

令和5年10月15日 発行

Hiroshima
Higher
Brain
Function
Center

ひろしま県

高次脳機能センターだより

第12号

外来患者様の作品です。

ご本人からのコメント

障害の後、花とぬり絵と絵を描くことが好きになりました。毎日、ぬり絵は1～5時間やっています。



ごあいさつ

広島県高次脳機能センター センター長 近藤 啓太

日頃より高次脳機能障害者の支援にご協力いただきありがとうございます。今年度も年1回の広島県高次脳機能センターの機関紙を発刊することができました。今回で12回目の節目の機関紙となります。高次脳機能障害への支援事業が始まって今年で18年目となり、「高次脳機能障害」という言葉は事業開始当初と比較すると格段に認知度は高まっていると感じます。ただ、一步踏み込んで、高次脳機能障害を持った方が生活でどのように困るのか、支援者はどのように支援をしていったらよいのかなどについての情報、ノウハウなどは十分に広まってはいないのが現状だと感じています。依然として、医療、福祉の現場のみならず、行政を含めた広い領域において「高次脳機能障害」という障害についての普及、啓発に力を入れていかなければならないと感じています。

近年は様々な情報へパソコンやスマートフォンですぐにアクセスできる世の中であり、このようなアナログな媒体での情報では届く範囲は限られてしまいます。しかし、必要な方に直接質の良い情報が直接手に届いてほしいという思いで毎年この機関紙を作成しております。この機関紙を手にとっていただいた方に少しでもお役に立てる内容となれば幸甚です。

広島県高次脳機能センターは2017年に開設し、『ひろしま県高次脳機能センターだより』も、第12号を迎えました。これまで、各号において様々な特集が組まれてきたわけですが、今回は、創刊号以来となる、『高次脳機能障害とは何か』という問いから改めて出発してみようと思います。

「高次脳機能障害」ってどう読むの？

高次脳機能障害は、「こうじのうきのうしょうがい」と読みます。しかし、「こうじ?」「こうじのう?」と、どこをどう区切って読んで良いかよく分からないですね。実際、私自身もそうでした。実は、このように補助線を入れると分かりやすくなります。

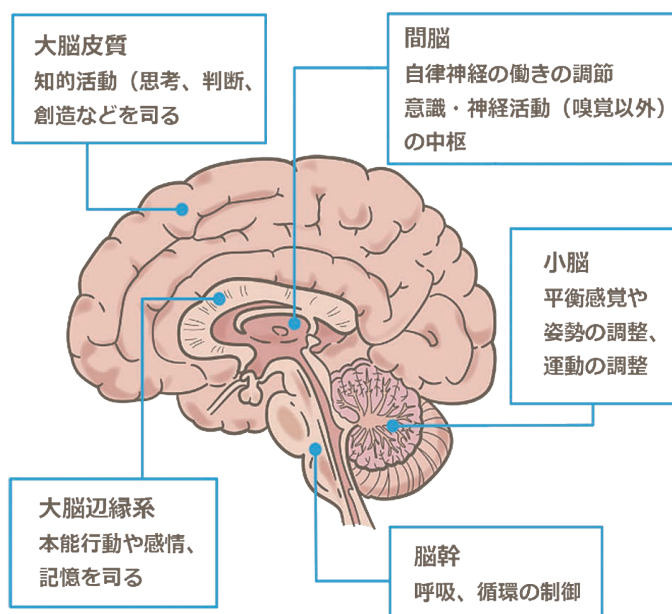
「高次」な「脳機能」の「障害」。そう、高次脳機能障害は「脳」の障害なのです。

脳の仕組み

人間の脳は、膨大な量の神経細胞で構成されていて、近代科学をもってしても完全に解明できていない、いまだ謎多き領域とされています。時に、「宇宙」に例えられることもあるのです。そんな複雑な脳を理解するうえで、「脳局在論」という考え方があります。それは、人間の脳は、それぞれの部位（部分）ごとに、異なる機能（役割）を担っているという考え方です。

この考え方に従えば、脳のどこが、どの程度傷ついたのかによって、後遺症として現れる症状は大きく異なるというわけです。

中枢神経の構成



「高次」な「脳機能」ってなに？

「高次」な「脳機能」とは何か。「高次があるなら、低次もあるの?」といった疑問も浮かびますよね。ここで言う「高次」な「脳機能」とは、色々なことに注意を払ったり、覚えたり、考えたり、判断したりする機能のこと、つまり、人間ならではの高度な脳の働きを指します。上図で言えば、大脳皮質というところが、こうした機能を担っているとされています。そこには、私たちが安定した社会生活を送るために必要な能力がたくさん詰まっているのです。

一方、「低次」な「脳機能」とは何かという話ですが、実はこうした言葉（概念）はあまり一般的ではないようです。ここに便宜的に示すのであれば、規則正しく心臓を動かす、呼吸をする、体温を調整するといった生命維持を支えるための基礎的な機能（役割）と言えるでしょうか。上図で言えば、脳幹が、こうした役割を担っているとされています。

「高次」な「脳機能」にダメージを受けるとどうなる？

では、病気や事故によって、「高次」な「脳機能」を司る特定の部位（部分）にダメージを受けたり、そのネットワークに不具合が生じた場合、私たちはどうになってしまうのでしょうか。日常生活や社会生活にどのような不具合が生じるのでしょうか。

ここに、高次脳機能障害の方々が示す一般的な困りごとを記してみます

- ☐ 新しいことを覚えられなくなった
- ☐ 一つのことにも長く集中できなくなった
- ☐ 同じことを何度も繰り返し話したり、質問するようになった
- ☐ やる気がなくなり、ぼ～っとしている時間が増えた
- ☐ 一度にたくさんのことを言われるとすぐに混乱してしまう
- ☐ 少し前の話や出来事をすぐに忘れてしまう
- ☐ 思っていることをうまく話せない
- ☐ 注意不足や確認不足のミスが増えた
- ☐ 段取りが悪くなった
- ☐ 些細なことでイライラするようになった
- ☐ 気分や調子の波が大きくなった

こうしたエピソードは、その人に1つだけ単体で現れるわけではありません。いくつものエピソードが重複して現れる場合がほとんどです。みなさん、どうでしょう。これでは、今まで通りの日常生活や社会生活を送ることが難しくなってしまいますよね。

つまり、「高次」な「脳機能」を司る部位にダメージを受けると、今までは意識することなく、自動的に、そして、特に頑張らなくても出来ていたことが、頑張っても出来なくなります。もしくは、出来ないわけでないけど、ちょっとずつうまくいかなかったり、少しずつ時間がかかったり。だから、余計に疲れたり、イライラしたりしてしまうわけです。

ただし、高次脳機能障害は、「見えない障害」「隠れた障害」とも言われるように、見た目だけではわかりにくく、それゆえ、まわりに理解されにくいという大きな特徴があります。「努力が足りない」「家族が甘い」などと、誤った認識から当事者や家族が責められ、傷ついてしまうことも多いのです。

当事者の体験に思いを巡らせる

ここまで、「高次脳機能障害とは何か」についてつらつら記してきたわけですが、結局のところ、この種のタイトルは非常に難解なのです。行政的な定義（診断基準）をここに示すことは簡単ですが、その定義的な文章からだけでは、当事者や家族の体験を想像することはできません。

今回の利用者ページでは、当事者がブログに綴る＜高次脳機能障害の人の日常＞について紹介します。高次脳機能障害を外側から見るのではなく、もっと内側から、つまり、外側から見て分かった気になるわけではなく、その生きづらさ、生活しづらさに思いを巡らせてみましょう。実際、私たちが気に留めていないようなところで実は躓き、困っているかもしれません。または、自分なりの対処法を見出し、それを日々実践しているのかもしれない。きっと、当事者に対する理解や支援のヒントがそこに隠れていることでしょう。

高次脳機能障害とは何か

改めて整理しますと、『高次脳機能障害』は、「脳」の障害です。病気や怪我などで脳がダメージを受けたことにより、「高次」な「脳機能」に問題が生じ、日常生活や社会生活が困難になる病態のことを指します。

しかし、実際のところ、その症状、そして、その症状が日常生活や社会生活の中にどのように形で現れるのかについては、人によって大きく異なります。もともとの性格や周囲の環境因も含めれば事情はより複雑です。「100人100通り」と言われるほど多様な障害像を示すことも、高次脳機能障害の大きな特徴の一つなのです。



高次脳機能障害の行政的な定義、原因や代表的な症状、関わりのポイントなどについて、または、広島県高次脳機能センターの役割について、少しでも興味を持っていただいた方は、まずは当センターのHPにアクセスしてみてください。

利用者の ページ

MI-HO-KOさん

25歳の時、英語の勉強をしようと単身カナダへ留学。大きな夢を抱き、これからというときに交通事故にあい、高次脳機能障害となりました。留学してわずか16日後のことでした。退院後リハビリをしながら通訳ボランティアとして社会復帰。そして出来ることを探しながら職を転々とし、留学前からの恋人と結婚。整体師の資格を取得。その後、妊娠・出産を経て広島へ戻る。妻、母、整体師として家族に支えられながら日々奮闘。

20年の時を経て1冊の本になりました。

ブログでも日々の出来事を綴っています。



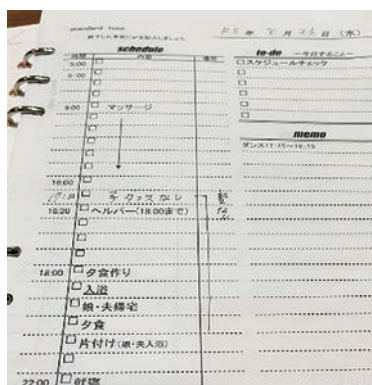
娘特製 母の薬箱！



娘が数日前、ふと言。
母さん これ作ったんよ！
良いでしょー？
母さんよく忘れるから
薬入れ作ってあげる。
と、作ってくれた薬入れ。
娘の成長を感じます。

まずい 私の脳を忘れた

まずいですね。
今気づきました💧



帳もなく毎日頭の中だけでよく過ごしてたな～ と、思い出した今日でした。

←私の脳🧠を忘れてしまった。
すなわち
スケジュール帳を忘れたのである。
その本体は持っているけど、
スケジュール帳に今日のページを
増やすことを忘れてました💧
ん～ 昨日のものに重ねて書く
しかない！
思い出せば高次脳になって最初の
頃はこの毎日のスケジュール

父ちゃんの発明!! 流し台のスポンジ その後

幸運にもまだスポンジ分けは続いております^^やはり、色分けがいいのか元になっている私です。先週末、相変わらず、朝から主人が私の日々の生活について言。。掃除用のスポンジで皿を洗ったり、
帰って、キッチンに立ってみると、ん？

なんと、新しい貼りマグネットシートが。。
なるほど、色でスポンジの用途を分けて置くようにしかけたのだな。。
確かに書いてある通りに並べたくなる💧
父ちゃん 分かりやすいではないか!!
ありがとう😊



お父さん!! 私じゃないよ!!

今日は主婦のあるある不満だ😡台所で調理か何かをしているとき主人がなんか臭くない!?となんか忘れて置きっぱなしじゃない? 匂いのものを私のいるキッチンで探し始めた。

まあね😡今まで何度となく電子レンジに入れっぱなしで気付かず放置した食品。

生の肉や魚を冷蔵庫に入れ忘れてそのまま放置して悪臭を放った変色した肉や魚。そりゃあいっぱい失敗してきたさ。でも だからって今度も私のせい? 匂いの原因を私のせいと疑われて少し悲しかった💧好きでやってるわけじゃないんだけどねまあうまく付き合っていくしかないのかな?

主婦のみなさんこんなことってありませんか?



さすが短期記憶障害!

やはり、

短期記憶障害からは、逃れられない😞

自転車で買い物に来て、店に入って出るとどこだ どこだ どこだ!?

自転車で来たよね? え?

歩いてきたっけ? どこ駐輪したっけ?

探さなきゃ~!!



やってしまいました! サラダ野菜トリプル!!

野菜不足だからサラダ食べなきゃ🍴と思い買ってきて3連続

レタス きゅうり キャベツ千切り2pack “いやいや野菜もう買ってあるよ!” って、冷蔵庫

が言ってる🐹

もう一人の私曰く

「いや買った覚えはない!」

開けたら、3 野菜

腐らないように、

しなきゃ!

どれが1番古いっけ?

応援よろしく

お願いします♡



年末に思うこと

こんばんは🌙

年末になり、

事故から20年経った今、

ようやく

高次脳機能障害の

当事者、家族会などに

月数回くらい参加するようになりました。

ご家族の方々から見ての当事者の生活の困りごとや当事者の悩み事などたまっているのを言い合える会です。なかなか普段、弱音が吐けない

日常で、同じ障害の方と触れ合えるのは、ストレス解消にもなり、良かったです^^

高次脳持ちの私に余裕ができたのかも

知れません♡

本を書いて事故からの私を整理して

客観視できたのもよかったです。

今は、相談会で20年前を思い出しながら

当事者さんやご家族の話を聞いています。

その中で強く思うのは高次脳になる**前の自分に戻る**のではなく高次脳と共に**新しい自分**になること!

これをこの先も**私の目標**にします!



MI-HO-KO さんより

Ameblo、Facebook、Instagram 等で日常生活での失敗談・成功談等つぶやいています。共感してもらって、皆さんの思うことを書き込んで頂けると嬉しいです。よろしくお願いします。

ブログはこちらから→



高次脳機能障害は悪化しない？

高次脳機能障害は脳血管障害、脳炎・脳症、脳外傷などによる脳損傷の後遺症としてみられ、日常生活における様々な困り事を引き起こします。もの忘れがひどい、集中力がなくなった、以前できていたことができなくなったなど、認知症と似たような訴えが聞かれることが多くありますが、認知症と高次脳機能障害の違いは進行するか否かという点です。認知症の場合、年々病状が進行して症状は増悪していきますが、高次脳機能障害の病状は原因となる脳疾患・外傷が起きた時点から徐々に回復し、1～2年程度で横ばいになると言われています。回復していく過程においては機能向上・代償手段の獲得を目的にリハビリテーションを実施し、生活の安定に必要な環境調整を行なって高次脳機能障害による生活への影響を軽減させていきます。機能の回復が促され、患者さん自身・その周囲の人の障害に対する理

解が深まって代償手段や環境調整がうまく機能するようになると、だんだん安定した生活が送れるようになっていきます。しかし時に、何年も経ってから症状が悪化したと相談が寄せられることもあります。高次脳機能障害は進行しないというのにどうしてなのか？疾患の再発や別の脳疾患を発症しているということもまれにありますが、多くの場合は何かしらの生活環境の変化やそれに伴うストレス・不眠など体調の変化が隠れています。ちょっとした変化に大きな影響を受けやすいのです。外来での診察やリハビリでは継続して日常生活の聞き取りをさせてもらうことで、困りごとが増えてないか、症状を悪くしうような変化が起きていないかフォローを行っていきます。些細なことでも構いませんので色々なお話を聞かせてください。

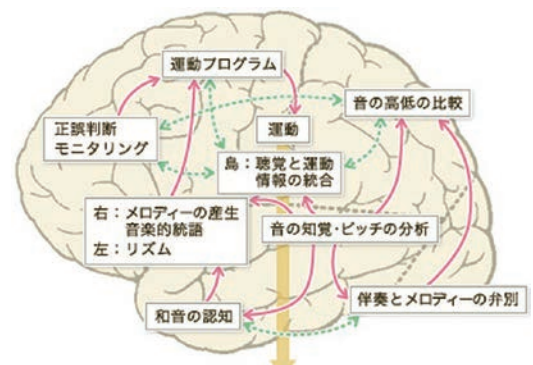
(大林 瞳)

「うた」と脳機能

日曜日のお昼時にテレビ放映されている「のど自慢」。1946年から続く長寿番組で、出演されている皆様は老若男女年齢も幅広く、司会者の軽妙な進行に合わせて毎回素晴らしいパフォーマンスを披露されています。当初からバックバンドによる生演奏スタイルでしたが今年4月からカラオケ伴奏に変更、出演者の皆さんがカラオケのテンポについていけるのか…との心配をよそに、ほとんどの方がリズムに遅れることなく歌っておられる様子に、あらためて時代の流れを感じました。

ところで「うたう」という行為を行うにあたり脳がどのように働いているのでしょうか。脳内の音楽認知機構を研究する佐藤正之教授は、脳の中で音楽をどのようにとらえているかについてつぎのとおり考えておられます。

- ・ピッチ(音の高低)は側頭葉にある聴覚野で受容する。
- ・リズムを感じるには左半球特に小脳～基底核～前頭葉の回路がはたらく。
- ・和音を感じるには側頭葉の前部が関与。
- ・伴奏とメロディーを聴き分けるには側頭葉後下部、



音楽の脳内メカニズム (佐藤教授著書より)

後頭葉の境界部が働く。

- ・ピッチの高低の比較においては頭頂葉と前頭葉のネットワークが関与。
- ・前頭葉でつくられた歌唱の運動プログラムは運動野に至りのどや舌などの筋肉への命令として伝達、実際の運動となる。

脳科学の分野ではさらなる研究が続けられているところです。のど自慢のように人前で歌うという「意欲」、歌詞に込められた思いを噛みしめる「感受性」、歌うことで感じる「達成感」を感じるなど、他にも役割がありますが「うたをうたう」という行為に脳は実に様々な機能をフル回転させていることに、あらためて感嘆の念を抱きます。

(百川 晃)

入院生活について

患者様やご家族から「入院生活ってどんな感じなの？」などの質問をよくいただきます。ここでは入院生活について紹介します。

入院生活では受傷早期に適したリハビリテーションプログラムを実施します。

将来の心配事にも、ご家族と一緒に考えていきます。

医師、看護師、リハビリテーションスタッフ、コーディネーターなどがチームとなりアプローチします。

入院生活 1 日の流れ

6:30~	起床 整容 着替え 体温 血圧チェック
8:00	朝食 歯磨き 服薬
8:50~ 11:45	午前リハビリ (1コマ40分) 個別訓練やグループ訓練 などに参加
12:00	昼食 歯磨き 服薬
12:45~ 16:25	午後リハビリ (1コマ40分) 個別訓練やグループ訓練 などに参加
18:00	夕食 歯磨き 服薬 就寝の準備
22:00	消灯 就寝

言語療法、作業療法、理学療法、心理療法を実施します(1日最大4コマ)。リハビリ以外の時間は余暇活動や自主トレーニングを行います。



パソコン訓練



歩行訓練



個別訓練



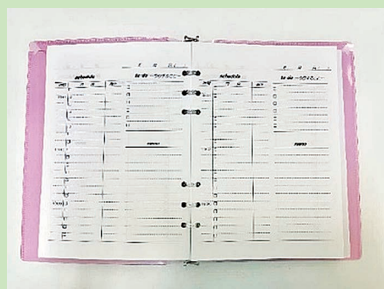
グループ訓練

メモリーノートで自己管理！

当院では、リハビリ開始時にメモリーノートを導入しています。

メモリーノートは、覚えておきたいことや忘れてはいけないことをノートに書き、それをもとに自らの生活や作業が管理できるようにするための代償手段の一つです。

入院中はリハビリや入浴といった1日のスケジュールを自分で管理したり、先々の予定を組み立てたりすることを通して代償手段の獲得を目指します。



メモリーノートでは、スケジュール管理だけでなく、血圧や服薬なども記録することができ、健康管理のツールとしても活用できます。

・時間
・内容
・場所

・今日すること
・メモ欄
(記録、日記など)

年 月 日 ()

立終了した予定に✓を記入しましょう。

時間	内容	場所
	☐ 起床	
	☐ 洗顔	
	☐ 着替え	
8:00	☐ 朝食 歯磨き 薬	
	☐	
	☐	
	☐	
	☐	
12:00	☐ 昼食 歯磨き 薬	
	☐	
	☐	
	☐	
	☐	
18:00	☐ 夕食 歯磨き 薬	
	☐	
	☐	
	☐	
	☐ 着替え	
	☐ 就寝	

健康管理

to-do

講演会

令和5年度 高次脳機能障害研修会

講演：「高次脳機能障害のある方への社会参加支援について」

講師：渡邊 修氏

東京慈恵会医科大学リハビリテーション医学講座 教授

開催日：令和5年12月17日（日）13:00～16:00

場所：広島県健康福祉センター（広島市南区）

定員：会場 100名 オンライン 200名

内容：お申し込みにつきましては当センターのホームページをご覧ください。

ホームページをご活用ください！

「高次脳機能センター」のホームページがありますのでご覧ください。

(<https://www.rehab-hiroshima.org/kojino/>)

☆高次脳機能障害に関する情報

☆各種資料、機関紙「高次脳機能センターだより」などご覧になれます。



高次脳機能障害家族の広場

家族の集い「ぼちぼち」

高次脳機能センターでも家族の集いを開催しています。生活での困りごとなどを話に來ませんか。当事者の方、ご家族に加えてスタッフも参加しております。お気軽にお越しください。



家族セミナー

今年度も家族セミナーを開催しております。会場参加、オンライン視聴どちらでもお受けしております。ご家族向けではありますが、高次脳機能障害の方に関わっておられる医療、福祉、介護などの支援関係者の方の参加も可能です。皆様の参加をお待ちしております。

診療について(ご案内)

□ 診察は予約制です

受診の時に持ってきていただくもの。

〔診察をスムーズに行うため、現在診療を受けている医療機関の主治医と相談のうえ、紹介状・頭部CTやMRI等の画像をお持ちください。〕

□ 診察の流れ

①電話予約

082-425-1455（代表）高次脳機能科受付 内線237

受付時間 月～金 9:00～12:00 13:00～15:00

まずはご相談ください。コーディネーターがお話を伺います。

②高次脳機能科・神経内科 外来診療

脳神経に関する専門医が診察します。

③入院・リハビリテーション・社会復帰支援・相談、家族支援

高次脳機能障害の病態に応じて医療と福祉の連続したサービスを提供します。

□ ご相談

相談のみでもお受けします。（専門の支援コーディネーターが対応します。）

	月	火	水	木	金
9:00 ～ 12:00	近 藤 大 林	大 林	近 藤 大 林	近 藤 大 林	大 林 石 川
13:00 ～ 13:30	近 藤	(休診)	近 藤	近 藤	(休診)



おことわり

原稿・写真については、ご本人の承諾を得て掲載しています。

E-mail : koujinou@hiroshima-wsc.jp

〒739-0036 東広島市西条町田口295-3

TEL 082-425-1455

FAX 082-425-1375