



# Wakayama. Workable. Working.

vol.13  
(2022年8月12日発行)  
発行／一般社団法人和乃絆  
編集／就労移行支援事業所  
マイパレット

一般社団法人 和乃絆  
就労移行支援事業所 **マイパレット**  
自立支援教室 ひだまりカフェ  
就労定着サポート室 あしたば  
〒641-0014  
和歌山市毛見1130-1 T.Tビル1F  
電話番号：073(463)0064  
<https://wanokizuna.org>  
じぶんで「はたらく」をえがこう!

# 高次脳機能障害

聞いたことがありますか？

「高次脳機能障害」という名前を聞いたことがありますか？

交通事故や頭部のケガ、脳卒中などに見舞われた後に変化や違和感を感じて困っている方、心当たりはありますか。見えない、分かりにくい障害とも呼ばれます。

高次脳機能障害とは、脳血管障害や頭部損傷などの原因により脳が損傷を受け、言語や記憶などの機能に障害が起こり、日常生活にさまざまな困難が生じるものです。この障害は外見上わかりにくいため、まわりの方々に理解されにくく、ご本人やご家族の負担が大きなものになっています。

リーフレット「外見上分かりにくい高次脳機能障害」和歌山県子ども・女性・障害者相談センターより引用)

言葉がすぐに出ない（話し方＝言語障害）、口頭で伝えられた指示をすぐに忘れてしまう（記憶＝記憶障害）、メモを書くとき右側が見えずに左側に偏ってしまう（右半側空間無視）、料理の段取りが分からなくなつた（遂行機能障害）、業務に集中できない（注意障害）など、多種多様な症状が現れます。

確立した治療法はまだありません。社会復帰を目指してリハビリテーションを行うことが中心です。

困難が生じている部分を直接訓練（例・記憶を訓練する脳トレ）するだけでなく、代わりの能力を活かす訓練（例・忘れても思い出せるようにメモを書く習慣作り）も行います。

トレーニングばかりでなく、環境作りも重要な視点になります。本人だけでは気付きにくく、周囲の気付きが大切です。リハビリテーションに早くつなげる必要があります。知って、相談してください。

5つのリハビリテーション（※リハビリテーションの語源：re再び+habilis適する）

医学的  
リハビリテーション

- 病院を中心に行う
- 理学療法（PT）
- 言語療法（ST）
- 作業療法（OT）

職業  
リハビリテーション

- 働くこと自体が治療
- 職業指導（ジョブコーチ等）
- 職業訓練（就労移行等）
- 求職活動、職業紹介

社会  
リハビリテーション

- 社会生活力を高める
- 福祉サービス活用
- 環境の調整
- 相談（相談支援等）

教育  
リハビリテーション

- 必要なことを学ぶ
- 学校教育
- 生涯学習、研修会
- 資格、試験

参加支援工学  
リハビリテーション工学

- 工学的な技術の活用
- 車椅子等福祉機器
- 義足や装具
- 動作の解析

# 自助具・補助具

自助具、自分を助ける道具を持っていますか。これまで手作りするイメージが強かったですが、最近は、百円均一でも便利アイテムとして見かけることも増えました。

例えば、ペットボトルのフタが硬くて開けにくい時にサポートしてくれるオープナーなども自助具です。手すりや握りやすいスプーンが代表的です。

身体が動かしにくいことで、スムーズに動作できない時に、ちょっと離れて実験的に考えてみましょう。

どんなアイテムがあれば解決するだろうか。発明家になった気持ちで、自分の困りごとに立ち向かう考え方は、身体的な困難以外にも有効です。

# はたらく自分の取扱説明書 就労パスポート

厚生労働省では『就労パスポートは、障害のある方が、働く上での自分の特徴やアピールポイント、希望する配慮などについて、支援機関と一緒に整理し、事業主などにわかりやすく伝えるためのツールです』と説明しています。

4ページにわたって、仕事に関する自分のことを書いていきます。勤務日数や職場内の人との会話についての希望まで、ほとんどがチェックシートになっています。「自分はこれだな」と思うものをチェックします。

自分に合う職場で働きたいと言う思いは誰しもが持つものです。ただ、具体的にどういったところなら働きやすいか説明することは案外難しいことですよ。具体的な「言葉にする」ことで、夢は現実に近付きます。チェック項目を見ても、ただでも就職活動のヒントになるはずですよ。

完成したものは、就職先の企業と共有して活用することが出来ます。検索してみてください。

## 編集後記



これは、きかんじょうほうし、わ、わ、わです。はたらく、はたらかたい、ひと、をおうえんする、ためのものです。こうじのう、きのう、しょうがい、しるごと、が、たすけに、なります。リハビリテーション、ふたたび、てきする、が、ごげん、です。あたらしい、じぶん、あたらしい、せいかつ、てに、いれていこう。

2022年11月4日〜6日  
第42回  
全国アビリンピック  
(千葉県・幕張メッセ)  
開催予定  
abilympics.jp

賛助会員を募集しています  
一般社団法人和乃絆では、会員を募集しています。  
賛助会費は1年につき1口3,000円から。月額250円で会員になることができます。会員には、機関情報誌の発行や芳名特典あります



Wakayama.  
Workable.  
Working.

わ (和歌山発)。  
わ (働く・働きたい)。  
わ (仕事応援情報)。  
働きたい・働く人の  
仕事応援情報サイト

テキスト配信中  
詳しくはこちら

※文章データの更新は、  
原則発行日以降、遅くなる場合もあります



わかやま  
ムーン

## 発達障害

自助会 (当事者会)

毎月第3木曜日

18:30-20:30

まづなライブラリー  
(毛見1130-1 T.Tビル1F)

発達障害と診断された本人 (当事者) 同士が語らう会 / ご家族の方や支援者でも参加OK  
参加費: 300円

サカイハツタツ友の会



あつ 暑さに効く  
ライフハック  
すず 涼しいライフハック  
の で乗り切っていこう

ゆうがた う みず  
夕方に打ち水をする

くび ほれいざい ひ  
首のあたりを保冷剤で冷やす

せんぶうき どうじ つか  
エアコン扇風機を同時に使う

じ し  
エアコン時はカーテン閉める

あし みず あしみず  
足を水につける = 足水

なつやさい など た  
夏野菜 (きゅうり等) 食べる