

演習

生活訓練の実際

1

Aさん (50歳代・男性)

- 障害原因：くも膜下出血
- 障害名：社会的行動障害（意欲・発動性の低下）、注意障害、遂行機能障害、記憶障害
- 手帳：精神障害者手帳2級
- 職歴：システムエンジニア ※生活訓練利用開始後に退職
- 経済面：傷病手当金
- 家族構成：父（同居）、妹（別居）
- 生活訓練利用までの経緯：
 - X年Y月発症。A病院1か月・B病院6か月入院。退院後、訪問リハ（週3）6か月・通院リハ（週1）2か月。日常生活のほぼ全ての行動に父親の指示を要し、会話はなく不仲であった。日常生活の自立と就労に向けた支援のため、役所の福祉担当者から生活訓練を紹介され、入所して利用開始（Y月+16か月）。
- ニーズ：システムエンジニアとして再就職したい。一人暮らしがしたい。

2

アセスメント

課題・苦手になっていること

- 自発的な発言や行動がほとんどみられない
- 単独での服薬や金銭管理、家事が困難
- 単独での移動や買い物の経験がない
- 予定管理が不十分で遅刻が多い
- 疲勞しやすく訓練中に居眠りしやすい
- 「今すぐ復職も一人暮らしもできる」など、苦手なことへの理解が不十分
- 作業の集中力や正確性が低い
- 新しい情報や行動の学習に時間を要し、必要なタスキミングでの想起が困難

強み・得意なこと

- 感情の波が少なく穏やか
- ライブに行くこと、写真を撮ること、美味しいものを食べることが好き
- 「忘れっぽくなった」など、部分的な体感的気づきがある
- 単純課題は20～30分取り組める
- 一つ一つの作業が丁寧にできる
- 枠組みのある視覚性の情報の記録・保持が比較的良好
- 視覚的に判断できる作業では試行錯誤しながら遂行できることがある

【検査結果】 WAIS-IV: 全検査IQ67(言語理解96 知覚推理69 ワーキングメモリ71 処理速度54), MMSE: 28/30, FAB: 11/18, TMT-J: A91秒 B120秒, RBMT: 12/24, コースIQ: 91, BADS: 16/24, STEF: R76 L81

3

グループ検討課題

1. 支援目標
 - ・ 長期目標（生活訓練終了まで）
 - ・ 短期目標（3か月程度）
2. 支援計画
 - ・ 実施する訓練項目、支援内容や方法
 - ・ 活用する社会資源やサービス 等

4

時期	① 初期	② 中期	③ 終期
目標	復職可能性の検討 単身生活への移行		
主な課題	● 職場面談、試し出勤 → 退職		
主な訓練	予定管理		
	健康管理		
	金銭管理		
	家事管理		
	移動		
作業			

5



6

支援の実際 1

時期	① 1~4か月	② 5~8か月	③ 9~12か月
目標	復職可能性の検討 単身生活への移行	グループホームの利用 就労移行支援への移行	就労移行支援の利用 生活の安定
主な課題	● 職場面談、試し出勤 →返還	● 障害年金・失業保険の申請・受給 ● グループホーム見学・体験・利用開始	● 就労移行支援見学・体験 ● 担当者会議
予定管理	● 日課表・メモリーノートの活用(1日)	● 市販の手帳の活用(1週間)	● 日課表・外出予定表・市販の手帳の活用
健康管理	● 薬ポケット(1週間)とアラームの活用	● 薬の飲み忘れを減らす ● 自分で薬をセットする	● 薬の飲み忘れを減らす ● 間食を減らす
金銭管理	● 支出の把握 ● ATMの使用	● レシート保管 ● 金銭管理表の活用	● 簡単な手帳書の活用 ● 不明金を減らす
家事管理	● 掃除・洗濯の方法の習得	● 定期的な掃除・洗濯 ● チェックリストの活用	● チェックリストの活用 ● タイマーの活用
移動	● 徒歩移動・電車の利用に慣れる	● 乗換アプリの活用 ● 通所練習(生活訓練)	● 通所練習(就労移行支援) ● 余暇活動における移動
作業	● 作業耐性の向上 ● 苦手なことへ気づく	● できる作業の拡大 ● 報告や質問ができる	● 簡単な手帳書の活用 ● 苦手なことへの対処

7

支援の実際 2

予定管理	① 宿舎の居室の時計横に日課表を貼付。1日の予定管理ができるよう訓練用のメモリーノート使用。 ② 市販の手帳を購入し1週間の予定管理。 ③ グループホームの生活に合わせ修正した日課表を活用(通所時間・準備するもの等)。外出頻度の増加に伴う生活面への影響に対し、休日の外出予定表作成・外出ルールの相談。
健康管理	① 週1回、職員と一緒に薬ポケットに薬をセット。飲み間違いを減らすため、飲み始めのポケットに印をつける・飲みガラ入れへの空袋保管の習慣化。気づきやすいアラームの検討・活用。 ② 1週間分の薬のセットが自分で行えるようチェックリストを使用しながら練習。 ③ 通所時の薬の持参忘れに対し、日課表・朝の持ち物チェックにより意識付け。
金銭管理	① お金を数える・残高から支出を計算する・ATMを使用する練習。 ② 金銭管理表を使って支出や不明金を一緒に確認。補償行動(レシート保管・写真撮影)の習慣化。 ③ 間食量や不明金の増加に対し、本人と相談し限度額の設定。一人でできることを増やせるよう簡単な手帳書を使用して金銭管理表への記入練習。

8

支援の実際 3

家事管理	① 宿舎の居室環境の設定(棚やカゴへのラベル貼付など)。週2回の日常生活訓練で掃除・洗濯等の方法習得。 ② 単独で進められるよう、チェックリストを活用。 ③ グループホームの居室環境の設定。グループホームの生活に合わせてチェックリストを修正・実践練習(週1回の訪問訓練)。
移動	① 買物や店舗利用の練習も兼ねて駅までの徒歩移動訓練。 ② 乗換アプリを使用した電車利用。グループホームからの通所訓練。 ③ グループホーム⇄就労移行支援の通所訓練(乗換アプリや目印を活用したルート把握、緊急時の連絡方法の習得)。
作業	① 動機付けの高い課題(パソコン・ワークサンプルLOA課題)を中心に、結果を可視化。 ② 再就職に向けた就労移行支援事業所の利用を目標に、様々な作業を通して、できる作業を拡大。職業準備性(報告や質問等の自発性)向上のための模擬訓練。 ③ 一人で行えることを増やせるよう、確認や見直しなどの自己対処、簡単な手帳書等の活用。

9

支援の実際 4

各時期(①~③)における支援の要点	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <h4>① 動機付け</h4> <p>試し出勤や馴染みの飲食店への挨拶、好きな活動へのサポートを行うなかで退職を受け入れ、徐々に前向きな気持ちが見られるように。また、以前好きだったことに再び取り組めるようになったこと、集団での役割や具体的な目標設定等により意欲が向上し、自発的な行動が拡大。</p> </div> <div style="width: 30%;"> <h4>② グループホームの選択</h4> <p>生活面でのサポートの必要性、自発的な援助依頼の難しさ、食事の準備や経済的な負担への理解が深まったことから、グループホームを3か所見学。Aさんが重視する条件を聞き取り整理しながら、自己選択が可能に。</p> </div> <div style="width: 30%;"> <h4>③ 担当者会議・連携</h4> <p>本人・家族を中心として、生活訓練・就労移行支援・グループホーム(共同生活援助)・訪問看護・相談支援事業所・障害福祉課の担当者で、障害状況や支援経過・必要な配慮、支援の目的を共有しながら役割分担(具体的な支援方法の引継ぎ等)を行い、連携。</p> </div> </div>
-------------------	--

10

まとめ

<ul style="list-style-type: none"> ● 意欲・発動性が向上し自発的な行動が増えた ● 移動や作業の耐久性が向上してできることが増えた <p>安心できる環境や居場所で、その人の強みを踏まえた働きかけにより動機付けが図られることで、行動が促される。大切にしていることや価値観、発症前の暮らしや考え方、人間関係を尊重しながら支援の優先順位をつけていく。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● 自己理解が向上し自己対処がみられるようになった ● 安定して生活するための枠組みの必要性を理解できた <p>体験を通して課題に気づき、自己理解が深まることで対処や支援に納得できるようになる。障害と二重に即した、その人の生活がしやすくなるような生活の枠組みを探っていく必要がある。</p>
<ul style="list-style-type: none"> ● 一人でできることと支援が必要なことが具体化された ● 必要な支援を受けるための地域支援体制が構築された <p>ライフステージや環境の変化に伴い、新たな課題がみえてくることもある。本人や家族、複数の支援者が目的や問題解決の過程を共有し、経験を支える視点から継続的な支援体制の構築を目指す。</p>

11

© 厚生労働科学研究：高次脳機能障害の障害特性に応じた支援者養成研修カリキュラム及びフィキストの開発のための研究班

12