

こんなときどうしたらいいの？

高次脳機能障害

かわりのコツ

ハンドブック

目 次

はじめに

高次脳機能障害とは 2

高次脳機能障害を理解するための
キーワード 2

お話するときのコツ 3
コラム 5

対応を考えるときのコツ 6

こんなときどうする？ 8

イライラしている
メモが取れない
作業に抜けがある
約束の時間を守れない
こだわりが強い
金銭管理ができない

Q & A 20

コラム 23

支援や対応に悩んだときは 24

はじめに

高次脳機能障害は、外見からは症状がわかりにくく、同じことでも場面や状況によって「できたり、できなかったり」する特性があります。そのため、高次脳機能障害のある方への対応は難しいと感じる方も少なくないのではないのでしょうか。専門職であっても、戸惑いや難しさを感じる場面は多くあります。

しかし一方で、障害特性を踏まえた関わり方や支援の工夫によって「対応しやすくなった」「関係づくりが楽になった」と実感できることも少なくありません。高次脳機能障害は、「難しい障害」ではありますが「対応できない障害」では決してありません。

支援者の関わり方を変えたり、適切な環境調整を行ったりすることで、ご本人の混乱や困難さが軽減し、重く見えていた障がいが、まるで薄皮を一枚ずつはがすように和らいでいくこともあります。支援は、症状そのものを変えるだけではなく、「生活のしやすさ」や「生きやすさ」をつくる力を持っています。

本ハンドブックでは、高次脳機能障害の障害特性が現れやすい場面を想定し、日常の支援や関わりの中で活用できる具体的な対応の工夫やコツをできるだけわかりやすくまとめました。

高次脳機能障害の方の生活における日々の支援の中で「少し困ったとき」「対応に迷ったとき」に、気軽に開ける一冊としてご活用いただけましたら幸いです。

高次脳機能障害とは？

高次脳機能障害とは脳の病気やケガなど*で脳がダメージを受けたことにより、注意力や記憶力・言語・感情のコントロールなどがうまく働かなくなる認知機能の障害です。中途障害のため、以前できていたことがうまくいかなくなり、日常生活または社会生活に支障をきたします。外見からは分かりづらく「見えない障害」とも言われます。

*高次脳機能障害の原因

- 脳血管障害－脳梗塞・脳出血・くも膜下出血 など
- 外傷性脳損傷－事故、転落、転倒などにより硬膜外血腫・脳挫傷、びまん性軸索損傷 など
- その他－脳炎、窒息や心筋梗塞などによって起こる低酸素脳症、脳腫瘍など

高次脳機能障害を

理解するためのキーワード

1

目に見えない障害

- ・周囲の人から『見えない』ため誤解を受けやすい
- ・本人にも『見えない』ため障害を自覚することが難しい

2

中途障害

- ・ある日突然に今までできていたことができなくなる
- ・本人だけでなく、家族もどう受け止めていいかわからない

3

多彩な障害像

- ・さまざまな症状があり、もともとの性格や環境によって、症状の現れ方が違う
- ・100人いれば100人違う

4

ムラがある

- ・ちょっとした変化に影響されやすい
- ・同じことでも、日・時間帯・精神状態・疲労の影響によって、できるときとできないときの差が大きい

お話するときのコツ

静かな場所で時間に余裕をもって話を聞く

注意障害や脳疲労により集中することが難しくなります。面談をする際には、集中してお互いの話が聞けるよう、静かで気が散りづらい環境が適しています。様子をみながら休憩をはさんだり、別日に分けたりします。また、情報処理力の低下や遂行機能障害などにより、端的に伝えることや相手の話をすぐに理解することが苦手になっている場合もあります。時間に余裕をもって、急かさず話を聞くことが大切です。

ポイント 高次脳機能障害のある方は脳疲労を起こしやすく、自分自身では自覚がしづらいです。疲れの有無を聞いても「大丈夫です」と言ってしまうことがあります。脳疲労のサイン（あくび・そろそろ・ぼーっとするなど）がみられたら、疲れ切る前に休憩を促しましょう。

要点を短くゆっくり伝える

情報処理力の低下などにより、たくさんの情報を一度に伝えられると頭の中で処理が追いつかないことがあります。短い文で区切りながら簡潔に伝えることが大切です。「今日の話は〇〇の話です」「今日は3つお話があります」など面談の目的や内容をはじめに伝えるとよりわかりやすくなります。ひと項目ずつ伝え、途中でご本人の理解を確かめることも大切です。

ひとつひとつ具体的に尋ねる

症状のひとつに『自分の症状に気づきづらい・自分が何ができて何ができないのか気づいていない（病識の低下）』ということがあります。また、情報処理力の低下や失語症などにより、理解しきれないまま「はい」「大丈夫です」と答えてしまうことがあります。ひとつひとつ具体的に話を聞いていくことが大切です。

- ✕ よくある質問の例： 食事はどうですか？ 「大丈夫です」
- 具体的に工程に分けて聞く時の例： 献立を自分で決めることはできますか？
食事の準備の買い物は自分でできますか？
適切な時間に食べられていますか？

ポイント 食事をとる、着替えをする、お風呂に入るなど基本的な日常生活は問題がなくても、金銭管理や社会的手続き、調理など支援が必要なことがあるかもしれません。ご家族や他の支援者にも聞くことで、よりご本人の全体像（何ができて、何ができないか）を捉えることができます。

大事なことはメモに書いて渡す

記憶障害などにより話の内容を忘れたり間違えて覚えてしまうことがあります。ご本人が後で確認できるように話の要点（今日の話のまとめ）や次回の約束、持ち物などメモに書いてお渡します。ご本人と支援者の理解が一致していないこともあり、後々、大きな誤解やトラブルにつながる可能性があります。ご本人がどのように理解されているか、支援者の意図が伝わっているか、メモを見ながら確認することが大切です。

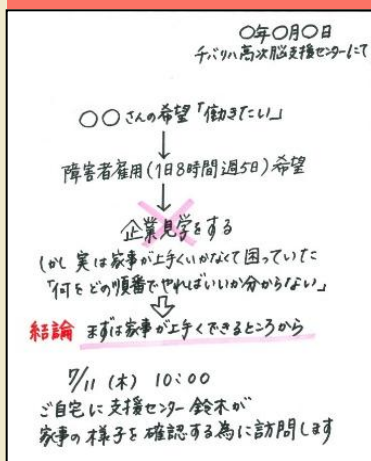
ポイント

メモの書き方

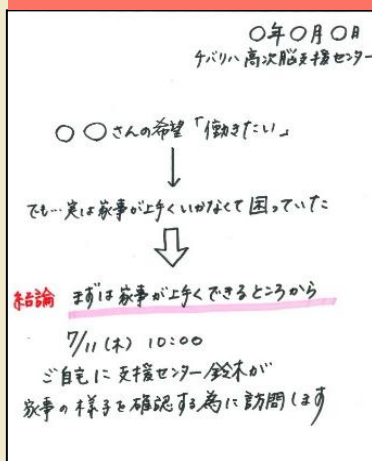
情報をしぼる（必要なことだけをシンプルにまとめる）ことが大切です。

面談の「経過と結論」を簡潔に残す方法と面談の「結論だけ」を簡潔に残す方法があります。後から見てご本人が混乱しないことが大切です。どちらが合っているか初めからはわからないので、繰り返しながら「その方に合った提示方法」を探っていきます。

経過と結論を残す



結論だけを残す



本人がメモした内容を確認する

ご本人がメモする場合には、後から書こうと思って忘れてしまうことがあるので、ご本人が使用している手帳やスマートフォンのアプリなどがあれば、その場で書き込みや入力をしてもらうよう促します。ご本人に内容を復唱してもらい、一緒に内容を確認します。

家族を支援する

ご家族もどう対応すればよいかかわらず、戸惑っています。ご本人がなぜそのような行動をするのか、どのような対応をすればよいのか、家庭内でも統一した対応ができるよう伝えていきます。また、今後の支援について、見通しをお伝えします。ご家族だけで抱え込まないように、支援者間の対応を統一することも大切です。同じ境遇の方とお話をする機会（家族会など）について情報提供することもよいでしょう。

千葉県内の家族会などの情報は、千葉県高次脳機能障害者支援センターホームページをご参照ください。



◀ 【家族会情報】
千葉県高次脳機能障害者支援センター ホームページ

ポイント

高次脳機能障害のある方は一見するとコミュニケーションに問題がないように見えても、ご本人の話の内容と実際の生活や仕事の様子など、ギャップがある場合も少なくありません。ご本人だけでなく、ご家族からも話を聞いていくことで、よりご本人の生活の様子を把握することができます。

コ

ラ

ム

通じなくなった「あれ」「これ」

私たちは、家庭の中では多くの言葉を省略して会話をしています。「あれ取って」「これどうする？」といった言葉でも自然と意味が通じることがあるのが日常です。けれども、高次脳機能障害のある方の中には、こうした曖昧な表現が生活のしづらさにつながる場合があります。たとえば「ちょっと出かけてくる」という一言。言う側にとっては何気ない言葉でも、受け取る側にとっては、

- ・どこに行くのか分からない
- ・何をしに行くのか予測できない
- ・どれくらいで帰ってくるのか分からない

という“わからなさ”が重なり、不安やイライラにつながってしまうことがあります。

「今までは通じていたのに、どうして？」そんな戸惑いを感じたときは、その場のやりとりや状況をできるだけ具体的に、支援者や専門職に伝えてみてください。小さな違和感の中に、支援のヒントや関わり方の糸口が隠れていることも少なくありません。日常の何気ない言葉が、誰かの不安になることがある。そうした視点を持つこと自体が、支援の第一歩なのかもしれません。

対応を考えるときのコツ

どんなとき？

1 どのような場面で課題となる行動が起きるか観察する

(時間帯・場所・相手・天気・体調・作業内容 など)

ご本人に合った工夫・環境は？

3 ご本人に合った工夫を考える/ご本人に合った

①「見える化」 ②「ルーティン化」

「**見えない障害**」のため、自分ではそれがなぜ起こっているのか、多いです。周囲が起こっている理由を考えて、具体的な対応策を考える際には以下の3つがポイントです。

- ①「**見える化**」 ご本人が何をすればよいか見てわかるように
- ②「**ルーティン化**」 イレギュラー対応は苦手なため、スケジュールや作業を固定するなどの工夫
- ③「**対応方法の統一**」 障害特性により捉え違いや混乱が起きないように

症状と照らし合わせることで
その方に合った対応を
考えやすくなります



理由は？

2 「高次脳機能障害」の症状だとしたら 何に当てはまりそうか考えてみる

作った環境を整える

3 「対応方法の統一」

るのか、どうしたらよいのか考えることは難しいことが
策を立てていくことが大切です。

かるようにする。

1日のスケジュールや作業の流れなど事前に伝える、

ど、やるべきことはルーティン化する。

生じやすいので、周囲の対応を統一する。

こんなときどうする？

イライラしている

通所先で人にあたる

ちょっとしたことで怒ってしまう



高次脳機能障害の視点で考えてみよう

例

どんなとき？	原因は？
夕方になるとイライラしている	『 脳疲労 』で疲れてイライラしている
作業中、周りに人がいるとイライラしている	『 注意障害 』で周りの人の声や動きが気になって、集中ができず、イライラする
作業途中に指摘や助言をすると「わからなくなった」とスタッフに怒る	『 記憶障害 』で作業が中断されると前後の作業がわからなくなり、混乱し、イライラする
指示を受けた後、すぐに作業を始めず、イライラしている	『 遂行機能障害 』で優先順位をつけることができず、何から始めたらいいかわからなくなり、イライラする
他の人の様子を見て、「さぼっている」と言って、イライラしている	『 社会的行動障害 』で感情のコントロールができず、ささいなことでも怒ってしまう

対応を考えてみよう

✓脳疲労【こまめな休憩で脳疲労を予防する】

- ・1時間に1回声かけをして休憩をとってもらう。
- ・脳疲労の自覚がないことも多いため、アラームをかけて、鳴ったら休憩をすると決め、疲れの自覚がなくても休憩をとってもらう。
- ・イライラする様子がみられたら、声かけをして休憩を促す。ご本人が落ち着いてからイライラが脳疲労のサインかもしれないということを伝え、対策と一緒に考える。

✓注意障害【集中しやすい方法や環境を探る】

- ・ヘッドフォンや耳栓をつける、静かな環境で作業をするなど、聴覚刺激を減らす。
- ・壁側を向いて作業をし、視覚刺激を減らす。

✓記憶障害【声かけのタイミングを考える】

- ・作業途中ではなく、作業のキリがいいタイミングで声かけをする。
- ・作業途中で声かけをする場合は、今どこをやっていたか進捗を書いてもらう。
- ・作業を再開する際に、次どこから行えばいいか、具体的に指示をする。

✓遂行機能障害【優先順位をつける】

- ・何から始めればよいかひとつずつ具体的に伝える。
- ・今日の作業を書き出してもらい、一緒に優先順位を考えながら作業の順番を決める。

✓社会的行動障害【切り替えを促す、イライラしそうな時の対策を考える】

- ・イライラしている時には、声かけて気持ちの切り替えができそうなきっかけを示す。
(場所を変えるよう促す、違う話題を出す、お茶やトイレを促すなど)
- ・なぜイライラしたのか否定せず理由を聞く。
- ・落ち着いてから事実を振り返り、次に同じことが起きた時どうすればよいか、対策を考える。

イライラのサインを見つける！

イライラから怒ってしまう前に、「イライラのサイン」が現れていることが多いです。
「ため息をつく」「貧乏ゆすりをするなど体が動く」「姿勢が崩れる」などがサインとして現れることがあります。サインが見えたら、声かけをして切り替えができるよう促します。

メモが取れない

メモを取るように言っても取らない
メモを取っても活用できない



高次脳機能障害の視点で考えてみよう

例

どんなとき？	原因は？
指示を伝えてもメモを取る様子がない	『 注意障害 』で注意が散漫になり、指示者に集中できていない（そもそも指示を聞いていない）
メモを取ろうとはしているが、書き始めることができない	『 遂行機能障害 』でどこに何を書いたらいいのか判断ができない
メモは書いているが、メモの内容が正しくない	『 記憶障害 』で指示の内容を覚えることができず、言われたことをすべて書くことができない
	『 注意障害 』で聞きながらメモをするという注意の配分ができず、聞き漏らしや聞き間違いがある
どこにメモを書いたかわからなくなって、メモを参照できない	『 記憶障害 』でどこに何を書いたのかわからない

対応を考えてみよう

✓ 注意障害【指示者に注意を向けてもらう】

- ・「今から大事なことを言いますね」など、本人の注意が向いてから指示を伝える。
- ・指示は1対1で伝える、静かな環境で伝えるなど、本人が集中しやすい環境で伝える。

✓ 遂行機能障害【メモが取りやすいフォーマットを考える】

- ・「本日用うこと」「気をつけること」など、項目を作り、書き込む場所がわかるような作業日報などを作る。「今から『気をつけること』を伝えます」など、書き込む場所がわかるように項目を伝える。

作業日報の例 ▶

作業日報	
日付:	年 月 日
本日用うこと	
気をつけること	
本日のふりかえり	
<よかったこと>	
<指摘されたこと>	
<次回気をつけること>	

✓ 記憶障害【指示はひとつずつ、短くシンプルに伝える】

- ・指示は一度に伝えるのではなく、ひとつずつ、端的に伝える。
- ・ご本人のメモを取るペースに合わせて、指示を伝える。

✓ 記憶障害【メモを取るツールはひとつに統一する

/内容によってメモを書く場所を決めておく]

- ・スケジュール手帳、メモ帳、スマートフォンのメモ機能など、ご本人が使いやすいものを1つ決め、それにメモを取るように促す。
- ・スケジュールを書く場所、タスク（宿題・to do）を書く場所を決めておく。ご本人が慣れるまではどこに書けばいいのか声かけをする。

そもそも…メモを取ることは難しい！

メモを取るためには、話に注意をむける、話に集中する、話の内容を覚える、覚えた内容を理解する、理解した内容の要点をまとめるなどの力が必要です。注意力・記憶力・遂行機能などさまざまな認知機能が求められます。これらの認知機能が苦手になっている高次脳機能障害のある方にとっては、メモを取ることは難しくなります。

「メモを取ってください」と伝えるだけでなく、その方がメモを取りやすい工夫や環境を考えることも大切です。また、正しくメモが取れているか一緒に確認することも大切です。

作業に抜けがある

手順書を渡しているが、
手順書通りに作業ができない



高次脳機能障害の視点で考えてみよう

例

どんなとき？	原因は？
手順書を見つけることができない	『 注意障害 』で机の上から必要なものを見つけることができない
手順書の内容を理解できていない	『 注意障害 』で文字だけの手順書だとどこに注目をしたらよいかわからず、内容を理解できない
手順書を見ているが、手順書の項目を飛ばしてしまう	『 注意障害 』で見るべきところに注意を向けられず、項目を飛ばしてしまう
ひとつの項目が終わった後、次の項目に移れず、同じ項目をやってしまう	『 記憶障害 』でどこをやっているのかわからなくなってしまう
自分の気になるところから作業を始めてしまう	『 遂行機能障害 』で全体の見通しを立てて、作業を進めることができない

対応を考えてみよう

✓ 注意障害【手順書をわかりやすく決まった場所に置く】

- ・机の上に「手順書置き場」を作り、必ずそこに手順書を置くように声かけをする。
- ・手順書をボードなどに張って立てて置き、机の上で他の書類と混ざらないようにする。

✓ 注意障害【文章をシンプルにする/

図や絵を入れて本人が理解しやすい手順書にする】

- ・ひとつの文章に複数の工程を入れるのではなく、ひとつの文章にはひとつの工程にする。
(例：× 3本ずつ袋に入れたらシールを貼り、封をする⇒○ ①3本袋に入れる ②シールを貼る)
- ・文字だけでなく、写真や絵を入れて、視覚的にわかりやすい手順書にする。

✓ 注意障害【注目すべき箇所をしぼる】

- ・必要な項目の下に定規や下敷きなどを当て、必要のない項目は見えないようにするよう促す。
- ・単語カードのようにひとつのページにひとつの項目を記載し、終わったらめくるよう促す。
- ・目だけで確認するのではなく、指差し・声出しをしながら内容を確認するよう促す。

✓ 記憶障害【目で見てどこまでやったかわかるようにする】

- ・手順書にチェックボックスを作り、ひとつ工程が終わったらチェックをするように声かけをする。



✓ 遂行機能障害【優先順位をつける/見本を置く】

- ・何から始めればよいかひとつずつ具体的に伝える。
- ・完成図がわかるように見本を置いておく。

気をつけましょう！と言っても…意識だけで気をつけることは難しい！

注意障害や記憶障害などがあると、気をつけようとしても、気持ちや意識だけでは、ミスを防ぐことは難しいです。

「気をつけてね」という声かけではなく、同じミスが起らないようにその方に合った具体的な対策を考えることや工夫をすることが大切です。

約束の時間を守れない

約束した時間に遅れる

約束した時間より早く来すぎる



高次脳機能障害の視点で考えてみよう

例

どんなとき？	原因は？
約束した時間を間違えて覚えていて、約束した時間に遅れる/早く来すぎる	『 記憶障害 』で正しい約束した時間を覚えていない
約束した時間は覚えているが、約束した時間に遅れる/早く来すぎる	『 遂行機能障害 』で時間の見積もりを立てることが難しく、目的の時間に合わせて、起きる時間や家を出る時間を決めることができない
約束した時間に普段は間に合うが、電車の遅延などがあると遅れる	『 遂行機能障害 』でイレギュラーなことが起こると新たな経路を探すなど、他の行き方を計画することができない
ちょうどよい電車やバスの時間はわかっているが、約束した時間に遅れる	『 遂行機能障害 』で行動のきっかけ作りが難しく、時間通りに家を出ることができない 『 注意障害 』で何かに意識が向いていると時間に意識が向かず、家を出る時間が過ぎてしまう(例: 汚れが気になって掃除を始めて時間のことを忘れる)

対応を考えてみよう

✓ 記憶障害【時間を確認できるメモを渡す】

- ・時間を書いたメモを渡す。ご本人がスケジュール帳やスマートフォンにメモをする場合は正確にメモができていないか確認する。

✓ 遂行機能障害【時間の見積もりを具体的に立てる】

例：9：00までに目的地に到着する

- ・9：00ギリギリに間に合うように目標を立てていることも多いので、まずは10分前に着くようにするなど、余裕を持った時間設定にするよう促す。
- ・自分が思っている時間と実際にかかっている時間が違っていることも多いので、身支度や朝食にどれくらい時間がかかっているか具体的に確認をする。
- ・目で見ても確認ができるように起床時間、家を出る時間、電車の時間など、具体的な時間を書いて渡す。

✓ 遂行機能障害【イレギュラーが起きたときの対応を事前に決める】

例：電車の遅延で、予定通りの乗り継ぎができない

- ・①事前に別路線やバスでの行き方を調べておく。②遅延したときには、通所先に電話をする、駅員さんに確認する、など対応方法を決めておく。③本人がいざという時にすぐ確認できるもの（スマートフォン・手帳など）に別の行き方や対応方法をメモしてもらう。

✓ 遂行機能障害【行動するきっかけとなるスイッチを作る】

- ・家を出るまでのスケジュールを紙に書き出し、スケジュールを見ながら行動できるよう促す。スケジュールは家の中でご本人が必ず見るところに貼るように促す。
- ・着替えや持ち物の準備などをする5分前にアラームをセットし、鳴ったら準備を始めるよう促す。

✓ 注意障害【行動を切り替えるスイッチを作る】

- ・家を出る10分前、5分前、出発時間に合わせてアラームをかけるよう促す。

こだわりが強い



自分のやり方を通そうとする



高次脳機能障害の視点で考えてみよう

例

どんなとき？	原因は？
「歩くことは体によい」と思い、次の日くたくたになっても歩き、周囲が歩きすぎはよくないと伝えても行動が変わらない	『 社会的行動障害 』の中の症状の『 固執 』で、ご本人なりの持論にこだわりやすくなっている
通所先に物をいっぱい持ってきてロッカーがあふれているが、必要だからと言って物が減らない	『 記憶障害 』でどこに何が置いてあるのか、わからなくなり、不安になって物を持ってきてしまう 『 注意障害 』で必要な物をすぐに見つけることができず、必要な物がないと思い、物を持ってきてしまう

こだわりの裏に…実は他の高次脳機能障害の影響があるかも！

高次脳機能障害の中には社会的行動障害という症状があり、症状のひとつに固執（こだわり）があるため、症状自体は変えられないと支援者の方に思われることがあります。

実は注意障害や記憶障害の影響で、そのような行動になっているということもあります。

他の高次脳機能障害の影響を考えてみることも大切です。

対応を考えてみよう

まずは理由を聞いてみる

理由を聞いてみるとご本人なりの理由や価値観があることが多いです。

一般的な価値観や常識で正誤を伝えても納得が得られないことがあります。

✓ 社会的行動障害・固執【メリット・デメリットを書き出し、 損か得かで考える】

例：歩くことはリハビリになる ご本人なりの理由：家族のために健康でいる必要がある

- ・客観的なデメリットを伝える：家族のためを思っている行動はともよいと伝えたとで、歩きすぎることにより、疲れて翌日の仕事に影響が出るなど、デメリットを伝える。
- ・損か得かで考える：歩くことで得られること（体力がつくなど）、歩きすぎないことで得られること（家族と過ごす時間が増える、翌日の仕事に支障が出ないなど）を書き出し、ご本人にとって、その行動をすることが損か得かを一緒に考える。
- ・「その行動をなくす」のではなく、「回数や頻度を減らす」などルールを決める：健康的に歩くための歩数を相談して決める。

✓ 記憶障害・注意障害【物の住所を決める】

- ・ロッカー内の物の置き場を決める。どこに何を置けばいいのかわかるのか、必要な物がどこにあるのか、目で見てわかるようにラベルなどを貼る。
- ・〇〇は何個までとルールを決めて、そのルールもロッカー内など、ご本人の目に入る場所に明示する。

無理に変えなくてもよいこともあるかも！

周囲が気になることであっても、周囲に影響がなければ、無理に変えなくてもよいこともあります。時には「まあいいか」と思うことも大切です。

金銭管理ができない

お金を使いすぎて足りなくなる



高次脳機能障害の視点で考えてみよう

例

どんなとき？	原因は？
必要のない物を買って、 お金が足りなくなる	『 社会的行動障害 』の中の症状の 『 脱抑制 』で、ほしいと思うと 行動を止められず、買ってしまう
月末になるとお金が足りなくなり、 必要な支払いができないが、 「お金はあるはず」と言う	『 記憶障害 』でお金をいくら使って、 いくら残っているのかを覚えておくことが できない
	『 遂行機能障害 』で全体のお金を把握 して、計画的にお金を使うことができない

対応を考えてみよう

✓ 社会的行動障害：脱抑制【ブレーキを作る】

- ・物を買ったら、必ず紙に書き出す、スマートフォンにメモで残すなど、「何にお金を使ったのかわかるようにする」と決め、支援者が定期的に確認する。
- ・例：「5000円以上の物を買う時には相談をする」とルールを決める。決めたルールを常に確認できるように、①パソコンに「5000円以上の物を買う時は相談」と書いた付箋を貼ってもらう。②スマートフォンのホーム画面に「5000円以上の物を買う時は相談」と書いたメモが表示されるように設定する。
- ・約束を守ることができたら、ポジティブフィードバックを行い、よい行動を強化する。

✓ 記憶障害・遂行機能障害【収支が目に見えてわかるようにする】

- ・収入と支出を書き出して、ご本人に呈示する。
- ・1日、1週間、1カ月など、ご本人がどの間隔なら管理できるのか把握し、ご本人に任せる間隔を決める。
- ・日常生活自立支援事業など、福祉サービスの利用を提案する（自分1人でがんばるより、人に任せると楽になるという経験があるとサービスの受け入れがスムーズになることがあります）。

自立を目指すために…ヘルパー支援を導入することも！

金銭管理の自立を目指すために、家計簿作成やレシート管理をヘルパーさんと一緒に行うという方法もあります。繰り返しの支援でできることを増やします。



Q & A

Q

1

事実を伝えても否定される

A

1

受け入れたくない気持ちを理解する
/長期的な視点で関わる

- ・高次脳機能障害は自分自身で障害を認識しづらいこと、認識していても受け入れることはつらい/受け入れたくないと思っている気持ちがあることを理解する。
- ・上記の心理面に配慮しながら、まずはご本人のがんばっていることやできていることを具体的に伝える。
- ・ご本人の課題などを伝える際には、一緒に確認をしながら事実をメモなどに書き、苦手になっている点、対策や工夫点をセットにして伝える。
- ・対策や工夫を実践して、うまくいった際にはポジティブにフィードバックする。

★ご本人が気づきを深めるには年単位を要することもあります。

気づきの無理強いは逆効果になります。

支援者は焦らず、長期的な視点で関わるのが大切です。

Q

2

支援を提案しても受け入れて もらえない

A

2

ご本人の納得感を得るための方法を探る

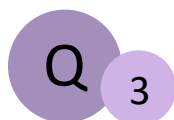
- ・ご自分でがんばっていることを認めつつ、「こうしたらもう少し楽になるかも？」など、ご本人にとってメリットになりそうな切り口から伝えてみる。
- ・ご本人のモチベーションを維持しながら、スモールステップでできることを提案する。
- ・目標を達成するまでのステップを紙に書くなど見える形で提示する（例：「働きたい」という希望がある方に対して、まずは働くための準備として週5日活動できる体力をつけましょうなど、ご本人の目標を否定せず見通しを伝える）。
- ・他の支援機関で専門的な相談や評価（例：高次脳機能障害者支援センターに相談をする、医療機関で高次機能評価を受ける、障害者職業センターで職業評価を受ける、など）を提案する。客観的に自分の状態を知ることによって支援を受けるきっかけにする。

★高次脳機能障害者支援センターなどに相談し、ひとつの支援機関で抱え込まないようにしましょう。

ご本人が支援を受けたいと思うタイミングを待つことも大切です。

すぐには支援につながらなくても、仕事や生活がうまくいかないなど実際の困りごとに直面した後、支援につながる場合があります。

そのためには、困りごとをキャッチできるようご本人が相談しやすい環境を作って、関係が途切れないようにすることも大切です。



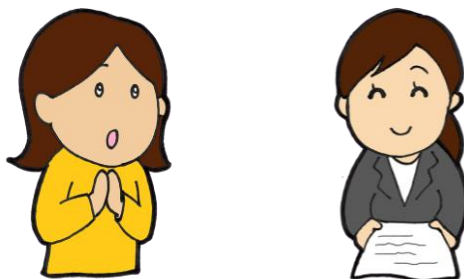
ご家族に支援を受け入れてもらえない
ご家族に障害の理解がない



受け入れてもらいやすい支援から
アプローチする

- ・ご家族にとってもご本人の状態をどう受け止めてよいのかわからないことを理解する。
- ・ご家族にとって受け入れしやすいメリット（例：所得の減少を補い、生活の安定を支えるための障害年金、生活しやすくなるための各種サービスなどの選択肢が広がる障害者手帳など）の説明や手続きのサポートをしながら関係性を築いていく。
- ・ご家族が抱え込みすぎないように高次脳機能障害者支援センターや家族会など、相談先の情報提供をする。

★ご家族のライフステージが変わるときなど、支援が必要になることがあります。
ご家族にとっても相談しやすい環境を作って、関係が途切れないようにすることも大切です。



コラム

「できないこと」を探す支援になっていませんか

経済的な保障や各種サービスにつなぐためには、本人の「苦手になったこと」「できなくなったこと」を伝える必要があります。また、「できる時」と「できない時」がある場合には、できない時の具体的な状況を共有することも、とても大切な視点です。そのため、サービス利用につなげたいという思いから、家族と一緒に「できないこと探し」をする場面も少なくありません。

けれど、以前こんな出来事がありました。

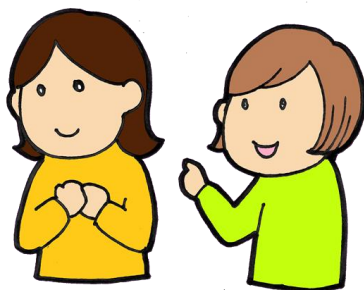
「こんなに“できないこと”ばかりを考えさせられて……あなたは他人だから平気でいられるかもしれないけど、家族は違うのよ」

そう言って、涙ながらに訴えられたご家族がいました。その瞬間、私ははっとしました。

支援のための関わりであったはずが、知らず知らずのうちに家族の気持ちを置き去りにした支援になっていたのだと気づかされたのです。

それ以来、私は「できないこと」をいきなり探したり、探し続けたりするのではなく、まずご家族の想いに耳を傾け、気持ちに寄り添うことを大切にしています。

共感から始まる関係づくりの中で、必要な支援や情報を一緒に整理していく—そのプロセスこそが、次へとつながる支援なのではないでしょうか。



支援や対応に悩んだときは

高次脳機能障害のある方の支援は、医療・福祉・就労・教育などの場面でさまざまな専門的な視点が必要となります。さらに、症状や困りごとが人それぞれ違うため、個別性の高い、オーダーメイドの支援が必要です。ひとつの支援機関で対応するのではなく、多機関で連携していくことが大切です。

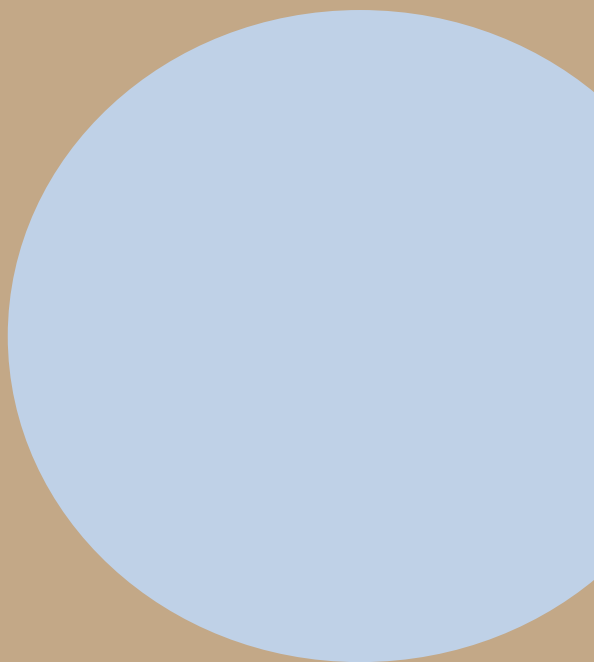
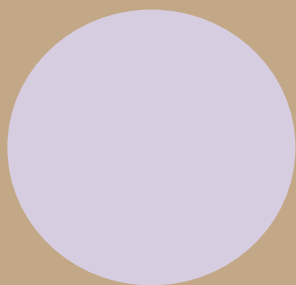
高次脳機能障害者支援センターには
高次脳機能障害支援コーディネーターがいます
お近くの支援センターにご相談ください

千葉県高次脳機能障害者支援センター

- 千葉県千葉リハビリテーションセンター
千葉市緑区誉田町1丁目45番2 043-291-1831

千葉県高次脳機能障害者地域支援センター

- 旭神経内科リハビリテーション病院
松戸市栗ヶ沢789-1 047-385-5566
- 亀田リハビリテーション病院
鴨川市東町975番地2 04-7093-1400
- 総合病院国保旭中央病院（リハビリテーション科）
旭市イの1326番地 0479-63-8111



発行日：2026年6月
制作・発行：千葉県高次脳機能障害者支援センター
(千葉県千葉リハビリテーションセンター)

高次脳機能障害ガイドブック・パンフレット



千葉リハビリテーション
センター
千葉県高次脳機能障害者
支援センターホームページ



高次脳機能障害
サポートガイドブック



千葉県高次脳機能障害者
支援センター
ご案内リーフレット



高次脳機能障害
リーフレット

お問い合わせ

千葉県高次脳機能障害者支援センター
千葉県千葉リハビリテーションセンター
〒266-0005 千葉市緑区誉田町1-45-2
TEL: 043-291-1831 FAX: 043-291-1847