

高次脳機能障害ってなに？



ヒューマンライブラリー **COZY 対話カフェ** 生きている図書館

読者役(聞き手)5名募集中！
どなたでもご参加いただけます

参加費無料



令和7年度 第3回
2026年2月22日（日）午後1時30分～3時30分

「本」役（語り手）

- ・斎藤 久美子さん（高次脳機能障害のある当事者）
- ・斎藤 信雄さん（パートナー）

**「ふたりで歩く“高次脳”人生
～役割を持ち、人とつながり支え合う～」**

※ 生きにくさの人生話をそれぞれ20～30分間お聞きし、約15分間対話します

【会場】

群馬県社会福祉総合センター202会議室

（前橋市新前橋町13-12）JR新前橋駅より徒歩4分



【申し込み・問い合わせ先】

NPO法人cocokara（ぐんま脳損傷者地域拠点プロジェクト）

gunma-koujinou@nifty.com

027(226)5514 不在時はメッセージを残してください

申し込みQRコード→
（2026/2/20締め切り）



ヒューマンライブラリーを用いたCOZY対話カフェは、社会の中で高次脳機能障害のある人や家族、関係者などが感じる孤立感・スティグマを減らすことを目的に、赤い羽根共同募金会の助成を受けて行っています

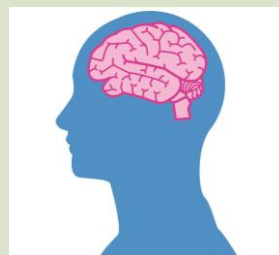


高次脳機能障害とは

高次脳機能障害は脳の損傷によって起こります。脳梗塞・クモ膜下出血・脳出血・脳腫瘍などの病気や交通事故・転落・転倒・スポーツ等による脳外傷などが主な原因です。子どもから高齢者まであらゆる年代の人に起こります。

脳損傷後に「やる気がでない」「怒りっぽい」「集中できない」「同時に複数のことをできない」「片側を見落としやすい」「忘れっぽい」「言葉がでにくい」「行き当たりばったりになりやすい」などの行動が現れたら、高次脳機能障害かもしれません。脳のどの部分に、どのくらいの大さの傷があるのかによって一人ひとり異なります。

高次脳機能障害は外見からわかりにくいので、医療機関でも見逃されてしまうことがあります。学校や職場でも「性格のせい」と誤解されることがあります。しかし、症状に合った適切なリハビリテーションと安心できる環境があれば、1年、3年、5年、10年と時間はかかっても少しずつ回復していきます。



ヒューマンライブラリー（生きている図書館）とは

ヒューマンライブラリー（生きている図書館）は、偏見を持たれやすい人、生きづらさを抱えたマイノリティの立場にある人が、その体験を語り、対話を通じて相互理解を深めていく催しです。唯一のルールは、本を傷つけないことです。

2000年にデンマークで始まり、現在は世界100か国以上に広がっています。

ヒューマンライブラリーの条件（最大公約数）は、以下の通りです。

- ① 対話は「本」役1人に対して「読者」は1～5人程度の少人数であること。
- ② 「本」の語りは、生きにくさの自己開示を含む人生活であること。
- ③ 対話時間は、30分程度の短時間であること



最近では、多様な市民の対話の機会としても、活用されるようになっていきます。

令和7年度 ヒューマンライブラリーCOZY対話カフェ開催予定

日時	場所	「本」役
11月2日（日） 午前10時～12時	元総社町第10区区民館 （前橋市元総社町242）	・高次脳機能障害のある当事者 ・家族
12月7日（日） 午後1時～3時	前橋市 東公民館小会議室 （前橋市箱田町543-1）	・高次脳機能障害のある当事者 ・支援者
令和8年2月22日（日） 午後1時30分～3時30分	群馬県社会福祉総合センター202会議室 （前橋市新前橋町13-12）	・高次脳機能障害のある当事者 ・パートナー



NPO法人cocokara（ぐんま脳損傷者地域拠点プロジェクト）とは

NPO法人cocokaraは、前橋市で高次脳機能障害のある人の回復と社会参加を支える活動をしています。常設の居場所cocokaraで、相談やリハビリテーションを行っています。

また、自助グループcocokara、ヒューマンライブラリーCOZY対話カフェ、高次脳機能障害についてのワークショップなども開催しています。

ぜひ、ホームページをご覧ください。そして、高次脳機能障害のことを知ってください。

NPO法人cocokara 代表理事 繁野玖美

当会HP→

