

【講義 07】 生活訓練

自立訓練（生活訓練）における支援の取組

科目	テキスト	時間
地域におけるリハビリテーション；生活訓練	PowerPoint スライド/mp4 動画	40 分

研修のねらい

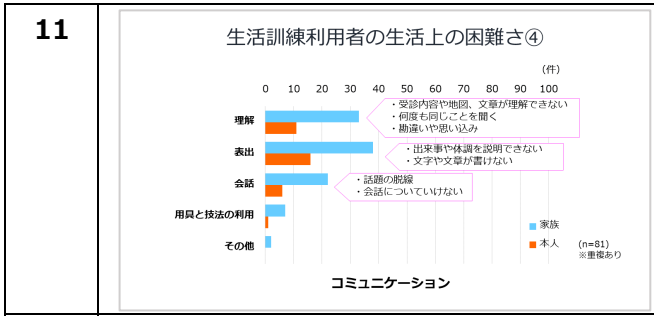
高次脳機能障害の生活訓練について理解する。

研修内容

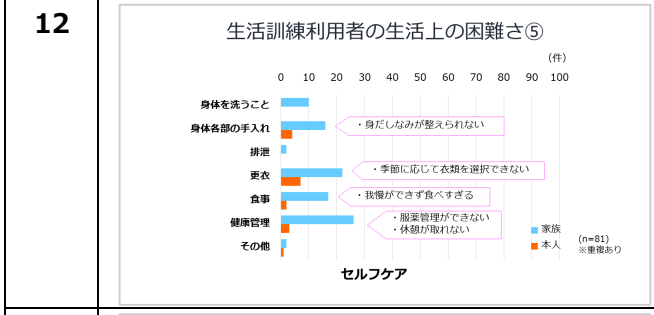
- ・ 生活訓練の概要
- ・ 高次脳機能障害者の生活上の困難さ
- ・ 生活訓練におけるアセスメントと目標立案
- ・ 訓練プログラムの内容
- ・ 生活訓練における支援のポイント

番号	スライド	注意事項
1	<p>講義</p> <p>生活訓練</p> <p>自立訓練（生活訓練）における支援の取組</p>	特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、支援機関の名称を変更してください。
3	<p>国立障害者リハビリテーションセンターの生活訓練</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 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 	特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、内容を修正してください。
4	<p>サービス提供の流れ</p>	特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、内容を修正してください。

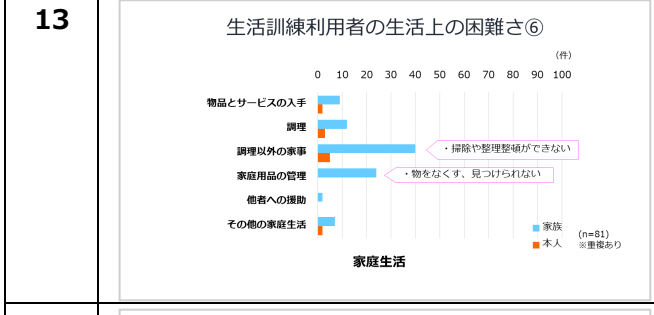
<p>5</p>	<p style="text-align: center;">利用者の状況</p> <p style="text-align: center;">2006(平成18)年10月から2022(令和4)年3月までに利用開始した311名</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>性別</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>年齢</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>原因疾患</p> </div> </div>	<p>特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、内容を修正してください。</p>
<p>6</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>受傷・発症からの期間</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>訓練期間</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>帰結</p> </div> </div>	<p>特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、内容を修正してください。</p>
<p>7</p>	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"> <p>利用経緯</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>居住地</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>利用形態</p> </div> </div>	<p>特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、内容を修正してください。</p>
<p>8</p>	<p style="text-align: center;">生活訓練利用者の生活上の困難さ①</p> <p style="text-align: center;">本人・家族の日常生活上の困難さに関する記載件数</p>	<p>特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。</p>
<p>9</p>	<p style="text-align: center;">生活訓練利用者の生活上の困難さ②</p> <p style="text-align: center;">一般的な課題と要求</p>	<p>特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。</p>
<p>10</p>	<p style="text-align: center;">生活訓練利用者の生活上の困難さ③</p> <p style="text-align: center;">学習と知識の応用</p>	<p>特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。</p>



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

高次脳機能障害の症状と生活上の困難さ

分類	症状	ICF活動・参加カテゴリー		能動的な課題と要求			セルフケア	家庭生活	列入関係
		課題の遂行	目標の遂行	ストレス	対処	対処			
A	注意								
B	記憶								
C	遂行機能								
D	社会行動① (離脱・他動性、依存性、抑うつ)								
E	社会行動② (過剰・過剰・ストローク、過剰、対人技能)								

※影響の受けやすさ: 大 中

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

- ### 生活訓練におけるアセスメント
- 日常生活の評価
 - ・ADL及びIADLの動作と実施状況の確認
 - ・本人や家族、支援者からの聞き取り等
 - 社会生活の評価
 - ・行動やコミュニケーションに関する観察
 - ・本人や家族、支援者からの聞き取り等
 - 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
 - ・作業場面（計測・パソコン・軽作業等）の観察
 - ・職業適性検査、ワークサンプル等
 - 心理・適応の評価
 - ・行動やコミュニケーションに関する観察
 - ・本人や家族、支援者からの聞き取り等
 - 環境の評価
 - ・生活、家庭、職場環境等の聞き取り
 - ・地域の社会資源やサービスの検討等

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

日常生活機能チェックシート

項目	内容	評価	備考
1	起床	2	0
2	洗面	2	0
3	着替	2	0
4	食事	2	0
5	排泄	2	0
6	移動	2	0
7	買い物	2	0
8	調理	2	0
9	掃除	2	0
10	洗濯	2	0
11	入浴	2	0
12	通院	2	0
13	公共交通機関	2	0
14	通学	2	0
15	通社	2	0
16	通園	2	0
17	通塾	2	0
18	通寺	2	0
19	通公園	2	0
20	通図書館	2	0
21	通郵便局	2	0
22	通銀行	2	0
23	通郵便局	2	0
24	通銀行	2	0
25	通郵便局	2	0
26	通銀行	2	0
27	通郵便局	2	0
28	通銀行	2	0
29	通郵便局	2	0
30	通銀行	2	0
31	通郵便局	2	0
32	通銀行	2	0
33	通郵便局	2	0
34	通銀行	2	0
35	通郵便局	2	0
36	通銀行	2	0
37	通郵便局	2	0
38	通銀行	2	0
39	通郵便局	2	0
40	通銀行	2	0
41	通郵便局	2	0
42	通銀行	2	0
43	通郵便局	2	0
44	通銀行	2	0
45	通郵便局	2	0
46	通銀行	2	0
47	通郵便局	2	0
48	通銀行	2	0
49	通郵便局	2	0
50	通銀行	2	0

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

支援目標	
●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
●社会生活力の向上	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
●自己認識の向上	体験をとおして気づきを深め、強みを理解して苦手なことに対処できる

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

支援計画 (例)	
ご本人の希望 ご家族の希望	できる事を考慮して自分で生活したい、行動範囲を広げて、自分でできることを増やしてほしい
目標	1ヶ月、2ヶ月、3ヶ月、4ヶ月、5ヶ月、6ヶ月、7ヶ月、8ヶ月、9ヶ月、10ヶ月
体力・集中力の向上	運動・散歩の励み、生活リズムの調整、呼吸器体操
作業の正確性の向上	指差しや手帳の活用、作業の標準化、作業手順の作成・共有
スケジュールに沿って行動する	アームやホワイトボードの活用、加算の手帳、移動予定の管理
薬の飲み忘れをなくす	薬品管理の帳簿・薬品ボックス
身だしなみを整える	身だしなみの指導、洗濯機
お金を計画的に使う	お金の管理、貯蓄
一度分の料理を作る	調理の指導、調理器具の活用、お金の管理
スーパーで買い物をする	お金の管理、調理器具の活用
公共交通機関を利用する	公共交通機関の案内、乗車券の購入
清潔な環境を、整理整頓	掃除の指導、掃除機、洗濯機
生活の片づけ	整理整頓の指導、ゴミの分別、洗濯機

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

訓練プログラム	
	月 火 水 木 金
9:00	ホームルーム・朝の会
10:00	プランニング 園芸訓練 調理訓練 就労準備訓練
11:00	日常生活訓練 学習ワーク
12:00	昼休み
13:00	園芸訓練 調理訓練 就労準備訓練
14:00	作業手順訓練
15:00	掃除・夕の会

※ 各々の状況や自覚に応じて、園播・体育・個別訓練・自動車運転訓練・施設見学・体験実習・訪問訓練等を追加し、訓練プログラムを作成します。

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

朝夕の会・プランニング・まとめ	
【目的】	<ul style="list-style-type: none"> ●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 (集団ルールの増進・役割意識の向上・他者理解) ●自己理解の向上
	<p>① 朝の会</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 目付、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 <p>② 夕の会</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 掃除 ● 一日の振り返り、発表 ● 目標の達成状況の確認 <p>③ プランニング (月・朝の会後)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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 <p>④ まとめ (金・夕の会後)</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 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

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

朝の会・夕の会	
朝の会・夕の会	朝の会・夕の会
プランニング・まとめ	プランニング・まとめ

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

園芸訓練	
【目的】	<ul style="list-style-type: none"> ●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 ●集団ルールの理解 ●ストレス対処 ●達成感
	<ul style="list-style-type: none"> ●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)

特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

31

学習ワーク

【目的】

- 得意に感じる知識を得る
- 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
- 集団ルールの理解
- 注意・集中力、理解・判断力、問題解決能力の内上

① 注意・集中
例) ロマ字計算・簡易図式・簡易取りクイズ
スリーヒントゲーム・後出しじゃんけん

② 情報処理
例) 毛織ゲーム、船しりとり・1ドワードクイズ
紙の上は何でしょう・虫歯は誰だ


③ コミュニケーション（協調性）
例) 他己紹介・顔形伝達ゲーム・集団給食
無人船ゲーム・空対空・ストーリーボードペ
ジエスパーゲーム・SST

④ コミュニケーション（言語）
例) 単語札り・漢字札り・熟語札り
言葉を下さい・深層リレーゲーム

⑤ 記憶
例) 記憶しりとり・9メモリー・新道向クイズ
メモ取り神経衰弱・感覚オリンピック

⑥ 実行機能
例) 異物シミュレーション・楽譜ゲーム
記憶クイズ・ルート探索

⑦ 読書理解
例) 高次脳機能検査シナプス(ディメンション)
パリアフリーワーク



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

32

メモ練習

【目的】

- 聞いたことを正しくメモする
- メモしたことを正しく理解し活用する

目標

【伝達把握】

- 感情的信頼への注意保持
- メモをとる

【情報処理】

- 要点（4W）を捉える
- 要点を整理する
- 必要な情報を抜き出す

【伝達理解】

- 要点（5W1H）を覚える
- 要約する
- 正しくかき取りやすく書く

【伝達伝達・修正】

- 要点に伝達する
- 正しくかき取りやすく送る
- 必要に応じて簡略化する


内容（例）

自己紹介・相談文・電話文などの穴埋め、添削

連絡事項・出来事・レシピ・相談文などの穴埋め、簡・簡・簡・4Wゲーム

ニュースや説明文の要約、簡・簡・簡・5W1H

伝言メモの書き取り、添削対応、1分間スピーチ



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

33

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・刀、折り紙
- 折り紙
- 包袋等

② 結素材

- マクラメ
- 折りひも等

③ 組み立て

- ブロック
- スティック等



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

34

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）
- 取寄せ
- 季節行事
- 外出
- 教養



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。

35

家族教室（家族心理教育プログラム）

【目的】

- 障害や制度、サービスについての理解を深める
- 家族間上の交流や支え合いを促す
- 家族のニーズを探り、訓練や支援に活かす


① 講義

- 症状と対応方法
- 社会資源
- 支援事例
- 家族による講演 等

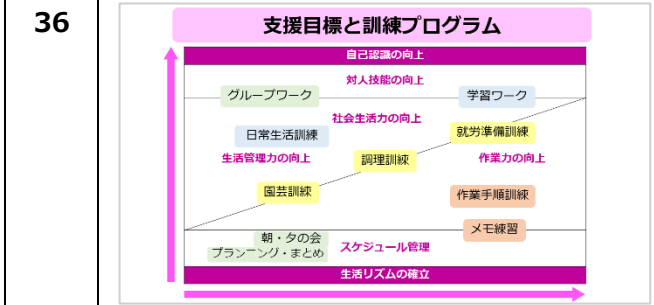
② 訓練見学

③ 意見交換会

※対象例：
● 復讐希望利用者の配偶者
● 若年期発達利用者の両親
● 20～30代利用者のきょうだい等



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。



特定の生活訓練サービスの取組について紹介する場合は、必要に応じて内容を修正してください。