



# 健康づくり通信

長崎県は健康長寿日本一を目指しています！

第206号 令和4年2月  
長崎県北保健所  
長崎県平戸市田平町里免1126-1  
TEL:0950-57-3933 FAX:0950-57-3666  
ホームページ  
<http://www.pref.nagasaki.jp/bunrui/hukushi-hoken/kenkodukuri/kenkozukuri-kenhoku/>  
※イラストは転載禁止

今月のテーマ

「ひきこもり」「高次脳機能障害」についてご相談してみませんか？

## ①「ひきこもり」について

近年「8050 問題※」が注目される中、今後について不安を抱えるご家族や当事者の方が多くいらっしゃいます。今回は、ひきこもり支援の相談窓口を紹介します。

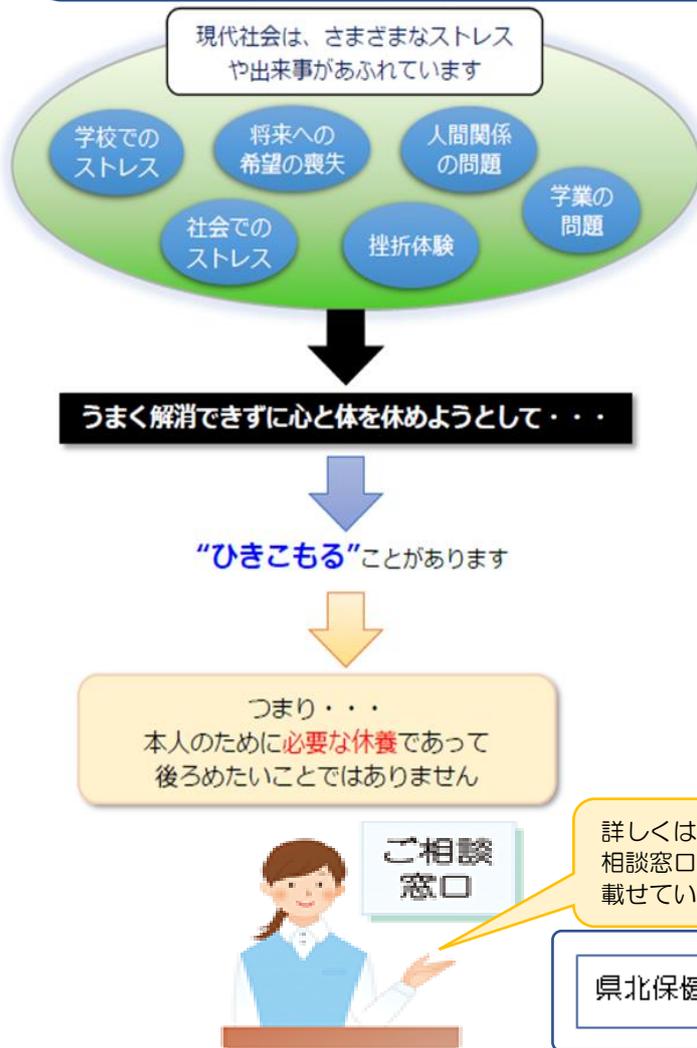
※8050 問題：ひきこもりが長期化することにより、80代の親が50代の子の生活を支える問題

## ひきこもりとは？

★約6か月以上学校や職場に行かず、家族以外との親密な対人関係が持てない状態が続いている場合を「ひきこもり」といいます。

※「ひきこもり」は状態を指す言葉で、病名ではありません。

★他者と交わらない形で外出（買い物や散歩、ドライブなど）が可能な人もいます。



・「ひきこもる」ことは、特別なことではなく、誰にでもありえることです。

※ひきこもりの方は全国に100万人以上いると推計されています。（H30年内閣府調査）

・ひきこもりの方は多くの不安や生きづらさを抱えています。

・回復のためには安心・安全な環境が必要です。

・回復には長い時間を要することがあります。

本人、ご家族だけで悩まず  
保健所や市町などの相談窓口にご相談ください

詳しくはこちらを検索!!  
相談窓口やひきこもりの説明を載せています。

県北保健所 ひきこもり対策

検索

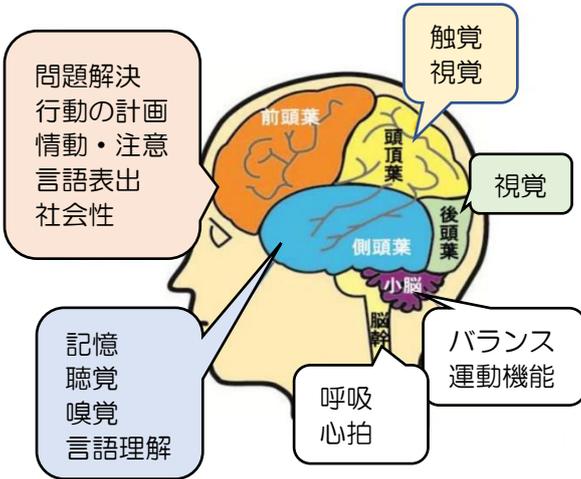


## ② 「高次脳機能障害(こうじのうきのうしょうがい)」について

交通事故や脳卒中などによって、脳にダメージを受けたあとに出現する**後遺症の一つ**です。退院後の日常生活や仕事場面において、下のような症状が現れ、家族や身近な方は受傷・発症前と比べて、『**人が変わってしまった**』ように感じ、本人は症状を『**自覚しにくい**』場合があります。

### 人の脳の機能とは？

人の脳には「一次機能」と「高次脳機能」があります。



- **一次機能**  
目や耳からの刺激を感じる知覚機能や、手足を動かす運動機能、生命維持機能など
- **高次脳機能**  
一次機能から得た様々な情報や記憶を基に、より高等な命令に変換する機能
  - ・ 経験した知識や記憶
  - ・ 言葉を関連づけて理解する「認知」
  - ・ 言葉で説明する「言語」
  - ・ 新たに記憶する「記憶」
  - ・ 目的を持って行動に移す「行為・遂行(すいこう)」
  - ・ 社会的な行動ができる「情動・人格」

### 《高次脳機能障害による様々な症状》

#### 【記憶障害】

- ・ 記憶できない
- ・ 約束を忘れる
- ・ 昨日の事を覚えていない



#### 【注意障害】

- ・ 集中できない
- ・ 気が散る
- ・ ミスが多い
- ・ ボーっとしている



#### 【社会的行動障害】

- ・ 怒りっぽい
- ・ 泣きやすい
- ・ こたわる
- ・ やる気がない



#### 【遂行機能障害】

- ・ 計画が立てられない
- ・ 整理整頓が出来ない



★このような症状があり、お困りの場合は一人で悩まず、まずは下記の相談窓口へご相談ください。

### 県北保健所管内で相談できる主な相談窓口

- 県北保健所 地域保健課 保健福祉班 TEL：0950-57-3933
- 平戸市役所 福祉保健部福祉課 TEL：0950-22-4111
- 松浦市福祉事務所 障害福祉係 TEL：0956-72-1111
- 佐々町役場 健康相談センター TEL：0956-63-5800