traumatic brain injury (TBI) after controlling for caregiver burden, caregiver health and demographic characteristics.

**Design:** Correlational and logistic regression analyses of cross-sectional data.

**Participants:** 57 women and 3 men (M age of caregivers = 51.4, *SD* = 10.1) caring for a relative with a TBI.

**Main outcome measure:** Centers for Epidemiologic Studies – Depression scale (CES-D).

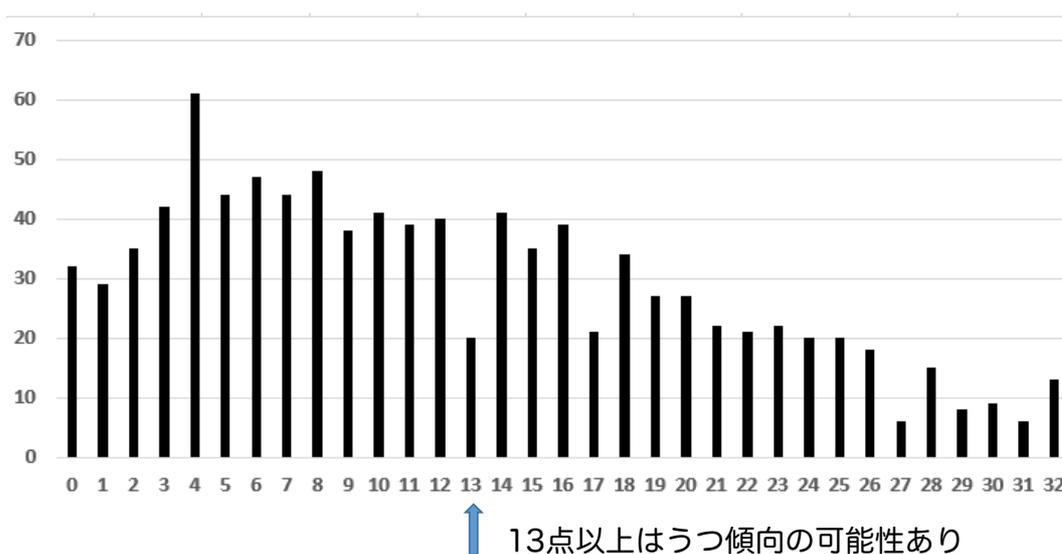
**Results:** Twenty-nine caregivers (48.9%) had CES-D scores that met the criteria for risk of depression. An ineffective approach to problem solving, characterized by negative, avoidant, and careless/impulsive styles, and self-reported caregiver physical symptoms were significantly predictive of caregiver depression regardless of length of time caregiving, perceived burden, or demographic variables.

**Conclusions:** Caregivers of persons with TBI who report physical health problems and who exhibit ineffective problem solving are at greater risk for depression, regardless of the time they have spent in their role as a caregiver.

**Keywords:** Caregivers, depression, traumatic brain injury

<https://www.caregiver.org>

## 介護の影響（日本での調査結果）



渡邊 修「高次脳機能障害のある方のご家族への「介護負担感」に関する実態調査」（2018）

## 具体的にどうするか

- ストレスを減らす
- ゴールを決める
- 解決法を探る
- 建設的な  
コミュニケーション
- 援助を求める  
／受け入れる
- 専門家に話してみる
- 運動する
- 自分の気持ちと  
向き合う

## ストレスを減らす

- ストレスと認知
- ストレス対処のステップ
  1. サインに気づく
  2. ストレスの出所を見つける
  3. 出来ること／出来ないことを判断する
  4. 行動に移す

相手は変えられないが、  
自分を変えられる

散歩、おしゃべり・・・

<https://www.caregiver.org>

## ゴールを決める

- 3-6ヶ月の単位で目標を決めてみる
  - 大きくなり、実現可能なものを
  - 例：より元気になる
    1. 健康診断の申し込みをする
    2. 週に1度 30分の休憩を取る
    3. 週に3回 10分の散歩をする

<https://www.caregiver.org>

## 解決法を探る

1. 本当の“問題”を見つける
2. 解決策を列挙してみる
3. 一つを選び試してみる
4. 結果を評価する
5. 二つめの解決策を試してみる
6. 他の資源を使ってみる
7. もしダメなら・・・

すぐに分からないことも  
例：自分の疲れ  
↑  
協力者がいない

多角的に見てみる

友人や家族、  
専門家に意見を求める

今はダメと認め、別な時に！

<https://www.caregiver.org>

## 建設的なコミュニケーション

- = 周囲からのヘルプを得やすくなる
- ポイント
  - 「私」を使う
  - 他人の権利や感情を尊重する
  - 明確・具体的に
  - 良い聞き手に

× あなたがイライラさせる。  
○ 私はイライラする。

他人の配慮を期待しない

コミュニケーションで最も大切

<https://www.caregiver.org>

## 援助を求める／受け入れる

- 他人の好みや得意を考える
- 同じ人に頼み続けることは控える
- 頼む時期を見計らう
- 自分がして欲しいことをリストにする
- 拒絶されることに備える
- 控えめな依頼をしない

<https://www.caregiver.org>

## 自分の気持ちと向き合う

- 気持ちが私たちを動かしている
- ネガティブな気持ち ← 自分に理解の窓口
  - 状況を変える必要？
  - 誰かに主張する必要？
  - 喪失を憂う？

<https://www.caregiver.org>

## 家族の方々へ

より多くの人と歩むために  
(→患者・家族会を組織する)

## 患者・家族会を組織するには

- はじめにすること
- マーケティング（宣伝）
- 構造・目標・グループ活動

## はじめにすること

- グループの焦点を決める
- 専門家などの援助を受ける  
(相談や会場の提供、会合の手伝い)
- 各種団体と連絡を取る
- 最初の会合の日時・場所・テーマを決める

<https://www.caregiver.org>

## マーケティング

- 新聞へのプレスリリースやポスティング
- 人目を引くようなチラシをデザイン
- 人々の興味を引くようなストーリーをメディアに紹介し、問題を認識してもらう
- テレビやラジオへの出演

<https://www.caregiver.org>

## 構造・目標・グループ活動

- 会合の頻度や時間、会場は？
- 誰がリードするのか？
- グループで何をするか？
- 長期的な目標を設定する
- 将来の政策を設定する

初期は専門家が望まれる

<https://www.caregiver.org>

## いちごえ会

(高次脳機能障害者小金井友の会)

- 設立：2012年
- 会員：約100名  
(当事者：約60名、家族・支援者約40名)
- 増村幸子 代表

# 第1章 自己紹介

## 増村 幸子

- \* 1933年3月、広島で誕生
- \* 1945年8月6日被爆 自宅は爆心地より700m
- \* その日、母、次兄、妹を失い、長兄は戦死
- \* 父は7年後原爆病死(慢性骨髄性白血病)
- \* 増村家は崩壊
- \* 父の死後20歳で家業を継ぐ

(C)2012 高次脳機能障害者小金井友の会 いちごえ会

2

2018/3/5

高次脳機能障害支援コーディネーター全国会議 資料より

高次脳機能障害者と家族が安心して暮らせるために「理解」と「支援」を求めて



高次脳機能障害者小金井友の会  
いちごえ会

お気軽にお問い合わせください。

メール：info@ichigoe.org

HOME

いちごえ会について

主な活動

高次脳機能障害について

イベント情報

メルマガ登録・解除

お問い合わせ



いちごえ会について



主な活動



高次脳機能障害とは



検索

カテゴリー

いちごえ会たより

### 特報

#### 厚労省に失語症者へ支援を

要望事項 令和元年6月27日  
失語症者の身体障害者手帳等級改正  
失語症機能訓練事業所の整備と支援  
失語症者の認知症認定調査の定正  
失語症者の認知症見直し  
失語症者の障害年金等級の見直し  
失語症者への福祉サービスの支給決定等  
に関して  
失語症者の意識調査支援と人権の確保  
出席者 日本失語症学会副理事長 園田尚美氏、参議院議員小西洋之氏 他8名  
出席した失語症者は少ない言葉で一生懸命練習し、家族が補足して実情を述べ、小西洋之氏が担当官に要望の必要性を強調し、全員で担当官と質疑応答しました。  
増村幸子記

---

#### 第113回若い失語症者のつどい

平成31年4月7日  
会場 三鷹区清瀬の芸術劇場  
司会はTさん。一生懸命、話そう・聞こうと、手振り身振り、スマートフォンをかざす、足の裏を改善したと解った足を持ち上げながら話か笑いながら話しました。  
Tさんのウクレレ伴奏で数曲歌いました。  
毎回参加者約50人113回開催、延べ約6,000人の参加です。不自由な言葉で一生懸命話そうとする様子はいつも新鮮で感動的でした。  
参加者：保手稀一郎さん、河村克己さん、村田雅英さん、後藤香代さん、増村幸子5人でした。  
増村幸子記

---

#### 令和元年第1回 北多摩南部医療圏地域支援研修会

令和元年6月30日  
令和元年第1回講演 脳損傷後の自動車運転実地評価について  
園リハ 熊倉 長雄氏  
免許取得・更新時、病状の症状等に関する質問票の提出義務がある。  
適性検査・評価後、安全運転を再開できる高次脳機能障害者もあるが、**自分勝手な判断で運転を再開しない**で、**教習所で再訓練を受けて欲しい**  
事業所：施設紹介  
株式会社 LITALICO ワークス附中 浩仁堂 カバーズ  
事例検討  
重度の脳損傷後に、元の職場に復帰された事例について  
東京慈恵会医科大学付属第二病院 渡邊 修氏  
出席者 保手稀一郎さん、後藤香代さん、村田雅英、増村幸子4名

#### 第4回 ほっとかふえ

令和元年7月20日  
いつもの仲間に加えて、初参加の狭山から若い当事者とご同席、計10名集まりました。じっくりお話しでき、子供同伴で家族約で程やかな時間を過ごしました。  
次回かふえは10月19日萌え木ホール詳細はホームページにアップします。  
山野主さんが「脳で語り続ける競争体験」を実施します。  
8月12日(月・祝) 小金井駅5分 小金井アースポットシャワー 芝 運橋先 customized.em@gmail.com  
増村幸子記

---

#### 茶和会主催のヨガ

令和元年7月13日  
増村マンション集客室で  
講師 宮澤順子さん(会員)  
最初に、呼吸を整えることから始まり、次いで、足ほくしを入念に行いました。  
簡単なストレッチヨガで、1時間後には、全身がホカホカ温かく、心身がリラックスしました。  
増村幸子記

### 高次脳機能障害者小金井友の会

たより 23号  
2019年8月1日



事務局：増村幸子  
編集者：村田雅英  
〒114-0044  
増村マンション 2-203号103  
ホームページ：https://ichigoe.org  
Eメール：ichigoe@ichigoe.org

---

#### いさごえ会

第14回 茶和会 2019年5月11日(土)

望月初美さん、会長就任後初めての茶和会は、泣き・笑い・歌い・和やかでした。  
介護者だけでなく夫婦連れ、交流会運営委員など男性も多数参加されました。  
妻を介護する夫の苦勞、若い夫婦の出産・子育て、当事者の高齢化、障害者雇用で就労したにもかかわらず、食社のグローバル化でレストランの不安など、真剣に意見交換しました。  
タンパリンでリズムをとって  
松嶋有香さんのギター伴奏で「上を向いて歩こう」を合唱し、盛り上がりました。  
体談 親子後自立してほしい親心  
30年以上前に受働、病院から高次脳機能障害を理解しておらずたらい回しにされ、漸くたどり着いたところは高齢者施設だったこと、相談するところもなく、親睦と地元の連絡があったと話されました。今施設で自立訓練を受けており、久しぶりに開校した息子が「家がー暑いー」思わず涙らしたと、親心後自立して欲しいと願う親の心情に全員胸が熱くなりました。  
渋谷桂子談

次回の会内  
8月10日13:30  
増村マンション

体にいいこと、いっぱい  
いさごえ会ヨガ教室開設  
講師 宮澤 順子さん  
毎月 第2・4土曜日11時より  
場所 増村マンション集客室  
会費 1回500円  
・用意するものヨガマット又は肉厚のバスタオル、タオル、水分

#### 交流会 みんなおいでよ!

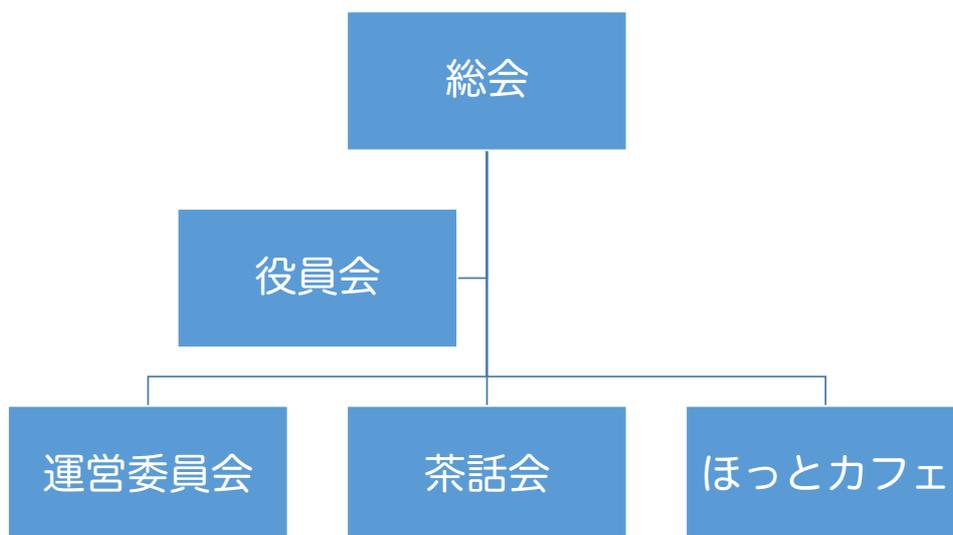
2019年8月25日(日)  
13:30～16:30  
萌え木ホール(商工会館3階)  
JR中央線武蔵小金井駅徒歩10分  
申込 いちごえ会ホームページ  
<https://ichigoe.org>

# マーケティング

- 新聞へのプレスリリースやポスティング
- 人目を引くようなチラシをデザイン
- 人々の興味を引くようなストーリーをメディアに紹介し、問題を認識してもらう
- テレビやラジオへの出演

## 役員会のメンバー

- 代表 1名（家族）
- 副代表 2名（いずれも当事者）
- 理事 8名（当事者、家族、支援者）
- 監事 1名（支援者）
- 顧問 4名（医師、SW、心理士）



## はじめにすること

- グループの焦点を決める
- 専門家などの援助を受ける  
(相談や会場の提供、会合の手伝い)
- 各種団体と連絡を取る
- 最初の会合の日時・場所・テーマを決める

<https://www.caregiver.org>

## 構造・目標・グループ活動

- 会合の頻度や時間、会場は？
- 誰がリードするのか？
- グループで何をするか？
- 長期的な目標を設定する
- 将来の政策を設定する

<https://www.caregiver.org>

## いちごえ会の主な活動

- 総 会
- 講演会
- 役員会
- 運営委員会  
(当事者で構成)
- 交流会
- 相談会
- 学習会
- ほっとカフェ  
(当事者が主体)
- 茶話会  
(家族が主体)
- ヨガ教室
- 芋煮会

## 交流会

- 当事者や家族、支援者が情報交換を行う場
- グループディスカッション、ゲーム、歌などを通して交流を図る



## 構造・目標・グループ活動

- 会合の頻度や時間、会場は？
- 誰がリードするのか？
- グループで何をするか？
- 長期的な目標を設定する
- 将来の政策を設定する

<https://www.caregiver.org>

## ゴールの設定

- 短期活動計画：
  - 「相談・支援」を主体に、当事者のニーズに基づき、カスタマイズ就業の考え方に立って、就職、就労、自営等様々な働き方をサポートする
- 中長期活動計画：
  - 親（又は妻、家族等）亡き後への取組を推進する
  - 当事者の働く場を創り、社会復帰をサポートする

## ゴールの設定（総会次第より）

### 第8回 総会

13:00 開会

- ・代表挨拶 増村 幸子
- ・議長選出
- ・議事 第1号議案～第4号議案
- ・役員、運営委員等紹介

13:40～14:00

- ・来賓御挨拶 小金井市長 西岡 真一郎 様
- ・来賓御紹介 小金井市福祉保健部長 中谷 行男 様
- ・行政報告「小金井市障害福祉施策について」  
小金井市福祉保健部自立生活支援課長 加藤 真一 様

14:00 閉会

## 構造・目標・グループ活動

- 会合の頻度や時間、会場は？
- 誰がリードするのか？
- グループで何をするか？
- 長期的な目標を設定する
- 将来の政策を設定する

ご清聴ありがとうございました。