

見えない障害を理解する：
高次脳機能障害の正しい理解と支援のヒント



日常生活への影響と対応の基本Ⅰ (注意障害・記憶障害・遂行機能障害)

国際医療福祉大学 保健医療学部 言語聴覚学科
櫻岡絵里香（言語聴覚士）



セミナーの内容

1. 高次脳機能障害とは
ー「見えない」障害を理解する
2. 日常生活への影響と対応の基本Ⅰ
ー注意障害・記憶障害・遂行機能障害
3. 日常生活への影響と対応の基本Ⅱ
ー社会的行動障害
4. 日常生活への影響と対応の基本Ⅲ
ー失語症
5. 高次脳機能障害のある人を支える地域連携



第2回の内容

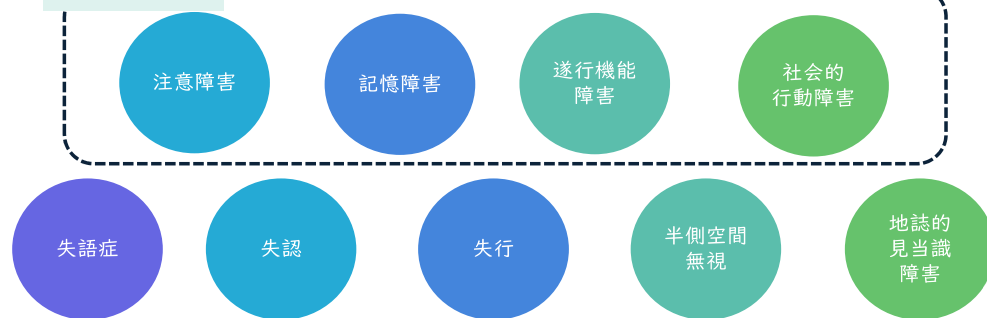
1. 高次脳機能障害のおさらい
2. ぼんやり・うっかりして見える：注意障害の影響とその対応
3. 新しいことが覚えられない：記憶障害の影響とその対応
4. 計画を立てたり臨機応変な対応ができない：遂行機能障害の影響とその対応
5. 対応のまとめ



高次脳機能障害とは

病気や事故により、脳の特定の部位が損傷されて起こる、言語、思考、記憶、注意、感情のコントロールなどの認知機能の障害。

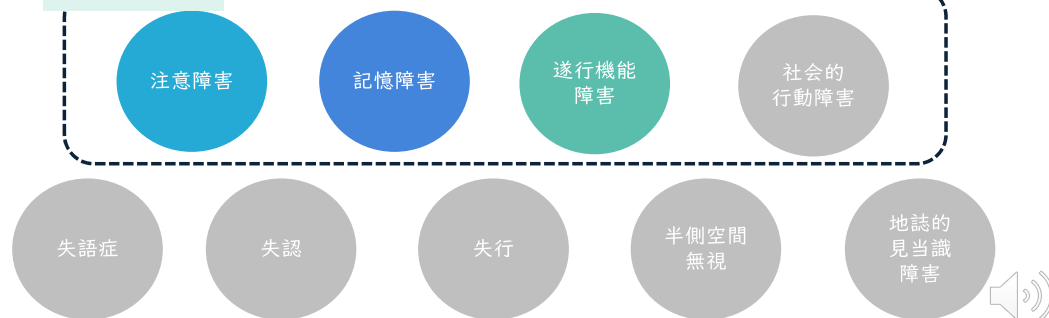
行政的定義



高次脳機能障害とは

病気や事故により、脳の特定の部位が損傷されて起こる、言語、思考、記憶、注意、感情のコントロールなどの認知機能の障害。

行政的定義



ぼんやり・うっかりして見える：注意障害

- ✓気が散りやすく、周囲の音や話し声で作業が中断する
- ✓1つのことに集中が続けられず、すぐに飽きてしまう
- ✓不注意によるミスが多い
- ✓探しているものをなかなか見つけることができない
- ✓話しながら、手作業を続けるなど、2つのことを同時に行うことができない

注意障害に対する対応

□集中できるよう静かな環境を整える

机の上には今使うものだけを置くようにする
部屋を整え、不要なものは片付ける
音楽や生活騒音など、他の人が気ならない刺激にも配慮

□いつも使うものは置き場所を決めておく

探し物が多いとそれだけでも疲れてしまう
よく使うものは置き場所を決めておく

注意障害に対する対応

□時間はかけてOK！

急いでミスが起こるよりも、ミスが起こらずにできるスピードを理解して作業に取り組むと良い

「少し時間をください」と本人から周りに伝えられたらなお良い

□休息も大事な戦略

疲れていると集中が続かないため、集中できる時間を知っておき、適度な休息を挟むことも大切

注意障害に対する対応

□周囲の人は、短い言葉で1つずつ伝える

一度に複数のことを言うと混乱のもと

1つの作業が終わってから次の指示を伝えると良い

□スモールステップでできることを増やす

作業自体に慣れることでできることが増えることも

できる作業から少しずつ取り組んでいく



新しいことが覚えられない：記憶障害

✓数分前に言ったことや頼まれた用事をすぐに忘れる

✓同じことを何度も質問し、同じ間違いを繰り返す

✓人の顔や名前を覚えられない

✓ものをどこに置いたか分からずにいつも探している

✓約束や予定を忘れる

✓今の日付や時間、場所が分からなくなる

✓発症前のことをうまく思い出せない

✓実際には起こっていないことを現実のように話す



記憶の種類

近時記憶：
新しいことを覚える

遠隔記憶：
昔のことを思い出す

即時記憶(短期記憶)：
数秒覚えておく



展望記憶：
未来の予定の記憶

手続き記憶
体が覚えている記憶

意味記憶：
言葉の意味を覚える



記憶障害に対する対応

□周囲の人は、テストをしない

覚えているか確かめる質問をしがち

「誤りなし学習」が重要

誤りを引き出すのではなく、正しい情報を伝えるのが良い

「昨日は何を食べた？」→「昨日はカレーを食べたね」

□いつも使うものは置き場所を決めておく

置き場所をラベルで貼るなどして見たら分かる環境を作る



記憶障害に対する対応

□脳以外の外部メモリーを使う

- 「外的補助手段」と言われる、メモ、メモリーノート、カレンダー、スマートフォンのアラームなど、脳の代わりとして積極的に用いる
- はじめのうちは、外部メモリーの存在を忘れてしまうこともある
- 「メモを書く」、「メモを見る」が体で覚える記憶（手続き記憶）に定着するまで、繰り返す

□周りの人は、要件は必ずメモに書いて渡す

ご本人が自らメモを使うだけでなく、周囲の人の関わりがメモの習慣化を支える



計画を立てたり臨機応変な対応ができない： 遂行機能障害

- ✓計画が立てられない
- ✓段取りが悪くなる
- ✓何から手をつけて良いかわからない
- ✓予想外のことが起きるとパニックになる
- ✓指示がないと動けない
- ✓物事の優先順序が決められない



遂行機能障害に対する対応

□作業の手順を可視化する

作業の手順を書き出したチェックリストや、フローチャートなどの図を活用し、行動を構造化して見える化する

使う順番に道具を並べておく など

□周囲の人の関わり

曖昧な表現を避ける。

「適当に」「いい感じで」→「いつ、どこで、何を、どのくらい」



遂行機能障害に対する対応

□日課をパターン化する

毎日決まった時間に決まった行動をするようにすることで、判断に迷う場面を減らす

□大きな目標を「小さく」分解する

全体像を見て複雑な計画を立てることが難しい

「夕食を作る」→「〇時に買い物に行く」「〇時にご飯を炊く」
「〇時から野菜を切って下準備する」など小さなステップに分解



遂行機能障害に対する対応

□「自分で気づき、修正する」プロセスを助ける

自分で振り返る習慣をサポートする

キーワードは「メタ認知」

＝自分自身の認知の状態や行動を客観的に認識する力

自分で立ち止まり、小さな目標を決め、手順を具体的に書き出す

何が苦手で何ができるかを正しく理解できると、解決の糸口に



注意障害・記憶障害・遂行機能障害への対応

環境を整える

- ・ 静かな環境
- ・ 物の置き場所を固定
- ・ 手順や行動を見える化
- ・ 日課をパターン化

道具を使う

- ・ 外部メモリーとして、メモ、アラームを使う
- ・ 周囲の人にもメモを効果的に使う

心の段差をなくす

- ・ 時間はかけてOK
- ・ 休息も戦略
- ・ 「誤りなし」で関わる
- ・ 曖昧な表現を避ける



参考資料

1. 東京都心身障害者福祉センター（編）. (2023). 高次脳機能障害 ―改訂第6版―
2. 東京都高次脳機能障害支援普及事業 北多摩北部医療圏事務局（編）. (2020). 高次脳機能障害ってなんだろう？（改訂版）. 独立行政法人国立病院機構東京病院
3. 沖縄県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 拠点機関 医療法人タピック 沖縄リハビリテーションセンター病院. 高次脳機能障害ハンドブック：障害の理解編
4. 愛知県福祉局福祉部障害福祉課・愛知県高次脳機能障害相談支援体制連携調整委員会（編）. (2024). ガイドブック：高次脳機能障害について（第4刷）