

# 佐智だより

No.3

Dec. 2017



## グループダイナミクス

### ～集団力学による言語訓練～

グループダイナミクスとは、グループの仲間同士で起こる励ましや助言など様々な相互作用や動きを言います。言葉が不自由になると意思が通じないために、どうしても話すことに気後れを感じるので孤立しがちになり、家族関係や役割などもうまくいかなくなりストレスがたまりまゝ。そこから、何とかして抜け出していただくために「コミュニケーション障害者」を対象としたグループ訓練」があります。

同じ言葉の障害で話せない方々との交流の中で、同じ苦しみを持つ方に出会い、苦しみを共感し合い分かち合えることで、まずは、気持ちが安らぎます。次に、障害の重い方がいれば「もっと頑張らなくては」と思ったり、また障害の軽い方を見れば「あんなふうになんていいな」と思ったり、自分を見つめる目が養われてきます。そして、少しずつ前向きになりハビリ

に取り組むことができるようになります。

佐智では、現在十二名の方がご利用されており、今日の日付、自己紹介、嚙下体操、歌唱など言葉の回復を目指して皆で頑張っているところです。言葉が不自由な方々が、同じ仲間と受容的な立場で安心して今の自分を表現し交流することを通して、社会的な場への参加や自信の回復、障害への適応が促せるように支援を行っていきます。

(ST逆瀬川)

## Aさんの訓練効果

【利用開始時】60台男性の方。

脳梗塞の後であり、言葉が発する事が難しい状況です。発声が、なかなか出ない、速い、小さいので、なかなか伝えづらい様子でした。あまり話そうとされず、ほとんどを指先を使ったジェスチャーで伝えようとされました。元来明るい方で、話しかけると、顔色や聞き取りにくい状況ながらも一言だけ発声して応えて下さっていました。集団訓練でも、順番に言ってもらう際に喋ろうとはなかなかされませんでした。

4ヶ月後

何より楽しんできて頂いています。笑顔で活動に取り組むことが増えました。集団訓練では、2メートル程離れた席の方にも聞き取れる声で話すことができるようになりました。談話でも、職員や他の利用者様に自ら声を掛ける事もあります。もし、聞き取りにくい場合、何とか伝えようと、精一杯繰り返して話して下さいます。

## 第1回ご家族の集い 12月12日(火)



て下さるようになった経緯、利用しての思い等お話し下さいました。皆様共感される部分が多く、初めてお会いされたと思えないように顔色合っており、接し方に苦慮されたよ

うです。しかし、少数での通所で、言葉の訓練を受ける事で、前向きになったり、明るくなってきたり、事を教えて下さいました。職員にとってもこんなに嬉しい事はありません。お互いの利用なさっている方同士の会話や関わりについて話題が出て、互いに感謝されてい

冬に流行しやすい感染症として、風邪・インフルエンザ・ノロウイルスによる感染性胃腸炎などがあります。いずれもピークは十一月～二月です。これらの感染症から身を守る為には、日常生活での予防が不可欠です。

予防対策の基本は、①『手洗い』②『うがい』そして、③『外出時のマスク着用』④『適度の栄養』⑤『十分な睡眠』が大切です。

## 運動障害性構音障害について ～口の麻痺によって起こるろれつ障害～

口の麻痺によって喋りにくくなることを運動障害性構音障害（以下ディサリア）といいます。ディサリアは脳卒中や脳の外傷や腫瘍などにより、口、舌、喉など発音の運動を担う部分の障害で起こります。発音が不明瞭になるだけではなく、話す速度、抑揚、声量の調整が難

なり、聞き取りにくい話し方になってしまいます。声を出して話すには呼吸、発音、構音、共鳴、プロソディの5つの要素が必要です。たとえば、声や口の動きが小さい場合、上手く息をはけていない場合は、腹筋を鍛える訓練をしたり、口を大きく動かす運動をしたり、口のみでなく、5つの側面を



評価し、専門的な訓練を行っていきまゝ。家でできる練習としては、あいうべ体操や文字を声に出して読むなど声をしっかりと出して、口を大きく動かすと改善が期待できます。(ST奥村)



入を防ぎ、のどの粘膜の乾燥を防いでくれます。また、免疫力を高めるために、『適度の栄養』と『十分な睡眠』で規則正しい生活を心掛けましよう。(看護師 川越)

## 冬の感染症対策

# サーキットトレーニング

佐智のご利用者はことばの訓練を中心に行っていますが、身体的にも訓練が必要の方がいらっしゃると思います。佐智では理学療法士がひとりひとりの身体能力を評価し、個々の機能回復を目指したサーキットトレーニングメニューを作成しています。機能訓練指導員の号令に合わせて、それぞれ7〜8項目の運動を順番に実施していきます。重垂と滑車を利用した上下肢の筋力強化訓練や踏み台昇降、バランス訓練、反射神経向上訓練等々様々なメニューが組まれています。それぞれの体力に応じて適宜休憩をとりながら三十分から一時間ほど行います。



の利用者でその効果が見られています。(PT田原)

## ノンバーバルコミュニケーション

言葉によるバーバルコミュニケーションに対して、ノンバーバルコミュニケーションとは言葉によらない非言語コミュニケーションです。具体的には声の調子や表情、身振り、服装などです。アメリカの心理学者、アルバート・マレービアン博士によると、人が他人から受け取る情報（感情や態度など）の割合についての実験によると、顔の表情が五十五%、声の質（高低）、大きさ、テンポが三十八%で、話す言葉の内容はわずか七%だったという驚くべき報告もあります。同じ台詞を言うときに表情やボディランゲージがいかに大切かという事です。一般的には私達のコミュニケーションにおいて三分の

二は言葉以外の要素が強いとも言われています。このことは逆に言えば言葉が不自由になってもノンバーバルな要素を用いて周囲の人と充分コミュニケーションが図れるという事ではないでしょうか。脳の損傷による言語障害は根気良くリハビリを継続することにより徐々に回復していきますが、完全に元の状態にはもどりません。その足りない部分はノンバーバル能力を向上させることで充分補えるかもしれません。聾啞の方々の手話はその典型といえるでしょう。しかし、受け取る側が手話を知らなければコミュニケーションは成立しません。同じように言葉の不自由な方々が一生懸命に表情や身振りで私達に伝えようとしている時にその意味

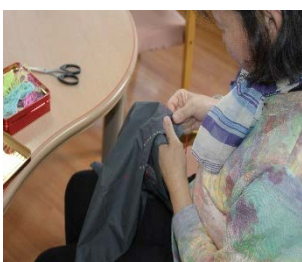
を理解しようと努力することが求められます。ちょっとした表情の変化や口から発せられる言葉にならない声にその方の気持ちが表れていることが多いのです。広義のリハビリテーションとは障害により失われた機能を回復することだけでなく、回復しない部分を他の能力で代償することを覚えるとともに、周りの人も相手の方のそのような努力に近づく理解しようとするのだと思います。地域全体にことばの不自由な人への理解が進み、たとえば言葉が発せられなくても身振りや表情を汲み取り、心と心が触れ合える、そんな優しい街になることを願っています。(田原)



## 刺し子

BOOM

「以前はよく作っていたのよ。」利用者様のそんな一言から始まった刺し子。布に模様を下書きし、その線に合わせて刺繍糸を使い縫っていく。固定された色でなく選んだ糸の色によって印象が変わるのもまた一つの魅力です



## 餅つき

チャレンジ

十二月十二日は佐智で初めて餅つきに挑戦しました。と言っても餅つき機が蒸す・つくをしてくれたので、取り出してちぎって皆で丸めただけでした。あんこがはみ出したり、形も大小様々でしたが、味は最高です。ビニール袋に分けて早速自宅へ持って帰りました。後日「美味しかった」との感想が寄せられました。いよいよお正月がやってきます。



みんなでお餅をまるめています！

### 年末のご挨拶

今年の6月に開所した人の話くらぶ佐智も半年を過ぎて、少しずつご利用者も増えてきました。施設の理念でもある『笑顔とことばをとりもどすため』に言語聴覚士を始めとした専門化によるリハビリを行いながら、少人数でゆっくりとした時間が流れています。来年も一人でも多くの方々が笑顔でことばを取り戻していただくよう頑張っていきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願い申し上げます。良いお年をお迎えください。

人の話くらぶ佐智 管理者 田原公彦

### 佐智だより NO.3(平成 29 年 12 月 15 日)

医療法人社団三友会 人の話くらぶ佐智

Tel:0985-89-2772 Fax:0985-89-2773

(所在地)

〒880-0024 宮崎市祇園2丁目17番地1



きんかんが熟し いちじくも成長  
十二月になり、寒さが本格的になりだしました。きんかんは寒さを増すごとに色づいてきました。いちじくは葉が落ちてきて越冬の準備が始まっていますが、身は大きく成長しました。