

令和元年10月24日（木）
高次脳機能障害等の受け入れ促進研修会



自立訓練（生活訓練）の 取り組みについて

国立障害者リハビリテーションセンター
自立支援局 生活訓練課
生活訓練専門職 阿部 真市

目次

1. 国立障害者リハビリテーションセンターの紹介
2. 生活訓練における高次脳機能障害支援
3. 家族心理教育プログラム（家族教室）の取り組みについて

1. 国立障害者リハビリテーションセンター の紹介

国立障害者リハビリテーション センターと関連施設



国立障害者リハビリテーションセンターの 事業概要

- リハビリテーション医療の提供
- 障害福祉サービスの提供
- 支援技術・支援機器・支援システムの研究開発
- リハビリテーションに関する専門職の人材育成
- 障害者の健康増進推進、運動医科学支援
- リハビリテーションに関する情報収集及び提供
- リハビリテーションに関する国際協力

国立障害者リハビリテーションセンター (国リハ)

学院

研究所

病院

自立支援局

- ・ 自立訓練
- ・ 就労移行支援
- ・ 施設入所支援
- ・ 自動車訓練
など



障害福祉サービス

日中活動系[昼間]

居住系[夜間]

訪問系

介護給付

- ・療養介護（医療型）
- ・生活介護（福祉型）
- ・短期入所（ショートステイ）

・施設入所支援

- ・ホームヘルプ（居宅介護）
- ・重度訪問介護
- ・同行援護
- ・行動援護
- ・重度障害者等包括支援

訓練等給付

- ・自立訓練（機能訓練 **生活訓練**）
- ・就労移行支援
- ・就労継続支援（A型・B型）
- ・自立生活援助
- ・就労定着支援

・共同生活援助（グループホーム）

地域生活支援事業

・地域活動支援センター

・福祉ホーム

国立障害者リハビリテーションセンターの 自立訓練の沿革

● 視覚障害に対する訓練サービス開始

1979
(S54)

● 高次脳機能障害に対する訓練サービス開始

2001
(H13)

2003
(H15)

● 視覚障害に対する自立訓練（機能訓練）
高次脳機能障害に対する自立訓練（生活訓練）開始

2006
(H18)

● 自立訓練（機能訓練）の対象を頸髄損傷等の
身体障害に拡大

2008
(H20)

2012
(H24)

2013
(H25)

● 「高次脳機能障害及びその関連障害
に対する支援普及事業」開始

● 「障害者総合支援法」制定

● 「障害者自立支援法」施行

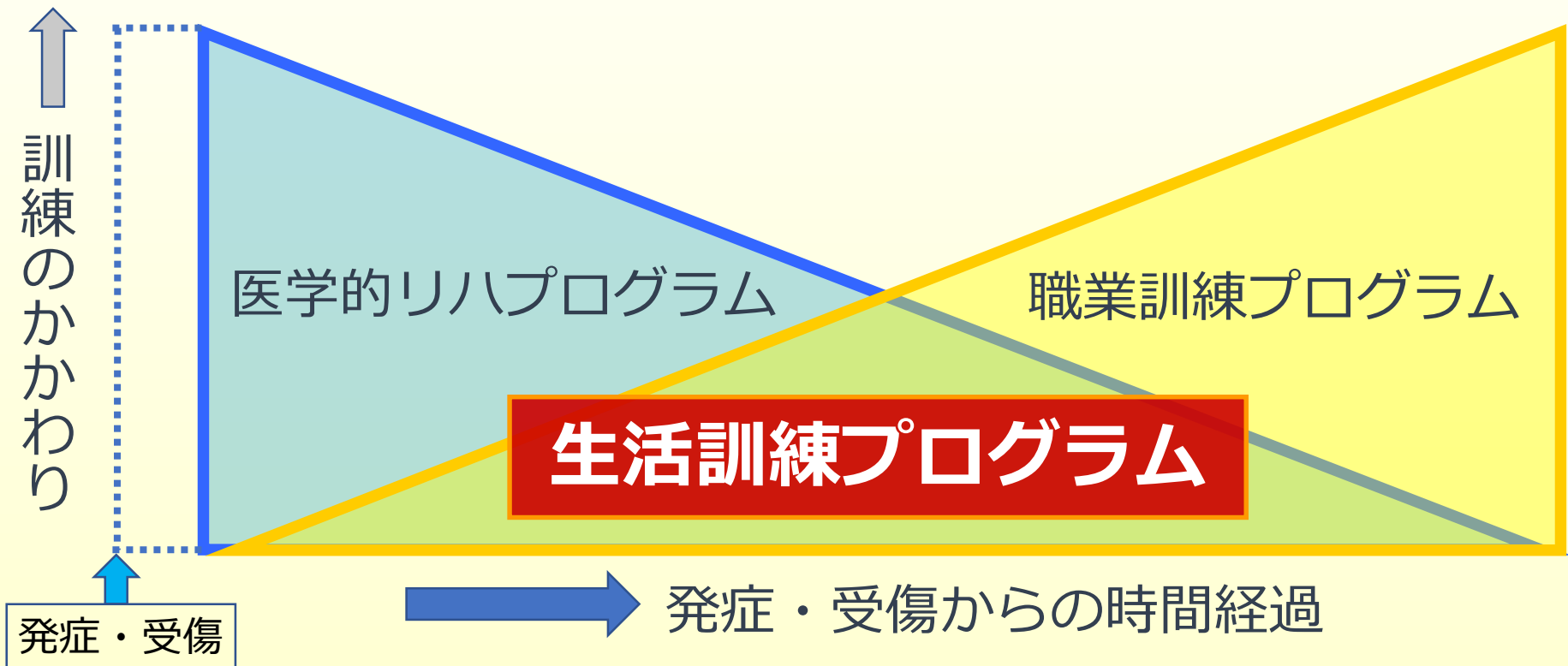
● 「高次脳機能障害支援普及事業」開始（都道府県の地域生活支援事業）

● 「高次脳機能障害支援モデル事業」開始（～2005）

2019
(R1)

2. 生活訓練における高次脳機能障害支援

生活訓練プログラム



(参考：高次脳機能障害情報・支援センター「高次脳機能障害者支援の手引き」)

概要

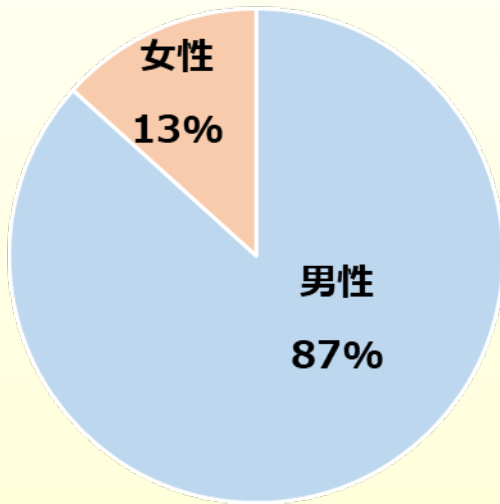
- 対象者：①高次脳機能障害の診断を受けた方
②自立した生活を送るために訓練を必要とする方
③障害福祉サービス受給者証の交付を受けた方
- 期間：24ヶ月以内（原則）
- 定員：30名
- 利用形態：通所・入所・訪問
- 支援体制



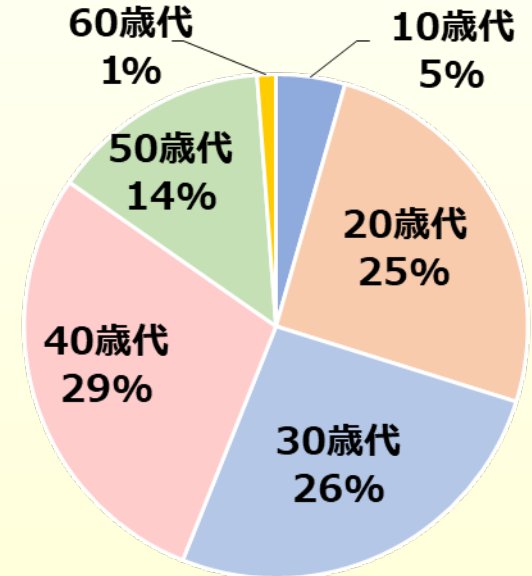
利用者の状況

平成18年10月から平成31年3月までに利用開始した248名

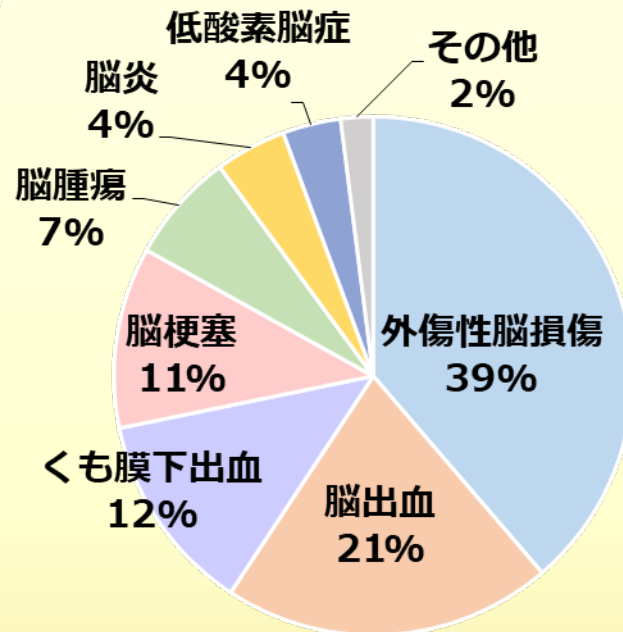
性別



年齢

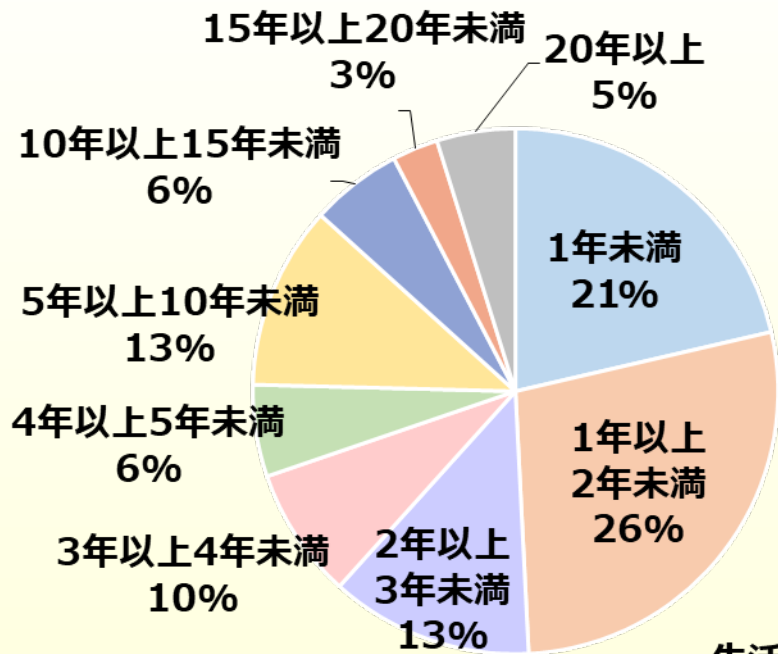


原因疾患



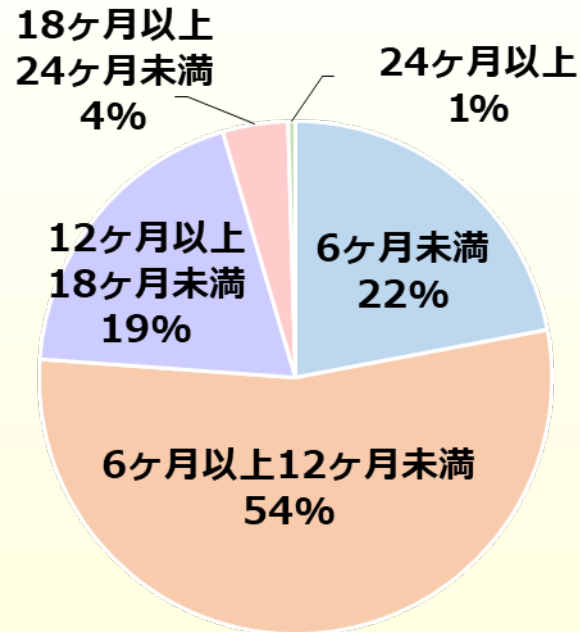
平均
37.3歳
(16~67歳)

受傷・発症からの期間



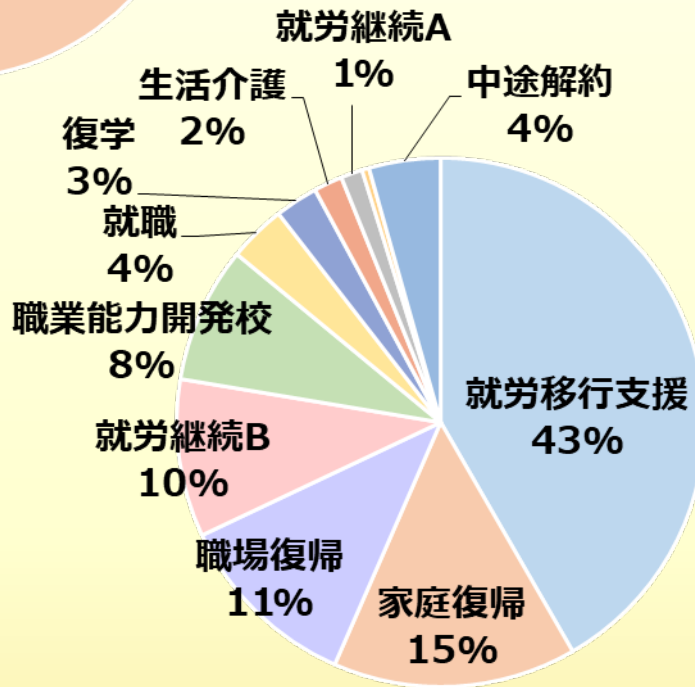
平均
4.5年

訓練期間

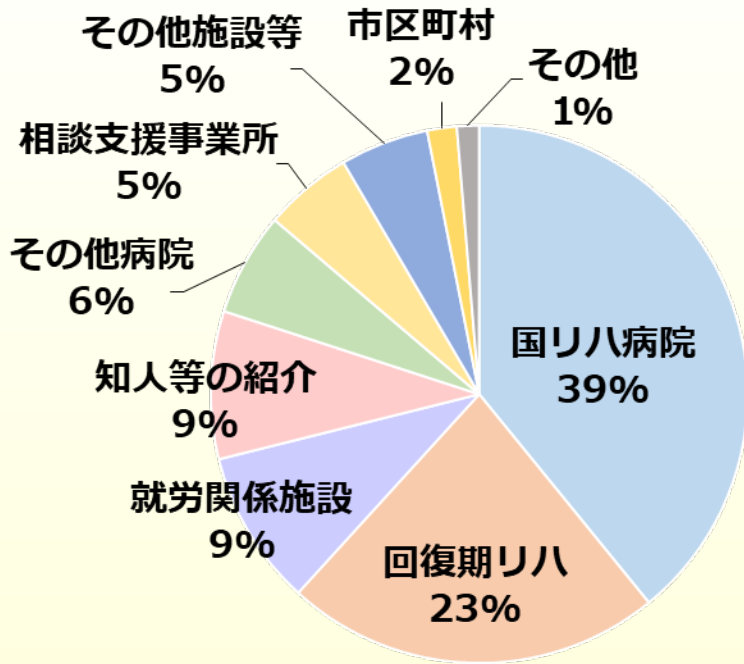


平均
9.7ヶ月

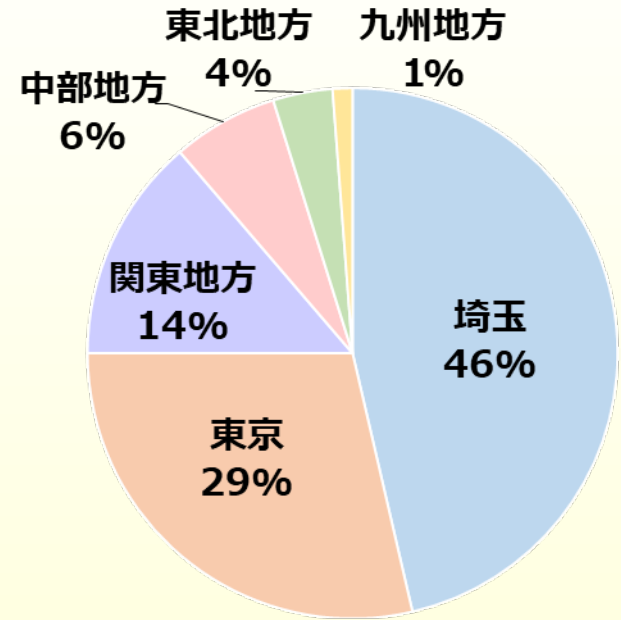
帰結



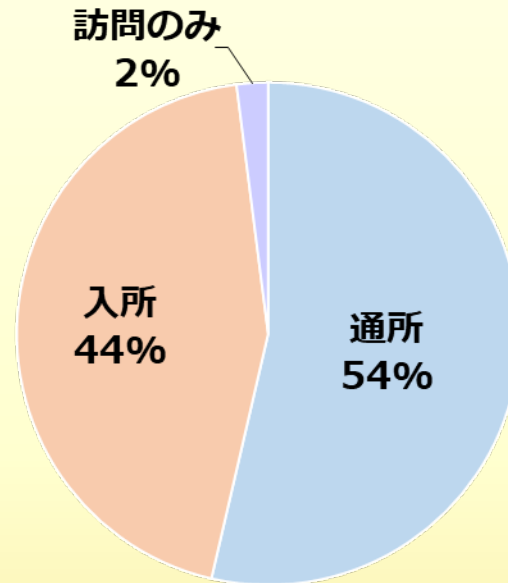
利用経緯



居住地



利用形態



目的

● 生活リズムの確立

活動性を高め、規則正しい生活を送る

● スケジュール管理

予定表や携帯電話等を活用して、日課に沿った行動ができる

● 生活管理能力の向上

服薬管理、調理、洗濯、掃除など、日常生活に必要な活動を身につける

● 社会生活技能の向上

公共交通機関の利用、買い物など、社会生活に必要な技能を身につける

● 対人技能の向上

社会生活や対人関係のルール、状況判断、対処法を身につける

● 作業能力の向上

得意なことを活かせる作業内容や環境を具体化し、作業力を身につける

生活訓練におけるアセスメント

● 日常生活の評価

ADL・IADLの動作と実施状況の確認・聞き取り等

● 社会生活の評価

集団場面での行動やコミュニケーションに関する観察等

● 認知機能の評価

各種神経心理学的検査（注意・記憶・遂行機能等）、日常生活チェックシート等

● 作業の評価

計算、パソコン入力、ワークサンプル、職業適性検査等

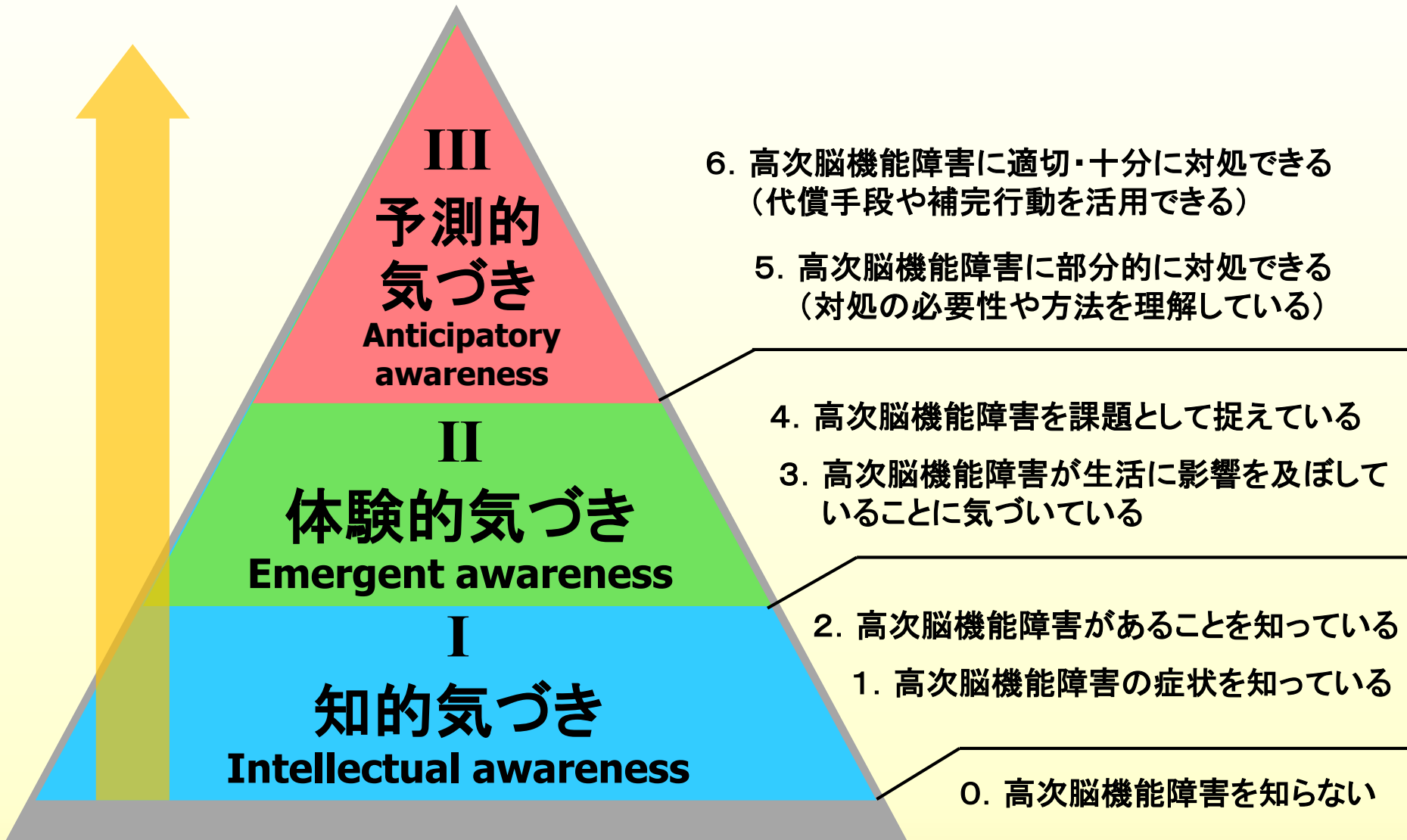
● 心理・適応の評価

本人・家族からの聞き取り、行動観察等

● 環境の評価

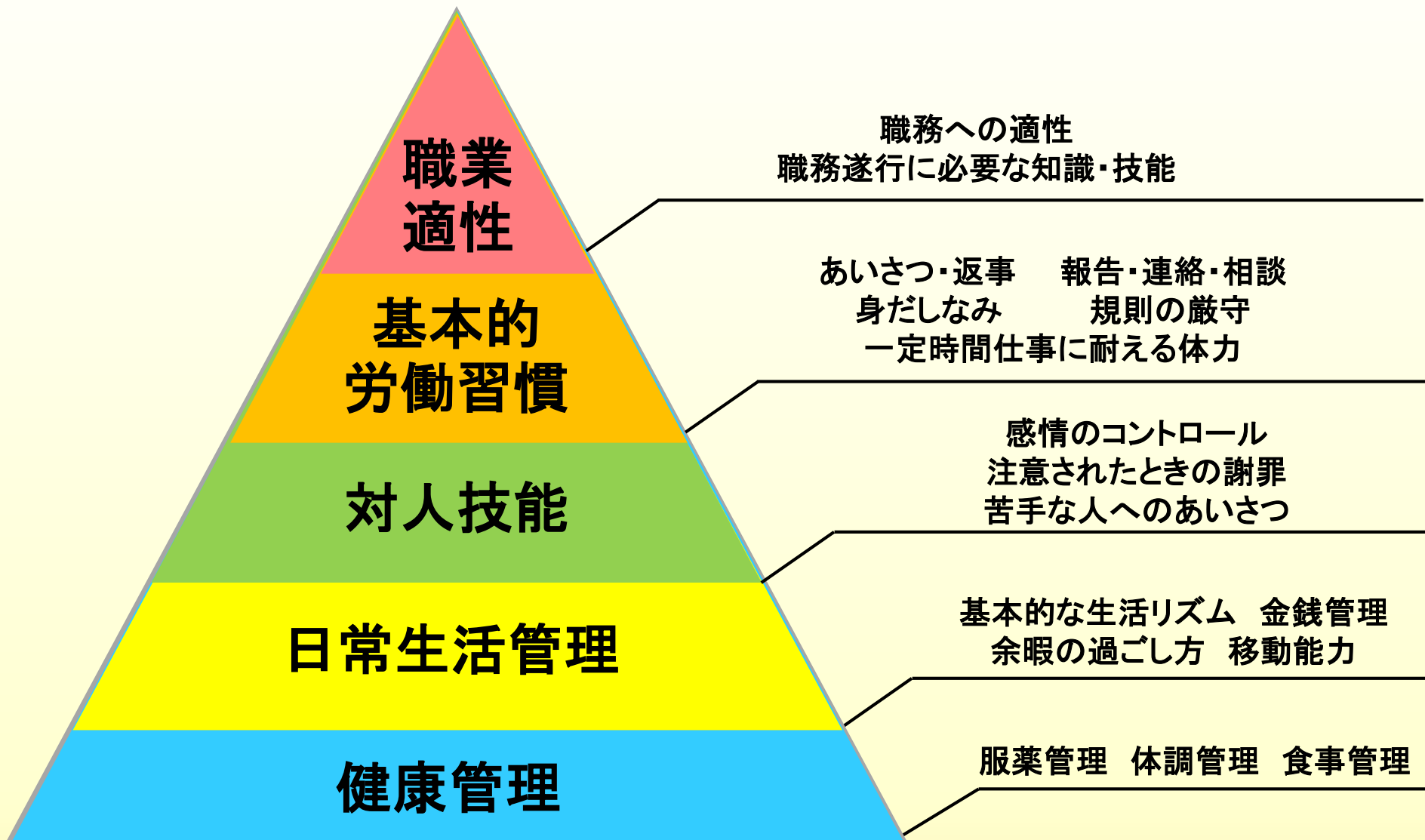
生活・家庭・職場環境の聞き取り、地域の社会資源やサービスの検討等

自己認識（気づき）



気づきの階層モデル（Crossonら）

職業準備性



職業準備性のピラミッド（就業支援ハンドブック）

訓練プログラム

	月	火	水	木	金
9:00	HR・朝の会	HR・朝の会	HR・朝の会	HR・朝の会	HR・朝の会
10:00	プランニング	園芸 調理 就労準備			GW (グループワーク)
11:00	日常生活訓練 学習ワーク				
12:00	昼 休 み				
13:00	園芸 調理 就労準備	学習ワーク・プリント学習 個別OT			園芸 調理 就労準備
14:00	作業手順				メモ練習
15:00	掃除・夕の会				掃除・夕の会 まとめ
16:00	フリータイム・面接など				

※個々の状況や目標に応じて、面接やりハ体育、個別訓練、自動車運転訓練等を追加し、訓練プログラムを作成します。

朝夕の会・プランニング・まとめ

【目的】

- 生活リズムの獲得
- 予定や連絡事項の自己管理
(代償手段の選択・活用)
- コミュニケーション能力の向上
(集団ルール理解・役割意識の向上・他者理解)
- 自己理解の向上



①朝の会

- 日付、体調・気分の確認
- 連絡事項の発表、確認
- 身だしなみチェック
- 一日の予定の発表、確認
- 一週間の目標の発表、助言

②夕の会

- 掃除
- 一日の振り返り、発表
- 目標の達成状況の確認

③プランニング（月・朝の会后）

- 先週の目標と達成状況、今週の目標と対策の発表・話し合い

④まとめ（金・夕の会后）

- 一週間の振り返り
- 目標の達成状況と来週の目標設定
- 来週の予定の記入・確認

園芸訓練

【目的】

- 基礎体力の向上
- 作業耐性の向上
- 代償手段の活用
- 作業遂行能力の向上
- 対人技能の改善
- 集団ルールを理解
- ストレス対処
- 達成感

- 栽培
- ポット苗作り
- 土壌整備
- 園芸場整備
- 記録・計画
- 道具管理
- 室内作業
(創作、調理)



園芸活動日報	
日時	平成 25 年 5 月 20 日 月 曜日 1:00 ~ 2:00
作業内容	園芸 オクラの着付け
目標	オクラ 集中に作業を達成する
自己評価	じくじ 観察しました。
感想	あっぱれ皆がんばりました。
その他	
確認	集中の取り組み、素晴らしい!!

調理訓練

【目的】

- 作業遂行能力の向上
- 代償手段の活用・補完行動の習得
- 作業耐性の向上
- 役割意識の獲得
- コミュニケーション能力の向上
- 達成感
- 調理関連動作の獲得

①計画

- 目的や課題の共有
- レシピ検索
- 役割分担
- 手順書の作成
- 必要な道具や材料の選択

②買い物・準備

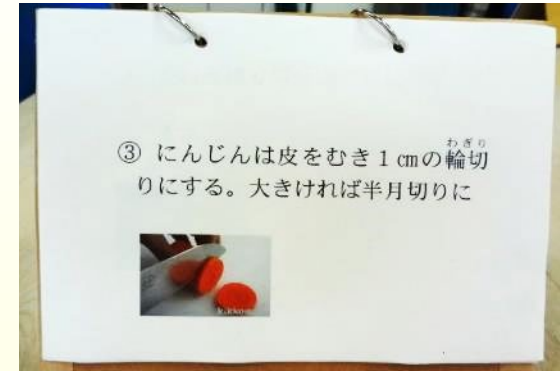
- 買い物リストの作成
- 金額の予想
- 店内移動や品物選択、援助依頼
- 支払い
- タイムスケジュールの事前確認

③調理

- 安全な調理動作
- 手順に沿った実施
- 計画的な遂行

④振り返り

- 課題の達成度の確認・対策



★アスパラ入りカルボナーラ★

【調理時間】 予測 60 分 → 実際 97 分
(開始 10:15 ~ 終了 11:52)

【材料】(4人分)	【道具・その他】
☑ スパゲティ 300g	☑ 鍋・ふた
☑ ベーコンまたはハム 200g	☑ ボール
☑ にんにく 2かけ	☑ 計量カップ
☑ アスパラ 6本	☑ はかり
☑ マッシュルーム 2パック	☑ 包丁・まな板
☑ 玉ねぎ 中1個	☑ フライパン
☑ コンソメ顆粒 小さじ2	☑ さいばし
☑ こしょう 2~3振り	☑ 小さじ
☑ ●卵 2個	☑ トングまたはざる(湯切り用)
☑ ●卵黄 2個分	
☑ ●生クリーム 150cc	
☑ ●粉チーズ 60g	
☑ ●黒こしょう 6~8振り	

【作り方】

- ☑ 1. スパゲティ用のお湯を沸かす (ゆで方は袋で確認)
- ☑ 2. ●の材料をボールに入れて混ぜる
- ☑ 3. ベーコン (またはハム) は1cm幅・アスパラ・玉ねぎ・マッシュルームは薄切りにする
- ☑ 4. スパゲティをゆでながら、フライパンにベーコンをいれて弱火でじっくり炒めながら油を出す (ハムの場合は最初に油をひく)
- ☑ 5. そこに野菜を入れて炒め、玉ねぎが透きとおってきたら、コンソメ・こしょうを入れる
- ☑ 6. スパゲティがゆで上がったら、湯を切ってフライパンに入れる
- ☑ 7. 少し加熱して全体が熱になったら火を止める
- ☑ 8. ●の材料を手早く回し入れて混ぜる
- ☑ 9. 黒こしょうを振る



就労準備訓練

【目的】

- 基本的な職業準備性や職場マナーの向上
- 作業遂行能力の向上
- 代償手段や補完行動の習得
- 障害の自己理解



事務系

簡易事務

- 【注文書】カタログ検索
- 【書類】ファイリング
- 【伝票】伝票チェック・並び替え
- 【スタンプ】印鑑押し・ナンバリング
- 【電卓】在庫管理・売り上げ集計
- 【シール】シール貼り・ラベル作成

【基礎学習】計算・漢字

・メモ練習

PC

- 表計算
- グラフ作成
- 文書作成
- データ入力
- メール作成

タイピング

・手順書練習

作業系

- 【部品】配列
- 【商品】検品・箱詰め
ピッキング
組み立て
- 【郵便物】チラシセット
シール貼り
封入・仕分け
- 【部品】集計・仕分け

・ビジネスマナー

基礎訓練

日常生活訓練

【目的】

- ADL・IADLの実行能力の向上
- 習慣化による日常生活の自己管理

①健康管理

- 服薬管理
- 体調管理

②身辺管理

- 生活リズム
- 身だしなみ
- 入浴
- 整理整頓

③金銭管理

- 小遣い帳の記入
- 金融機関の利用

④家事

- 掃除
- 洗濯
- 調理
- 買い物
- 布団干し
- ゴミ出し

⑤移動

- 屋内移動
- 公共交通機関
- 連絡方法
- 援助依頼
- ルート検索

⑥生活体験プログラム

⑦訪問訓練

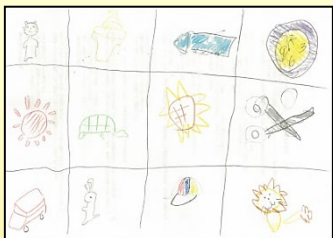
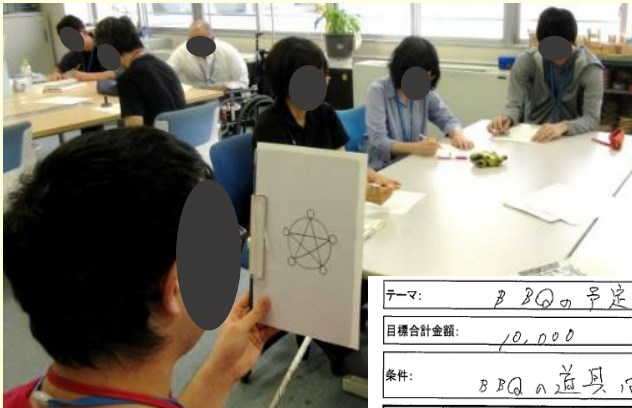
さん 実施したら○をつけましょう
日常生活訓練チェックシート(8月)

8月	洗濯	上着のハンガーかけ	くつ下のベアまとめ	衣類の収納	床掃除	ゴミ捨て	机の片付け	洗面台の鏡拭き	洗面台の排水溝	布団干し
1	水	○			○	○		○	○	
2	木									○
3	金									
4	土	○				○				
5	日					○				○
6	月	○			○	○				

学習ワーク

【目的】

- 障害に関する知識を得る
- 自己理解・他者理解を深める
- コミュニケーション能力の向上
- 協調性の獲得
- 集団ルールを理解
- 注意・集中力、理解・判断力、問題解決能力の向上



テーマ:	B.B.Qの予定を立てる				
目標合計金額:	10,000				
条件:	B.B.Qの道具は、レジャー				
優先順位	商品名	単価(円)	個数・数量	小計(円)	合計(円)
○	中肉	1,000			
○	焼肉のたれ	200			
○	ビール 500ml	1,400			
○	焼肉マット	1,200			
○	焼肉シート	300			
○	焼肉Tシャツ	80			
○	B.B.Qの道具	700			

①注意・集中

マス計算・間違い探し・聞き取りクイズ
スリーヒントゲーム・後出しじゃんけん

②情報処理

伝絵ゲーム・絵しりとり・エピソードクイズ
頭の上は何でしょう・黒幕は誰だ

③コミュニケーション（協調性）

他己紹介・図形伝達ゲーム・集団絵画
無人島ゲーム・牛丼屋・ストーリー並べ
ジェスチャーゲーム・SST・ディスカッション

④コミュニケーション（言語）

単語作り・漢字作り・熟語作り
言葉を下さい・連想リレーゲーム

⑤記憶

記憶しりとり・9メモリーズ・コピーは見た
メモ取り神経衰弱・都道府県クイズ
感覚オリンピック・動きを真似しよう

⑥遂行機能

買物シミュレーション・軍艦ゲーム
図形クイズ・ルート検索

⑦障害理解

障害学習・バリアフリーワーク

メモ練習

【目的】

- 聴覚的情報の獲得に向けたメモの活用

段階	目標	方法
第一段階	【情報把握】 聴覚的情報への注意保持 メモをとる	自己紹介、物語文などの穴埋め、選択
第二段階	【情報選択】 要点（4W）を捉える メモを確認する 必要な情報を抜き出す	会話文や相談文、出来事などの穴埋め、一問一答、4Wゲーム
第三段階	【情報理解】 要点（5W1H）を捉える 要約する 正しく分かりやすく書く	新聞記事や説明文の要約、一問一答、5W1H
第四段階	【情報伝達・修正】 他者に伝える 正しく分かりやすく話す 必要に応じて聞き返す	伝言メモの書き取り、電話応対、1分間スピーチ

伝言メモ

月 日 午前・午後 時 分 秒

_____さん宛てに
_____様から

お電話がありました。

折り返し、お電話ください（電話番号：_____）

電話があったことだけ お伝えください

伝言をお願いします

伝言

高さ634メートルの世界一高いタワー「東京スカイツリー」が22日開
して、東京・墨田区で2008年7月に着工し、今年2月に完成しました。
完全予約制で、7月11日以降は、当日券が1日1万枚売り出されます
④22日は午前9時半すぎに東京スカイツリーに併設する複合商業施設
お目当ての店や水族館などに向かいました。22日はほぼ1日雨が降
合わせて21万9000人が訪れたということです。

いつ	どこで	誰が	何を
When	Where	Who	What
2008年7月11日	東京スカイツリー	観光客	当日券が1日1万枚
2008年7月10日	複合商業施設	観光客	1日1万枚売り出す
2008年7月10日	複合商業施設	観光客	1日雨が降っている
2007年2月	複合商業施設	観光客	併設する

完全予約制
1万枚

9000人

併設する
21万



作業手順訓練

【目的】

- 手順把握方法の検討
- 手順把握手段の活用による正確な作業遂行
(実物、写真、動画、図や絵による説明、
手順書、チェックリストなど)

①紙素材

- 封筒・袋づくり
- 箱・カゴ作り
- 折り紙
- 包装等

②紐素材

- マクラメ
- 組みひも等

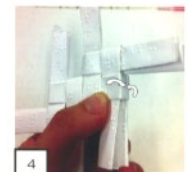
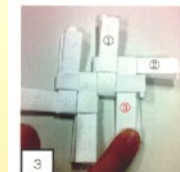
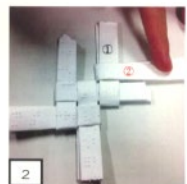
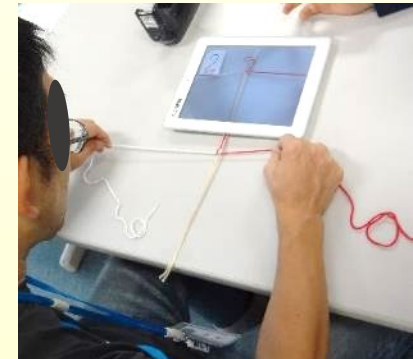
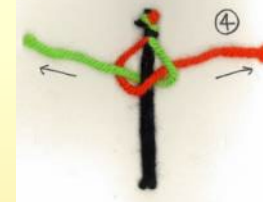
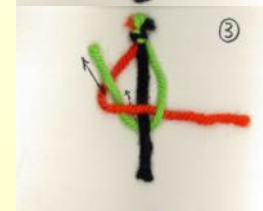
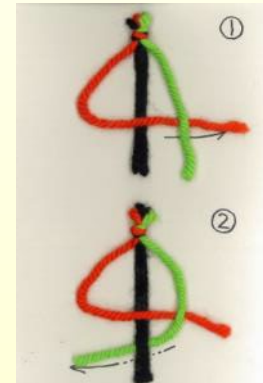
③組み立て

- ブロック
- スティック等



封筒作製手順

	工程チェック
①台紙を紙の中央に置く。	
②左側を折る。	
③右側の端(2~3cm)にのりをつける。	
④左側を下・右側が上になるように、折って貼りつける。	
⑤台紙に沿って上下を折る。	
⑥上下の両端を斜めにハサミで切る。	
⑦上下の内側の1枚を折り目に沿ってハサミで切る。	
⑧右側が上に来るようにして、下側にのりをつける。	
⑨台紙を出す	
⑩完成	



グループワーク

【目的】

- 楽しみ、ストレス発散や達成感の充足
- 社会生活に必要な知識の習得
- レクリエーション
(軽スポーツ・創作)
- 収穫祭
- 季節行事
- 外出
- 教養



集団ワーク（心理支援）

平成29年度
からの取組み

- 目的：利用者同士の相互コミュニケーション
障害理解の向上・社会性の向上
- 対象：生活訓練利用者4名程度
- グループ編成：利用者の属性、目標、障害理解の程度に合わせる
ex.)復職を目標とする方のグループ
若年で就労経験のない方のグループ
- 内容：テーマを設定して、ディスカッション中心
(実施時間) 1週間に1度。1、2時間×4回
- 職員対応：ファシリテーター、コ・ファシリテーター、記録

復職をテーマにした話し合いの記録



3回分の記録



生活訓練における支援イメージ

- ・ 進路選択に向けた自己決定
- ・ 障害特性を補い強みを発揮できる環境の明確化
- ・ 連続性のある地域支援体制の構築

自己理解

段階的・具体的な目標設定
(スモールステップ)

リアルフィードバック

構造化された
環境

実際の環境
(自宅・職場・学校)

体験・経験

同じ障害をもつ仲間
家族・友人・支援者

障害への対処
(代償手段・補完行動)

対処方法 ①

■ 代償手段の例

スケジュール管理

- ・手帳（メモリーノート）
- ・カレンダー ・腕時計
- ・やることリスト ・日記

全 般

- ・アラーム ・タイマー ・メモ ・貼り紙 ・付箋 ・カメラ
- ・ICレコーダー ・ホワイトボード ・ネックストラップ
- ・スマホ機能（通話/メール、アラーム、タイマー、リマインダー、レコーダー、カメラ、各種アプリ、音声認識、SNS）

生活管理・社会生活

- ・お薬ポケット ・お小遣い帳 ・買い物リスト
- ・地図/ランドマークメモ ・食事/健康管理表
- ・環境調整ツール（ラベル、シール、インデックス、ケースなど）

作業遂行

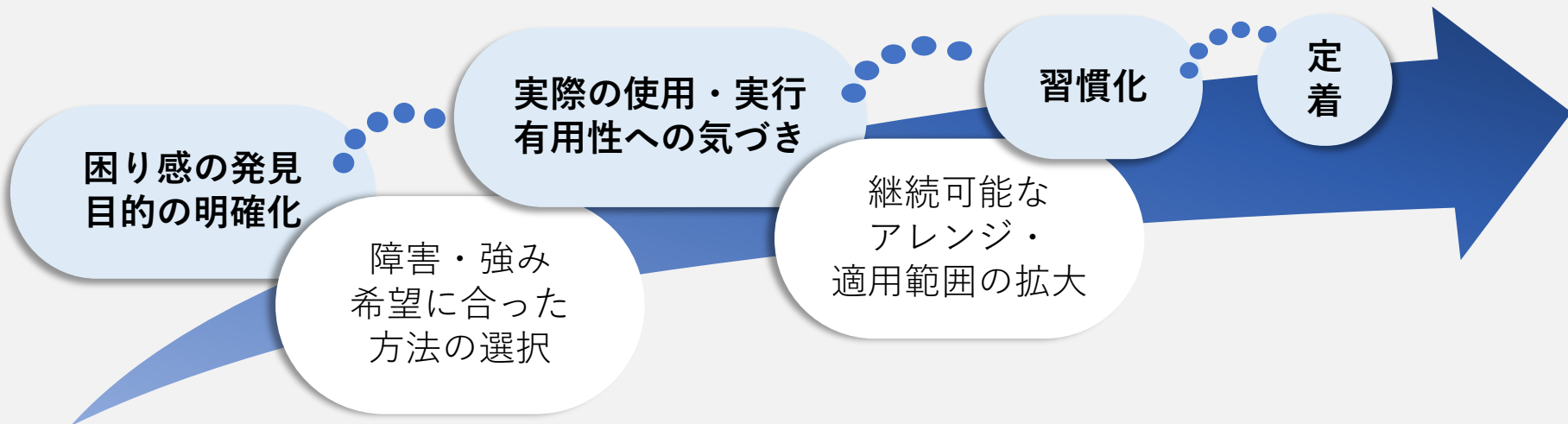
- ・指示書 ・手順書 ・チェックリスト
- ・セルフチェック用ツール（ルーラー、書見台、色ペン、見本など）

■ 補完行動の例

- ・代償手段を自分で活用する
- ・ひとつずつ作業を行う
- ・ルールに沿って行動する
- ・使う金額だけ財布に入れる
- ・イライラしたら気分転換をする
- ・確認をする
- ・他者に質問や相談をする
- ・休憩を取る、活動量を調整する
- ・集中しやすい環境を選ぶ
- ・声に出したり紙に書く 等

対処方法 ②

■ 対処方法の定着に向けた支援の流れ



■ 「自分の取扱説明書」の作成

① 自分の障害(苦手になっていること)

例) 記憶障害の影響で新しいことを覚えるのが苦手。

② 障害(苦手になっていること)への対処

例) 聞いたことは、メモを取るようにしている。

③ 周りの人に配慮してほしいこと

例) メモを取る時間が欲しい。

自分の高次脳機能障害の症状について

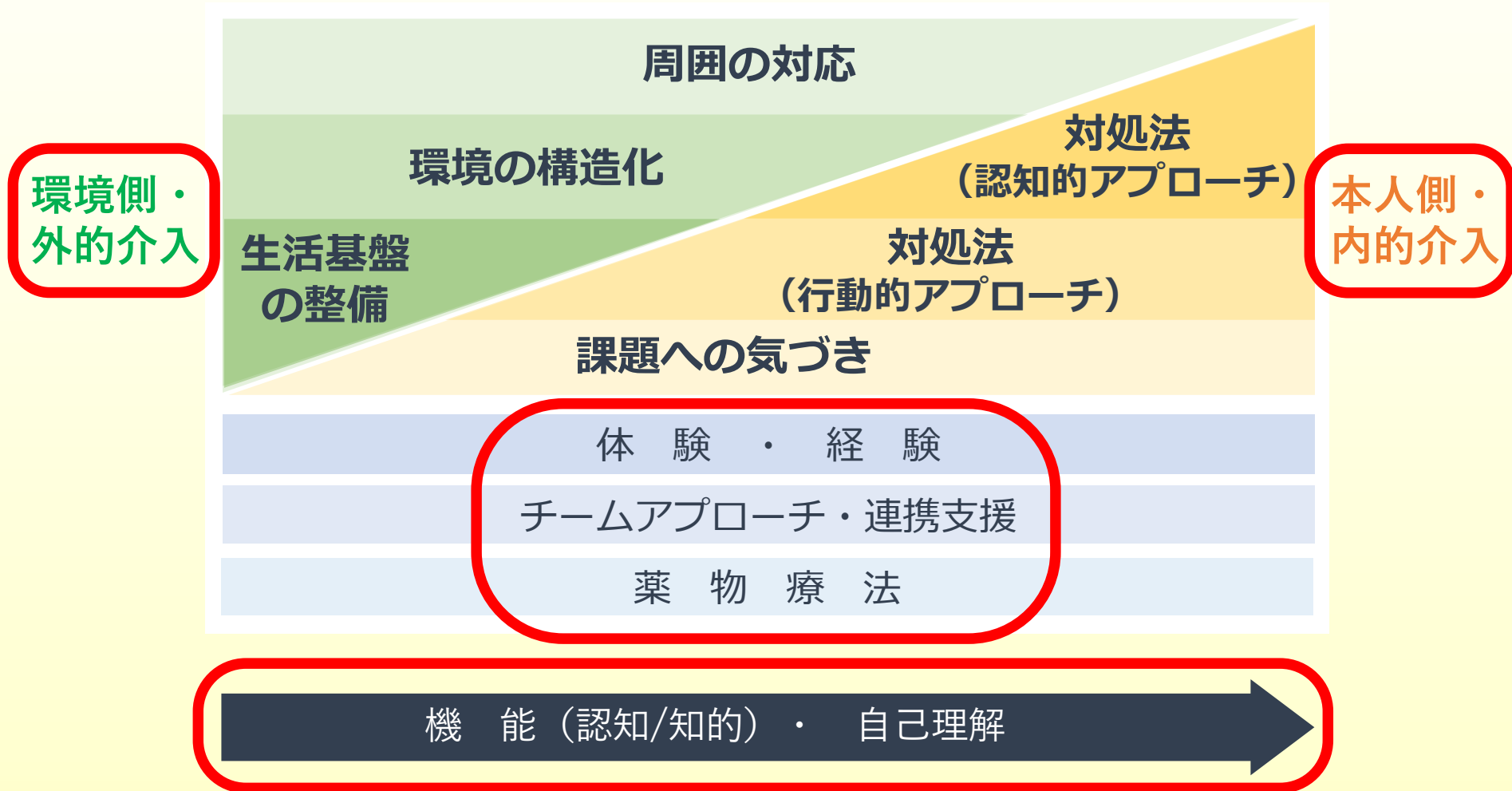
- ・新しい物事を覚える事が苦手になった
- ・疲労をするとミスが多くなる
- ・疲労、ストレスにより記憶の混乱が発生する
- ・昔の記憶の整理が苦手になっている
- ・過去の記憶が喪失している。

自分自身の「取り扱い説明書」

自分の障害 (苦手になっていること)	障害(苦手)への対処	周りの人に 配慮してほしいこと
1 スピード(すばやく作業すること)が苦手。	ひとつずつ、確実に行うことで、無駄を省くようにします。	急がなくて良い仕事を配慮してほしい。
2 忘れてしまうことがある	フセンをもっていつでもメモ取るようにしています	メモをとらせてもらうそのメモ取る時間のほしいです。
3 トイレに行く回数が多い	事前にトイレに行くようにしています。	1時間に10分のトイレ休憩がほしいです。
4 右手が使えない、電話対応でメモを取れない	簡単な取次程度なら可能です。	電話対応しながら、メモを取る仕事は難しい
5 気になることがあると、無意識に気をとられてしまう	気になるものを、見えないところに置いておく	自分の机に、仕事以外のものを置かないようにさせてほしい

自分の取り扱い説明書
何度も聞き直すかもしれませんが、新しい為、ご配慮をお願い致します。彼が以前より難しくなっている為、12を頂けるようお願い致します。まいりますが、作業内容についてのメモ能です。は、聞いた内容を直ぐメモなどに残す何度も聞いてしまう為、難しいです。

支援の考え方



(参考：阿部; 2017, 三村; 2009, Sohlberg; 2001, 渡邊; 2013)

3. 家族心理教育プログラム（家族教室） の取り組みについて

家族心理教育プログラム（家族教室）

平成29年度
からの取組み

【目 的】

生活訓練利用者の家族に対して、職員による講義や家族同士の意見交換会を通して、障害や制度、サービスについての理解を深めることや、家族同士の交流や支え合いを促すことを目的とする。

また、家族のニーズを探り、訓練や支援の中で活かせることを探ることを目的とする。

家族心理教育プログラム（家族教室）

【実施状況】

半期に一度

第1回	平成29年	1月	8日
第2回	平成30年	2月	22日
第3回	平成30年	9月	6日
第4回	平成31年	2月	7日
第5回	令和元年	9月	12日

【対象】

生活訓練利用者の家族、4～5家族程度

テーマに沿って参加者を選定する

- 例)
- ・復職を目標にしている利用者の配偶者
 - ・若年期に発症した利用者の両親

家族心理教育プログラム（家族教室）

【当日の流れ（例）】

9 : 5 0	集合
1 0 : 0 0	自己紹介、注意事項の説明
1 0 : 1 0	訓練見学（調理訓練）
1 1 : 0 0	講義
1 2 : 0 0	休憩
1 3 : 0 0	意見交換会
1 4 : 3 0	振り返り・感想発表、アンケート記入
1 5 : 0 0	訓練見学（掃除・夕の会）
	夕の会後　フリータイム

家族心理教育プログラム（家族教室）

【プログラムについて】

1) 講義

①目的

高次脳機能障害や高次脳機能障害に対する訓練、生活や就労に関わる社会資源や制度について情報提供を行い、具体的な事例を通して知識を深めていただくことを目的とする。

②内容

- ・生活訓練や高次脳機能障害の概要について
高次脳機能障害の症状や生活訓練の目的、プログラム内容の紹介
- ・社会資源や制度について（生活・就労）
グループホームやホームヘルパー、金銭管理に関わるサービス、
家族会の紹介、職業訓練や就労支援センターの紹介など
- ・事例紹介

対象が親の場合は生活の自立に関する情報、対象が配偶者の場合は就労に関する情報へのニーズが高い傾向があるため、事前のヒアリングに基づき、講義内容を検討する。

家族心理教育プログラム（家族教室）

【プログラムについて】

2) 訓練見学

①目的

実際の訓練場面を見学することで、訓練内容や関わり方について知っていただくとともに、作業への取組状況や他者とのコミュニケーションといった自宅以外での本人の様子や他利用者の様子を知っていただくことを目的とする。

②内容

《調理訓練》

意見交換会で家族に提供するためのお菓子作りの様子を見ていただく。調理訓練担当者と相談し、対象利用者のできることを活かした役割分担を調整する。時期により園芸で収穫した作物を使用する。

《夕の会》

アンケートの記入が終わり次第、時間のあるご家族には15時以降に夕の会の見学をしていただく。

家族心理教育プログラム（家族教室）

【プログラムについて】

3) 意見交換会

①目的

立場の近い家族同士が話し合い、互いの悩みや心配事を共有することで、助言したりされたりするといったピアサポート的な関わりを促すとともに、ストレスの軽減、孤立感の軽減、自尊感情の回復といった心理的支援を行うことを目的とする。

②内容

職員が、司会やホワイトボードへの板書を行う。対象者及びヒアリング内容を基に、テーマを検討する。また、話題の流れに応じて、臨機応変にテーマ設定を行う。できるだけ参加者が均等に発言できるよう配慮するとともに、参加者同士の交流を促進するため、職員の意見は最低限に留める。

《テーマの例》

- ・発症後に変わったこと
- ・現在困っていること、悩み
- ・家庭における工夫や対応
- ・今後の就労や生活への不安や希望
- ・訓練に対する要望 など

家族心理教育プログラム（家族教室）

【アンケート結果】

主な意見・・・

- ・みなさんの体験や気持ちなどいろいろ聞くことができ、前向きに考えていくことができる、考えていこうと思いました。
- ・普段見られない姿を見ることができました。
- ・年齢が近いと、似た悩みや不安を持つご家族のご意見や考え方は、なるほどと思うことも多く参考になり、励みにもなりました。
- ・共通する部分が多くある方とお話しする機会はあまりありません。大変貴重な時間をありがとうございました。
- ・なごやかな雰囲気での他の利用者さんと話をしているところを見ることができました。
- ・料理をしている姿を見て、皆で楽しそうに作業していたので、安心しました。
- ・同じ境遇の人達と話しが出来て良かった。自分だけではない、これから先不安はあるが頑張っていこうと思える。
- ・同じ共通点のある方々のお話がとても参考になりました。久しぶりに笑えて良かったです。
- ・こういう話をできる機会があまりないので、本当によかったです。聞いてもらうのもそうですが、聞くことで、うちだけじゃないと安心できることも多々ありました。
- ・また今回の様に、同じ障害に悩む方々とお会いし、時間を共有出来たら、とても心が軽くなります。
- ・楽しそうに訓練している姿が良かったです。無理なことではなく、できることを少しずつやって、ステップアップしていくのかな…と思いました。

家族心理教育プログラム（家族教室）

【まとめ】

☆少人数での実施

- ・参加者を少人数に絞ることにより、講義で取り上げてほしい内容や現在の悩み、困りごとなどのヒアリングが可能であった。
- ・ヒアリングの結果を基に講義内容や意見交換会のテーマについて検討することができ、参加者のニーズに沿った内容でプログラムが実施できた。

☆共通属性での実施

- ・利用者の親や配偶者など、同じ立場の方に参加していただいたことにより、悩み事等に対する共感がより深くなり、心理的負担感を軽減することができた。
- ・互いが質問しやすく答えやすい場を作ることによって、ピアサポート的な関わりを促すことができた。

参考資料

- 1) 阿部順子著, 蒲澤秀洋監修. チームで支える 高次脳機能障害のある人の地域生活: 生活版
ジョブコーチ手法を活用する自立支援. 2017, 中央法規出版.
- 2) 独立行政法人高齢・障害・求職者雇用支援機構. 2019年度版就業支援ハンドブック.
<https://www.jeed.go.jp/disability/data/handbook/handbook.html>
- 3) 国立障害者リハビリテーションセンター高次脳機能障害情報・支援センター. 高次脳機能障害支援モデル事業報告書. http://www.rehab.go.jp/brain_fukyu/shien/model/houkokusho.
- 4) 三村將. 社会的行動障害への介入法—精神医学的観点からの整理—. 高次脳機能研究. 2009, 29(1), p.26-33.
- 5) Sohlberg, M. M.; Mateer, C. A. Cognitive Rehabilitation: An Integrative Neuropsychological Approach. Guilford Press, 2001. 高次脳機能障害のための認知リハビリテーション：統合的な神経心理学的アプローチ. 尾関誠, 上田幸彦監訳. 協同医書出版社, 2012, 440p.