

生活訓練での移動支援の 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
自立訓練部生活訓練課
水谷 宣昭

生活訓練について

サービス		対象者	定員	期間	訓練の内容
障害福祉サービス	生活訓練	主に高次脳機能障害のある方で、自立した生活を送るために訓練を必要とする方	30名	24か月以内 (原則)	<ul style="list-style-type: none">・生活リズムの確立・生活管理能力の向上・社会生活技能の向上・代償手段の獲得・作業耐性の向上

集団訓練

- ・社会生活技能
- ・スケジュール管理
- ・農園芸
- ・調理
- ・リハスポーツ、
- ・レクリエーション 等

サービス内容

個別訓練

- ・身辺管理
- ・家事動作
- ・移動
- ・コミュニケーション
- ・作業療法
- ・職業準備訓練 等

高次脳機能障害とは？

主な原因

- ・脳外傷（交通事故など）
- ・脳血管障害（脳出血、脳梗塞など）

その他の障害

- ・失語症
- ・失認症
- ・失行的障害
- ・半側空間無視
- ・地誌など

主な症状

記憶障害

新しいことが覚えられない、何度も同じことを聞く、約束が思い出せないなど

注意障害

ぼんやりしていて取り残される、ミスを繰り返す、作業が続かないなど

遂行機能障害

計画を立てて行動できない、仕事の期限が守れない、途中で投げ出してしまふ、指示がないと行動できないなど

社会的行動障害

感情や欲求のコントロールができない、対人関係が築けない、強い拘りをもってしまふなど

自己認識

自分の障害についての認識がない、うまくいかないのは他人のせいだと思ってしまうなど

訓練の内容

- 記憶力自体は鍛えられない
- 正しい内容の強化と反復学習
- メモや電子機器の活用といった代償手段の獲得
- 行動のパターン化や環境整備 等

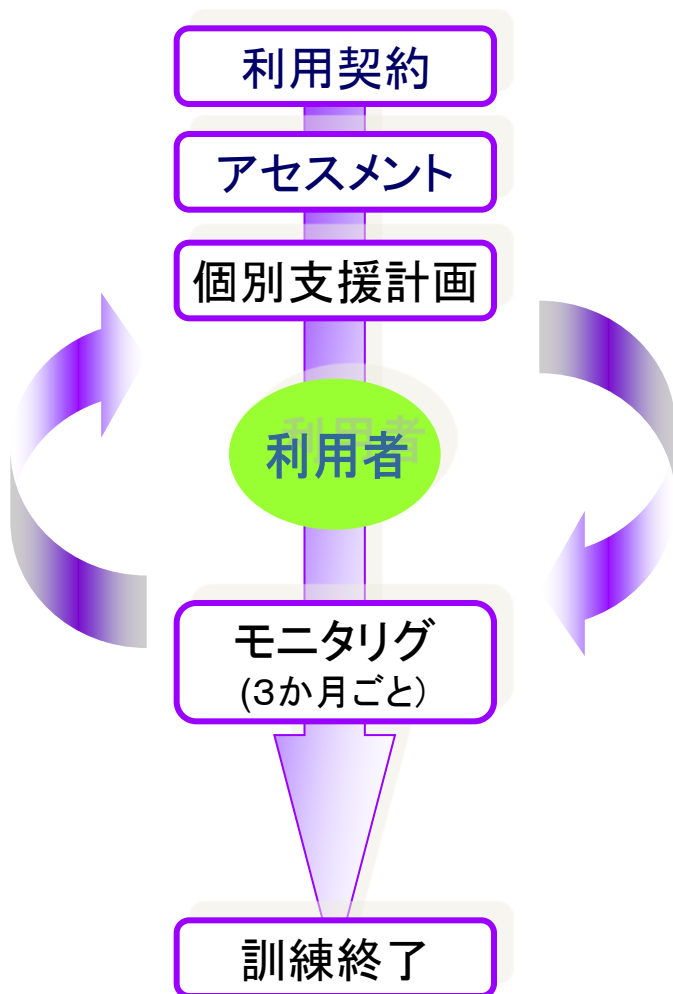
- 集中できる時間を徐々に延長
- 処理速度を落としてひとつずつ実行する
- チェックや言葉で確認する習慣
- 余分な刺激を除く 等

- マニュアルの作成や行動のパターン化
- メモや図式を用いて説明
- 誤りに対してはその場でこまめにフィードバック
- 正しい方法のこまめなガイド 等

- 不適切な言動への気付きを促すための合図を出す
- 不適切さを説明し、望ましい行動を示唆する
- 拘りに捕らわれずに本来の計画を意識化する 等

- なぜ訓練を受けているのかの理解を促す
- うまくいかない原因を客観的に振り返ることの習慣化 等

訓練の流れ



利用契約

- 重要事項説明書の説明と同意
- 利用契約の締結

アセスメント

- ご本人、ご家族の意向、ニーズの確認
- アセスメントの実施

障害の状況に応じて、評価を組み合わせ
て実施。行動面の観察(動作確認)や家族、関係
機関からの聞き取りも行うことも重要。

- 課題の整理と目標の設定
- 訓練プログラムの検討

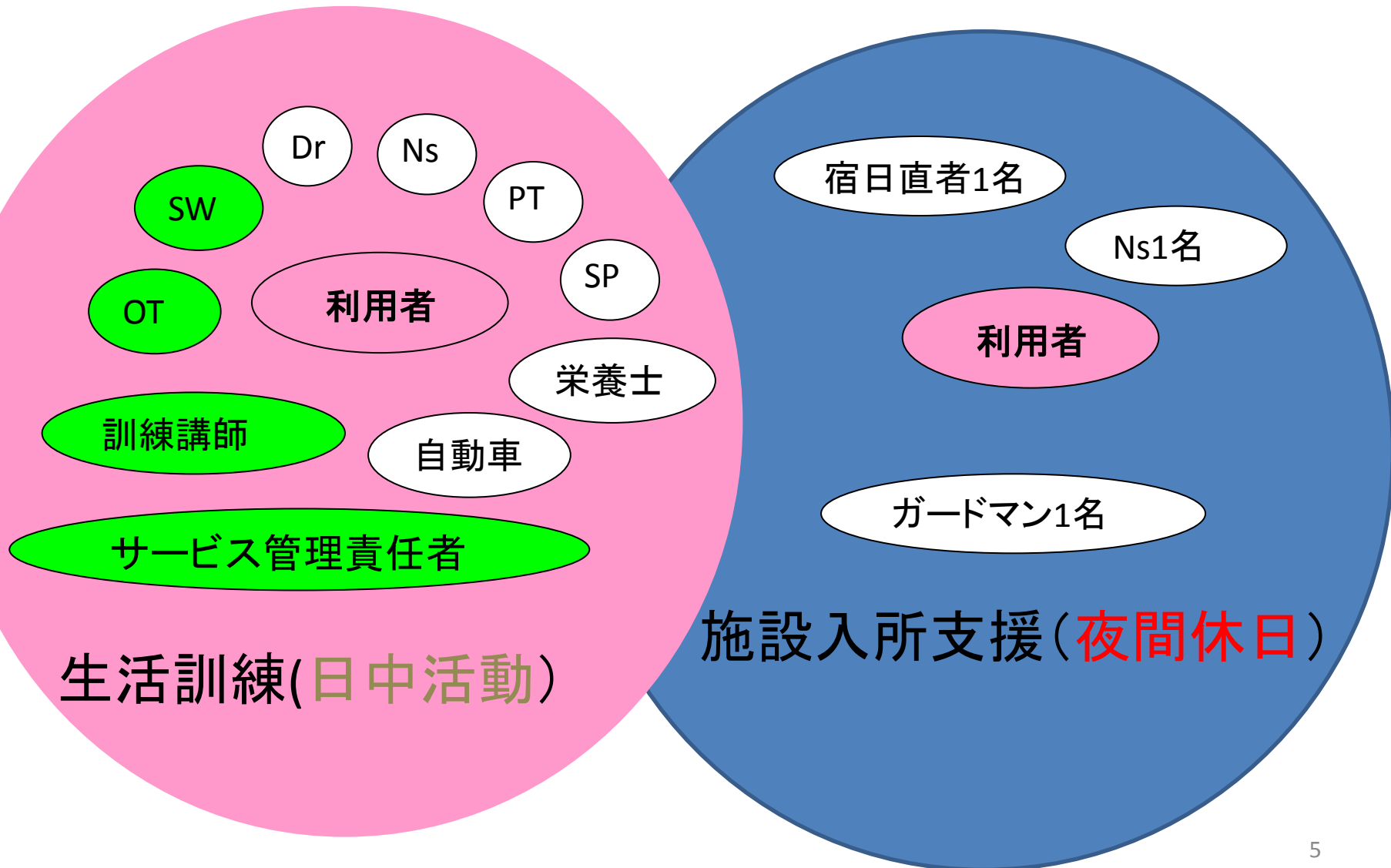
個別支援計画

- 個別支援計画の策定
- 個別支援計画の説明と同意

モニタリング

- 訓練、支援状況のモニタリグ
- 目標の修正、再設定
- 支援計画の修正、変更

支援体制



目的

●スケジュール管理

予定表や携帯電話等を活用しながら、日課に沿った行動ができるようにします。

●社会生活技能の向上

対人関係や日常生活を振り返り自己認識を高めることで適切な対処方法を身に付け、様々な場面で状況に応じた行動ができるようにします。

●生活管理能力の向上

服薬管理、調理、洗濯、掃除、公共交通機関の利用など、生活に必要な活動を身に付けます。

●作業能力の向上

様々な作業場面を通じて、得意なことを活かしながら必要な代償手段や環境、作業内容を具体化します。

週間スケジュール

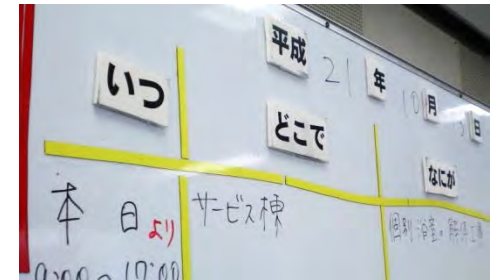
	月	火	水	木	金
9:00	HR・朝の会	HR・朝の会	HR・朝の会	HR・朝の会	HR・朝の会
10:00	プランニング	園芸 調理 就労準備			GW (グループワーク)
11:00	日常生活訓練 学習ワーク				
12:00	昼休み				
13:00	園芸 調理 就労準備	学習ワーク・プリント学習 個別OT			園芸 調理 就労準備
14:00	作業手順				メモ練習
15:00	掃除・夕の会				掃除・夕の会 まとめ
16:00	フリータイム・面接など				



朝夕の会・プランニング・まとめ

【目的】

- スケジュール管理のための代償手段の選択・活用
- 日課や連絡事項の自己管理
- 協調性・集団ルールを理解
- 目標に対する意識付け
- 自己認識の向上



①朝の会・夕の会

- 体調・気分の確認
- 生活リズムの獲得
- コミュニケーション能力の向上
- 役割の理解と遂行

②プランニング・まとめ

- 課題に対する理解の向上
- 課題の共有と対策の検討
- 行動の振り返り
- 他者への理解



①朝の会・夕の会

B 「朝の会」司会進行マニュアル

1 はじまりのあいさつ 一筆むつらチェック

「それでは朝の会を始めます。立てる方は、ご返してください。」
「おはようございます。今日も一日がんばりましょう。よろしくお祈りします。」(戻ってください)

2 出来 一筆むつらチェック

「出席をとります。〇〇さん、△△さん・・・」
(出席を取りながら、右の表に記入する。)

国語	算数	理科	社会	山田	山田	佐藤	佐藤	伊藤	伊藤	鈴木	鈴木	山本	山本	高橋	高橋
英語	音楽	図画	体育	前田	前田	佐藤	佐藤	伊藤	伊藤	鈴木	鈴木	山本	山本	高橋	高橋

3 日付の確認 一筆むつらチェック

「今日の日付の確認をします。」「今日は、平成何年何月何日ですか?」(指名して、答えてもらう。)

4 体調や気分の聞き取り 一筆むつらチェック

「皆さん、今日の体調や気分はいかがですか?」(〇〇さん、今日の体調や気分はいかがですか?)
(一人ずつ指名して聞き、最後に司会者が答える。)

5 今日の当番の確認 一筆むつらチェック

「今日の当番を確認してください。」(〇〇さん、今日の当番は何ですか?)
(一人ずつ指名して聞き、最後に司会者が答える。)

6 身だしなみチェック 一筆むつらチェック

「次に、身だしなみチェックをします。チェックを始める前に、まず、自分で問題がないか確認してください。」
「2人組になって、自分の身だしなみについて、相手にたずねてみましょう。結果を記入して、点数を付けてください。」
「今日のペアは、〇〇さんと△△さん・・・」(ペアの相手がいなときは、職員にたずねる。)

7 今日の目標の発表 一筆むつらチェック

(全員がチェックが終わったら)「皆さん、チェックできましたか?」
「では次に、今日の目標を発表してください。」(一人ずつ指名し)

身だしなみチェック

★相手にチェックしてもらい、自分で記入しましょう★

平成 年 月 日 ()

自分の名前 ()

チェックしてくれた人の名前 () さん

- ①寝ぐせ、フケはない? []
- ②目やにはない? []
- ③鼻毛は出ていない? []
- ④ひげは伸びてない? []
- ⑤名札はしてきた? []
- ⑥爪はのびてない? []
- ⑦服装は清潔? []
- ⑧他に気になるところはない? []



今日の自分の身だしなみは / 8点

★身だしなみ表は保管し、まとめの時に振り返りましょう★

②プランニング・まとめ

先週の目標	先週の系結果(良かった点・よりよくなった点)	今週の目標	目標達成に必要な方法
・名札を持ち歩く ・約束を守る(課題の提出) ・スケジュール帳にメモをやる!	・名札は持ち歩き、手帳を提出 ・調理手帳を忘れた、焼く時間を ・炬は自分では出来に思ひ。	・朝寝に力をいれる ・忘れ物はない ・不明金を出さない ・提出物を忘れずにやる	・緊張感をもって勉強する ・忘れ物(提出物など)をしないよう、スケジュール帳にメモをやること ・スケジュール帳にメモをやること ・スケジュール帳にメモをやること
・遅刻・忘れ物をしていない ・次の予定も考えて行動する	・遅刻出来に ・遅刻に慣れていない	・遅刻・忘れ物はない ・次の予定も考えて行動する	・スケジュール帳をよく確認する (1つ先の訓練もチェックする)
・下話時間は一息つく ・グイェト	・下話時間を一息つく ・目標(加減)にたはらな。	・下話する時に一息つく、をあげる ・体重をへらす	・毎日意識してつづける ・並木架はたのび配
・遅刻・忘れ物をしていない ・時間を守る	・遅刻・忘れ物をしていない ・下話時間は一息つく、をあげる	・訓練をしっかりやる ・時間通りに訓練に出席する!	・めんどうくさいけど、元氣と気に出席する
・入浴 週3~4回やる ・作業をストランドで作す	・疲れてきて入浴のことがあった ・集中して取り組むことができた。	・入浴 週3~4回やる ・しっかりとやる(右手)	

振り返り表 平成 年 月 日 ~ 月 日

~今週の目標~ *目標は前の週と同じでも構いません。大事なことはいつも同じです!
*3つなくてもOK。

	目標 ベスト3	そのためにはどうしたらよいか?(具体的に・・・)
①		
②		
③		

日付	訓練名	チェックポイント				担当者コメント	目標についてどうだったか?	
		①出席	有/無	③忘れ物	無/有		良かった点	改善する点
/ (月)	ホームルーム・朝の会・プランニング	①出席	有/無	③忘れ物	無/有			
		②遅刻	無/有	④体調・気分	○/△/×			
	①出席	有/無	③忘れ物	無/有				
	②遅刻	無/有	④	○/△/×				
	①出席	有/無	③忘れ物	無/有				
	②遅刻	無/有	④	○/△/×				
	①出席	有/無	③忘れ物	無/有				
	②遅刻	無/有	④	○/△/×				
	訓練以外		○/△/×		○/△/×			

~今週の結果~

	回数	理由
欠席		
遅刻		
忘れ物		
身だしなみ (〇以外の数)	回数	理由

日常生活訓練

【目的】

ADL・IADLの実行能力の向上と習慣化による日常生活の自己管理

①健康管理

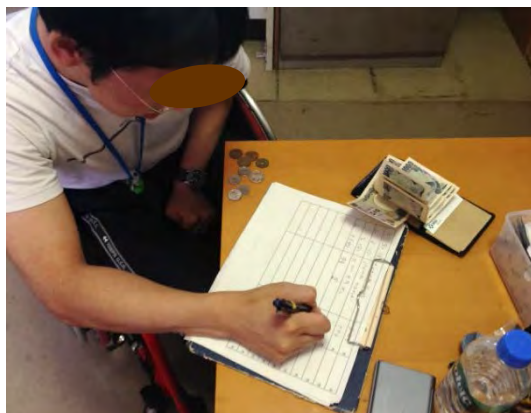
- ・服薬管理
- ・体調管理

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



出発前の確認事項

- ・火を止めたか？
 - ・電気は全部消したか？
 - ・ラジオは切ったか？ 
 - ・窓は閉めたか？
- 全部確認し、出来ていれば、
鍵を掛けて出発！ 



⑥生活体験プログラム

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
- ・集団ルールの理解
- ・ストレス発散
- ・達成感の充足



【内容】

- ・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、調理など)

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 - オクラの着根つくり
目標	オクラ 集中して収穫まで達成する
自己評価	じくじく観察しました。
感想	あっぱれな収穫でした。
その他	
確認	集中して取り組む姿、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
(手順書、アラーム、タイマー等)
- ・作業耐性の向上
- ・自己認識の改善
- ・役割意識の獲得
- ・コミュニケーション
- ・達成感の充足



【内容】

①立案・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

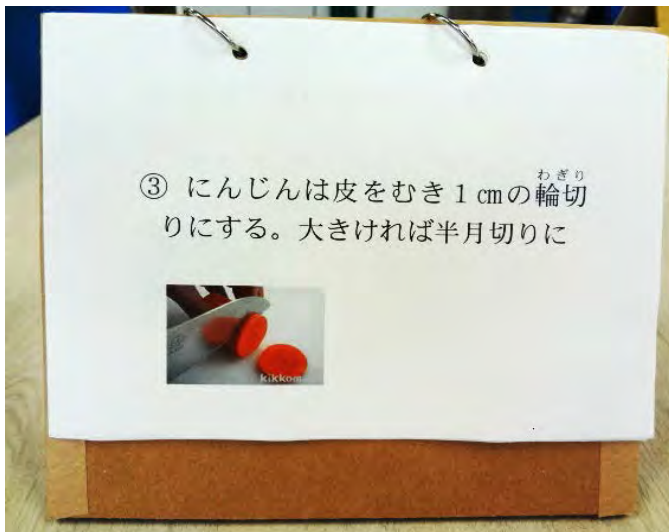
買い物リストの作成、金額の予想
店内移動や品物選択、援助依頼、支払い
調理のタイムスケジュールの確認

③調理

代償手段や補完方法を使用して実施

④振り返り

課題の達成度を確認し対策を立てる



就労準備訓練

【目的】

- ・基本的な職業準備性・職場マナーの向上
- ・作業遂行能力の向上



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

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

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

・メモ練習

・手順書練習

・ビジネスマナー

基礎訓練

※「就労移行支援のためのチェックリスト」と振り返りシートを使用して月間目標設定

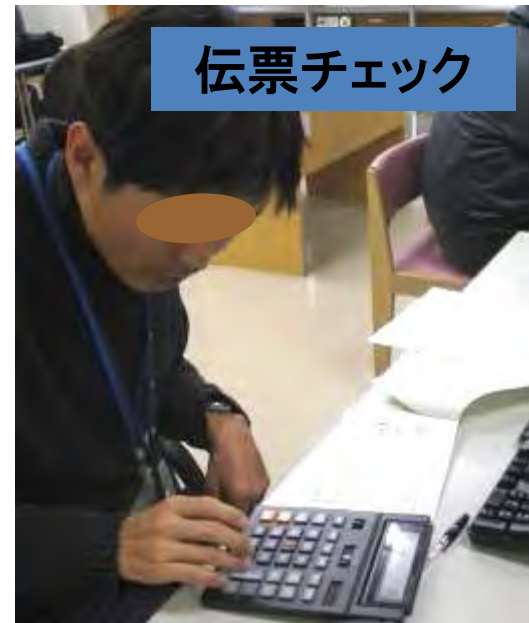
封入作業



郵便物仕分け



伝票チェック



検品・箱詰め作業



検品作業



共同作業



メモ練習

【目的】

聴覚的情報の獲得に向けたメモの活用

1. 【 】日夕方、()などで震度【 】弱を観測する地震がありました。()沿岸部に津波警報が出され、多くの人が急いで避難しました。8日午前の集計で、けが人は【 】県の計【 】人でした。

5 7 8 14 東北地方 宮城県



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日竣工して、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。22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日雨が降ら

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
5月2日	東京スカイツリー		
2008年7月	着工		
2008年7月10日	竣工		
2007年7月22日	お目当ての店		
9:30			

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

電話対応者: _____

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	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 メモの確認と抜き出し	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、電話対応