

厚生労働科学研究費補助金 (障害福祉総合研究事業)

分担研究報告書

青年期発達障害者と両親の自己概念と就労移行訓練効果

分担研究者 北村弥生

国立障害者リハビリテーションセンター研究所

研究要旨：青年期発達障害者の円滑な地域生活移行を目的として、国立障害者リハビリテーションセンターで主として身体障害者を対象に実施していた就労移行支援プログラムを改変し提供したモデル訓練の効果を、利用者および両親による主観的評価と自己概念の変化から明らかにすることを目的とする。平成20年度に訓練を開始した5名の利用者と両親に対して質問紙法による調査を訓練開始初期に実施した。利用者1名は訓練開始後3か月目の中間最終段階において2度目の調査を行った。その結果、以下の結果が得られた。1) 親が就労と自立ができるか否かを心配しているのに対し、利用者が回答した訓練目標は特定の技能の習得であった。2) 利用者の平均年齢24.2歳(幅18-38歳)であり、自己概念得点は対照群に比較して利用者は親友と社会性領域が有意に低かったが、自己価値領域は有意に高かった。3) 父親の自己概念得点は対照群と有意差はなかったが、母親は有意に高かった。4) 中間最終点における自己概念の変化は、利用者、両親ともになかった。これらの結果から以下のことが示唆される。1) 訓練目標を長期目標と短期目標に分けて利用者に理解を促すことが必要なこと。2) 手厚い心理的支援を必要としない利用者がモデル訓練に参加したこと。3) 母親と父親には異なる支援が必要なこと。

研究協力者氏名・所属機関名及び所属機関における職名

上田礼子(沖縄県立看護大学)

石渡博幸(国立障害者リハビリテーションセンター更生訓練所)

遠藤明宏(国立障害者リハビリテーションセンター更生訓練所)

水村慎也(国立障害者リハビリテーションセンター更生訓練所)

篠原慶(国立障害者リハビリテーションセンター更生訓練所)

深津玲子(国立障害者リハビリテーションセンター病院)

A. 研究目的

青年期発達障害者の円滑な地域生活移行への支援訓練の効果を利用者および両親による主観的な評価と自己概念の変化から明らかにすることを目的とする。

B. 方法

国立障害者リハビリテーションセンタ

一における就労移行支援訓練を発達障害者用に改変した訓練を受けた青年期発達障害者5名に対し、訓練初期と終了後に自己概念と訓練への期待(満足度)を質問紙法により調査した。平成20年11月現在、事前調査は5家族、事後調査は1家族に対し実施した。

自己概念は個人の信念体系を発達段階に応じて測定するための尺度であり、発達課題に対応した13領域の質問文に4点法(4点が最も肯定的な回答)で回答する。アメリカの心理学者ハーターが開発した13領域52項目の質問を上田が日本語簡易版化し妥当性を検証した測定尺度を使用した。この尺度については、日本の学童、青年、成人の対照群データがあるため対象群の特性を対照群と比較することができる利点がある。また、要支援者のスクリーニングと支援領域の検出が容易にできることが報告されている。利用者には青年期測定尺度を、両親には成人期測定尺度を用いた。自己の信念体系は通常は短期間では変化しないと考えられていることから訓練前後で自己概念得点が増えることは変化は期待できないが、対象者を対照群と比較し特性を示すこと、長期的な変化を検出することはできると考えられる。

C. 結果と考察

1) 属性

対象者5名中4名は男性であり、平均年齢は利用者24.2歳(幅18-38歳)、父

親56.8歳(幅51-72歳)、母親53.6歳(幅50-65歳)であった。児童精神科と小児神経科の医師による診察では、利用者には二次的な精神学的所見はなかった。

2) 訓練初期における利用者の目標と親の心配

表1に訓練初期における親の心配と利用者の目標を分類して示した。親の心配は「親からの自立」6名、「訓練内容」3名、「家族」2名であった。一方、利用者5名の目標は「生活技能の習得」であった。利用者が長期展望を持ちにくいことは自閉症の特徴であろうが青年期・成人期の発達課題である「就労と親からの自立」の必要性についての認識を、利用者には促すことは訓練の目標設定の段階において重要であると考えられる。自閉症の特徴を配慮して、発達課題を細分化し最終到達点も含めて具体的に提示する工夫が必要であると考えられる。

3) 訓練初期における利用者の自己概念(対照群との比較)(表2)

親友、社会性の2領域の平均点が利用者群は対照群に比べ有意に低かったが、自己価値領域の平均点は有意に高かった。総合点では有意差はなかったことから心理的支援を特に必要とするわけではないと考えられる。親友と社会性領域の値が低いことは自閉症の特徴を示すと考えられる。自己価値領域は自己概念全体を代表するといわれるため、利用者において自

己価値領域の得点が高かったことは、訓練開始時に精神症状を示さない利用者が専門医および専門職者の協力を得てモデル訓練に参加したことを裏付けると考えられる。

4) 訓練初期における利用者の両親の自己概念(対照群との比較)(表3、4)

母親の自己概念得点は13領域中9領域および合計で対照群よりも有意に高かった。地域の特別支援学校(知的障害を伴う自閉症児が約半数を占める)に通う児童生徒の母親の自己概念得点は対照群よりも低い傾向があったことと比較すると注目に値する。自己概念得点は高ければよいわけではないため、母親に対しても配慮が必要であると考え。父親では対照群と領域得点及びその合計共に有意差はなかった。

4. 結論

国立障害者リハビリテーションセンターで就労移行支援訓練を発達障害者に用いた改変した訓練を受けた青年期発達障害者5名に対し、訓練効果を明らかにするために、訓練初期と終了後に自己概念と訓練への期待(満足度)を質問紙法により調査した。その結果、以下のことが明らかになった。

1) 両親は「就労と自立」が心配と回答した者が多かったが、利用者は目の達成課題である技能で答えたこ

とから、利用者には長期目標と分化し具体化した短期目標の理解を促す支援が必要であること。

2) 訓練初期において、利用者と父親の自己概念の合計は対照群と有意差はなかった。一方、母親の自己概念得点は対照群に比べて有意に高く知的障害児の母親の自己概念得点が低いことと対照的であった。したがって、母親への支援方法には留意が必要と考えられる。

E. 健康危機情報

本研究は国立障害者リハビリテーションセンター倫理審査委員会の許可を得て行われた。

F. 研究発表

北村弥生、上田礼子、石渡博幸、遠藤明宏、水村慎也、篠原慶、深津玲子：青年期発達障害者に対する就労移行支援訓練の効果(訓練前後の自己概念の変化)、リハビリテーション連携科学会論文集, 2009, 3.

表1 訓練初期における両親の心配と利用者の目標

事例 番号	父親の心配	母親の心配	本人による訓練目標
1	親亡き後	就労	質問せず
2	就労	訓練	質問せず
3	NA	家庭	生活
4	家庭	訓練	就労
5	就労	自立	人間関係

表2 訓練初期における利用者の自己概念得点平均と対照群との比較

領域	利用者	対照群
自己価値	3.00	2.56
運動	2.00	2.55
親友*	2.40	3.09
容姿	2.60	1.98
道徳	2.60	2.80
知性	1.80	2.19
相互信頼	2.60	2.16
ユーモア	2.60	2.55
母親との関係	3.00	3.09
父親との関係	2.60	2.90
創造性	2.40	2.31
社会性	1.60	2.56
合計	29.50	30.76

表3 利用者の母親、知的障害児の母親、対照群の間の自己概念得点の比較

	利用者の母親	知的障害児の 母親	対照群の母親
自己価値*	3.00	2.48	2.66
運動	2.40	2.24	2.03
養育*	3.00	2.57	2.40
容姿*	3.20	2.72	2.66
道徳*	3.40	3.04	3.18
知性	2.60	2.22	2.20

ユーモア	2.60	<u>2.66</u>	2.44
供給性*	3.20	2.81	<u>2.98</u>
子どもとの関係*	3.40	2.72	<u>3.14</u>
仕事*	3.20	2.43	<u>2.92</u>
家庭管理*	3.20	2.41	<u>2.60</u>
社会性*	3.00	2.38	2.44
合計*	39.40	33.5	<u>34.8</u>

表4 訓練初期における利用者の父親の自己概念得点平均と対照群との比較

	利用者の父親	対照群の父親
自己価値*	2.60	2.76
運動*	2.20	2.29
養育	2.25	2.26
容姿*	2.60	2.80
道徳	3.40	3.21
知性	2.20	2.26
ユーモア	2.40	2.40
供給性	2.80	2.83
子どもとの関係	2.70	2.89
仕事	2.80	2.82
家庭管理	2.40	2.20
社会性	2.65	2.32
合計	33.80	31.53

研究成果の刊行に関する一覧表

書籍

著者氏名	論文タイトル名	書籍全体の編集者名	書籍名	出版社名	出版地	出版年	ページ
深津玲子	発達障害	全国社会福祉協議会	社会福祉学習双書	全国社会福祉協議会	東京	印刷中	

雑誌

発表者氏名	論文タイトル名	発表誌名	巻号	ページ	出版年
深津玲子, 藤井俊勝	遂行機能障害の画像診断	Journal of Clinical Rehabilitation	17	26-31	2008
北村弥生	モンタナ州における発達障害者の就労支援	いとしご	11		2008
北村弥生, 上田礼子, 石渡博幸, 遠藤明宏, 水村慎也, 篠原慶, 深津玲子	青年期発達障害者に対する就労移行支援訓練の効果(訓練前後の自己概念の変化)	リハビリテーション連携科学会論文集			2009
Ogura, K., Shinohara, M., Ohno, K., Mori, E.	Frontal behavioral syndromes in Prader-Willi syndrome	Brain Dev	30	469-476	2008
Sakai, S., Hirayama, K., Ogura, K., Sakai, N., Sudoh, M., Murata, N., Iwasaki, S.	Visual function of a patient with advanced adrenoleukodystrophy: comparison of luminance and color contrast sensitivities	Brain Dev	30	68-72	2008
小倉加恵子, 藤井俊勝, 細貝良行, 篠原真弓, 森悦朗	Prader-Willi 症候群における行動障害と脳血流異常	脳と発達	40	S68	2008
Ogura, K., Fujii, T., Abe, N., Hosokai, Y., Shinohara, M., Takahashi, S., Mori, E.	Changes in regional gray matter volume in Prader-Willi syndrome: a voxel-based MRI study	1st Brain Science Summer Retreat in Matsushima		40	2008

問診票（成人版）

- * より良い診療のために、下記の質問にお答えください。
- * ご記入の際は、お手持ちの母子手帳などをご参照ください。
- * ご記入いただいた内容に関しては、個人情報として外部に漏れることはありません。

記入者氏名： _____

続柄：本人・父・母・その他（ _____ ）

記入年月日：平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日

1. 氏名： _____ 男・女
2. 生年月日：昭和・平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日
3. 住所： _____
連絡先：TEL _____
4. 主なご相談の内容（現在困っていること、気になる癖や行動など）

[_____]

5. 4.が始まった時期はいつ頃ですか。
_____年 _____月頃 あるいは _____歳頃
その時の様子を簡単に記してください。
きっかけとなるような出来事がありましたか。もし、あれば記入してください。

[_____]

6. 4.に書いたご相談事について、今までにどこかで相談されたことがありますか。

ある・ない

____年____月頃 あるいは ____歳頃 どこで： _____

____年____月頃 あるいは ____歳頃 どこで： _____

____年____月頃 あるいは ____歳頃 どこで： _____

今も相談している どこで： _____

7. 4.に書いたご相談事について、今までにどこかで診断・治療を受けたことがありますか。

ない・ある

____年____月頃 あるいは ____歳頃
どこで： _____ 診断名： _____

____年____月頃 あるいは ____歳頃
どこで： _____ 診断名： _____

____年____月頃 あるいは ____歳頃
どこで： _____ 診断名： _____

今も相談している

どこで： _____ 診断名： _____

8. お母様が妊娠中の健康状態についてお聞きします。

健康であった・下記の状態があった（当てはまる項目に○をつけて下さい）
妊娠中毒症・切迫流産・感染症（ _____ ）・Rh型不適合
レントゲン撮影・薬物服用（使用薬剤： _____ ）
飲酒・喫煙・その他（ _____ ）

9. 出生時のことについてお聞きします。

出産場所：（ _____ ）病院・助産所・自宅・その他（ _____ ）

分娩は 自然分娩・吸引・鉗子・帝王切開

逆子（骨盤位分娩）・多胎（双子・それ以上）、首に臍帯が絡んでいた
分娩誘発剤を使用した

その他（ _____ ）

第（ _____ ）週

体重 _____ g 身長 _____ cm 頭囲 _____ cm

アプガースコア（1～10点）の点数をご存知ですか。 （ _____ ）点

10. 新生児期（生後4週まで）のことについてお尋ねします。当てはまる項目に○をつけてください。

黄だんはどうでしたか。 普通・治療を受けた（光線療法・交換輸血）

保育器を使用しましたか。 使用しなかった・使用した（ ）日間

次のようなことはありましたか。

（ ）乳首を吸う力が弱かった （ ）ミルクを口から飲めなかった

（ ）泣き声が弱かった （ ）眠ってばかりいた

（ ）頭に血腫があった

11. 以下のような病気になったことはありますか。

ひきつけ ない・ある （ ）歳

頭部外傷 ない・ある （ ）歳

交通事故 ない・ある （ ）歳

うつ ない・ある （ ）歳

不眠 ない・ある （ ）歳

摂食障害 ない・ある （ ）歳

不安神経症 ない・ある （ ）歳

入院が必要な病気 ない・ある （ ）歳 病名： _____

その他 ない・ある （ ）歳 病名： _____

12. 現在、治療中の病気はありますか。

ない・ある

病名： _____ 治療場所： _____

治療：内服薬（ ） その他（ ）

病名： _____ 治療場所： _____

治療：内服薬（ ） その他（ ）

13. これまでに医療機関で検査を受けたことがありますか。当てはまるものに○をつけてください。

（ ）脳CT・MRI 何か言われましたか（ ）

（ ）脳波検査 何か言われましたか（ ）

（ ）血液検査 何か言われましたか（ ）

（ ）その他 _____

14. アレルギー疾患はありますか。当てはまるものに○をつけてください。

- () 気管支喘息 () 歳から
() アレルギー性鼻炎 () 歳から
() アトピー性皮膚炎 () 歳から
() 食べ物アレルギー (食品名: _____)
() 薬アレルギー (薬品名: _____)

15. 予防接種についてお聞きします。

- BCG (予防接種した・していない)
BCG 後ツベルクリン反応で (陽性になった・陰性のまま・わからない)
DPT (予防接種した・していない)
ポリオ (予防接種した・していない)
はしか(麻疹) (予防接種した・していない・かかった)
三日ばしか(風疹) (予防接種した・していない・かかった)
おたふく風邪(ムンプス) (予防接種した・していない・かかった)
日本脳炎 (予防接種した・していない)

16. 発達の様子について教えてください

- 首がすわった () カ月
一人で座れるようになった () カ月
ハイハイをした () カ月
つかまり立ちをした () カ月
一人で歩いた () 歳 () カ月
意味のある単語を話す(マンマ、ワンワンなど) () 歳 () カ月
二語文を話す(「ワンワン来た」など) () 歳 () カ月

17. 健診のときに何か指摘されたことはありますか。

- 1歳6ヵ月健診 ない・あった ()
3歳健診 ない・あった ()
(5歳健診 ない・あった ())

18. 療育歴はありますか。

- ない・あった
____年____月頃 あるいは ____歳頃 どこで: _____
____年____月頃 あるいは ____歳頃 どこで: _____
今も療育を受けている どこで: _____

19. 学歴についてお聞きします。

(1) 最終学歴に○をつけてください。

中学校・高校・専門学校（高卒後）・短期大学・大学・大学院・その他（ ）

(2) 小学校以降のクラスについて、あてはまるものに○をつけてください。

小学校 普通・特別支援

中学校 普通・特別支援

高校 普通・養護

20. 職業についてお聞きします。

(1) 当てはまる職業に○をつけてください。

会社員・自営業・公務員・パート・アルバイト・無職・学生・その他（ ）

(2) 職業についている場合、現在の職場に何年勤めていますか。（ ）年

(3) これまでにどのくらいの期間、仕事についていましたか。

合計年数を教えてください。（ ）年

21. 福祉サービスについてお聞きします。

療育手帳はお持ちですか。

持っていない・持っている（ ）度（ 年 月 日）発行

身体障害者手帳はお持ちですか。

持っていない・持っている（ ）級（ 年 月 日）発行

精神障害者保健福祉手帳はお持ちですか。

持っていない・持っている（ ）級（ 年 月 日）発行

22. 性格についてお聞きします。当てはまるものに○をつけてください。

無口・おしゃべり・明るい・活発・気が強い・内気・さみしがりや・孤独

粘り強い・頑固・くどい・世話好き・やさしい・温和・あきらめやすい

甘えん坊・わがまま・短気・かんしゃく持ち・見栄っ張り・嘘をつく

神経質・完璧にしないと気がすまない・心配性・几帳面・責任感が強い

意志が強い・冷たい・現実的・現実的でない

その他（ ）

23. 友達が多いですか。

多い・普通・少ない

24. 嗜好についてお聞きします。

お酒 飲まない・飲む () 歳から

タバコ 吸わない・吸う () 歳から

25. 不登校についてお聞きします。

今までに不登校の時期はありましたか。

ない・ある (今までに休んだ合計: 年 月)

時々休んだ () 年 () 学期から

完全に休んだ () 年 () 学期から

休むようになったきっかけは ()

26. ご家族についてお聞きします。

父 氏名: _____ () 歳 (健康・病弱・死亡)

最終学歴: _____ 職業: _____

持病: _____

母 氏名: _____ () 歳 (健康・病弱・死亡)

最終学歴: _____ 職業: _____

持病: _____

兄弟・姉妹 (本人は 人兄弟の 番目)

1. 氏名: _____ () 歳 男・女 職業/学校: _____

2. 氏名: _____ () 歳 男・女 職業/学校: _____

3. 氏名: _____ () 歳 男・女 職業/学校: _____

4. 氏名: _____ () 歳 男・女 職業/学校: _____

5. 氏名: _____ () 歳 男・女 職業/学校: _____

同居者に○をつけてください。

父・母・兄 () 人・姉 () 人・弟 () 人・妹 () 人

父方祖父・父方祖母・母方祖父・母方祖母

その他 ()

同居されている方は合計で何人ですか。

27. 家族関係についてお聞きします。

ご本人とよく話をするご家族: 父・母・兄・姉・弟・妹・その他 ()

ご本人とあまり話をしないご家族: 父・母・兄・姉・弟・妹・その他 ()

28. ご家族・ご親戚で神経科・精神科へ通院もしくは入院されたことのある方はいますか。

いない・いる

1. 続柄：_____ 病名：_____

通院していた・通院している・入院していた・入院している

2. 続柄：_____ 病名：_____

通院していた・通院している・入院していた・入院している

3. 続柄：_____ 病名：_____

通院していた・通院している・入院していた・入院している

29. ご家族にいとこ同士の結婚の方はいますか。

いない・いる (続柄 _____)

ご協力ありがとうございました。

14時からの初診診察

- (1) 13時40分頃、「②初診受付」と書かれた窓口へ行き、名前と「発達障害診療室を受診しに来ました」と言います



↑ 正面玄関に入って右手に、上の写真に示したカウンターがあります

- (2) 受付の人から、初診の際に必要な用紙を出されます
- (3) 用紙に必要な事項を記入し、受付の人に用紙をわたします
- (4) 名前が呼ばれるのを待ちます
- (5) 名前を呼ばれ、保険証や療育手帳等を出すように言われたら、言われたものを出します
- (6) 書類の確認が済むと、診察カードを渡されます
- (7) 診察カードを受け取り、外来受付に行きます

外来受付までの行き方



正面玄関を入った正面に、赤いエレベーターがあります
エレベーターのところに来たら、左に曲がります



突き当たりに、耳鼻いんこう科の外来があります
外来前に来たら、右に曲がります





まっすぐ、進みます



突き当たりに、案内図があります

外来受付 の窓口は、案内図から
右前に進むとあります



受付で、看護師さんに診療カードを渡して、
空いているソファに座って、待ちます



診察室から名前を呼ばれるので、
診察室7番に入ります

- (8) 診察室で、診察を受けます
- (9) 診察が終わり、会計に必要な書類と診察カードをわたされます
- (10) 書類と診察カードを持って、会計に行きます

会計までの行き方



来た道に戻ります



耳鼻いんこう科外来の前に来たら、
左に曲がります



まっすぐに進み、
赤いエレベータの前を右に曲がります



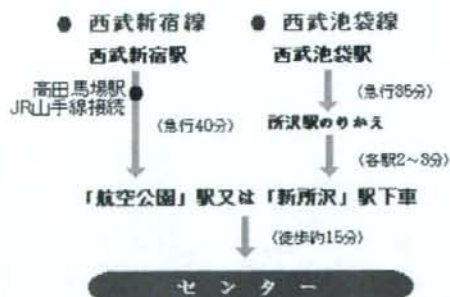
(11) 「④会計・計算」と書かれた窓口に行き、会計伝票を窓口の人にわたします

- (12) 名前が呼ばれるのを待ちます
- (13) 名前を呼ばれたら窓口に行きます
- (14) 支払い金額を伝えられるので、支払いを済ませます
- (15) 帰ります

付: 国立障害者リハビリテーションセンターへの行き方



交通案内



- (1) 航空公園駅、新所沢駅には車イス利用者のためのエレベーターが設けられています。
- (2) 航空公園駅、新所沢駅(東口)からセンターまで点字誘導ブロックが敷かれています。
- (3) 航空公園駅からリフト付き市バス(ところバス)が運行されています。市内にお住まいの障害者の方は特別乗車証を提示することにより無料で利用できます。
- (4) 所沢駅からセンターまでタクシーを利用すると約10分です。航空公園駅、新所沢駅からはタクシーで約5分です

大項目	中項目	小項目	操作的定義
I	健康管理に関する領域		
	A 健康		
		1 服薬管理をする	薬を指定された時間、回数、量に従い服薬する。必要に応じて薬を仕分けする。薬がなくなる時期が分かり、薬がなくなる前に投薬を受ける手だてを取っている。自身で通院等しなくてもよい。
		2 食事管理をする	食事制限があり、必要な食事の量や回数またカロリーや塩分制限等も含め理解し、適切な食事を摂る。必要な食事を準備する。(自分で作らなくともよい)。
		3 怪我の処置をする	怪我をした場合に、洗浄、消毒、止血等適切に処置する。
		4 生理の対処をする	生理用品を適切に使用し、衛生的に処理する。
		5 健康の維持・増進のために自己管理をする	健康管理上必要な医師等からの指示事項(例えば定期受診、血圧、体重等の定期測定等)を指示どおりに行う。障害に起因する健康管理(例えば脊髄損傷者の泌尿器、褥創等に係る自己管理の範囲の事項)を含む。服薬、食事管理を除く。
		6 皮膚の衛生管理をする	全身の皮膚の傷(褥創を含む)、肌荒れ、あかざれ等がない。あっても、処置する。
II	身辺処理に関する領域		
	A 食事		
		1 食事用具を使用する	摂取用具(箸、フォーク、スプーン、ナイフ等)を食品や身体機能に合わせて使用する。食べやすい大きさ、形にする。
		2 こぼさずに食事をする	衣服やテーブル、床等に食品をこぼさず摂取する。こぼさないような配慮やこぼしていないかの確認をする。こぼした場合の対処として自分で拭き取る。あるいは自分で困難な場合は他者に依頼する。
		3 物を倒す・落とすことへの配慮と対応をする	物を倒したり、落としたりしないように配慮する。倒したり、こぼした場合の対処として自分で拭き取る。あるいは自分で困難な場合は他者に依頼する。
		4 調味料を使用する	醤油、ソース、カラシ、わさび、胡椒等を食卓にて使用する。調味料を適量必要な部分につける。汚したりこぼしたりしない。あるいは、汚したりこぼしたことに気がつき適切に処理する。
	B 排泄		
		1 トイレを使用する	一般的なトイレの形状や状況を理解し、トイレを汚さずに利用する。あるいは、汚したことに気づき対処する。手洗い等の衛生管理もする。
		2 失禁等への対応をする	失禁等の際、着がえをする等衛生を保ち、汚れた衣類等を適切に処理する。
	C 入浴		
		1 身体を洗う	全身の汚れを洗い落とす。石鹸等を適量使用し、十分に洗い流す。用具(タオル等の石鹸分が十分すぎる。洗面器等のすすぎ等)を洗浄する。共同利用の場合は、他者へ配慮する。
		2 洗髪をする	頭髮全体の汚れを洗い落とす。シャンプー等を適量使用し、十分に洗い流す。共同利用の場合は、他者へ配慮する。
		3 浴室を利用する	汚れや石鹸等を落とし、浴槽に入る。共同利用の場合は、他者へ配慮する。
		4 身体を拭く	タオル等を利用し、全身の水分を着衣に支障のない状態に拭き取る。体から水が滴るような状態で脱衣所内や室内を移動しない。共同利用の場合は、他者へ配慮する。
		5 清潔な身体を保つ	清潔な身体を保つために定期的に入浴する。おおよそ毎日又は1日おき程度の間隔である。特に汚れたり、夏季に汗をかいた時には、入浴やシャワーで対応する。入浴後適切な下着等に着がえをする。
	D 整容		
		1 手を洗う	手指全体を清潔に洗う。手指の水分を拭き取る。石鹸等を使用する場合は、まんべんなくつけ、泡立ててから残さず洗い流す。外出等から戻った際や食前等に手を洗う必要がある状況を理解する。着衣に石鹸等を付けたり、濡らしたりしないように配慮する。洗面台等周辺への著しい水はねがない。
		2 洗顔をする	顔全体を清潔に洗う。洗顔石鹸等を使用する場合は、泡立てて、まんべんなくつけ、十分に洗い流し、汚れが残らない。着衣に石鹸等を付けたり、濡らしたりしないように配慮する。洗面台等周辺への著しい水はねがない。
		3 髪をとかず	一般社会通念上見苦しくない頭髪である。清潔感があり、フケ等へ対処する。
		4 歯磨きする	歯磨き後、歯に食べ物のかす等がついていない。口の周りに歯磨き粉が残っていない。毎食後または朝晩定期的に磨く。
		5 ひげを剃る	外見上そり残しのない状態に髭を剃る。ひげ剃り用具の安全な使用と衛生管理をする。フォームを使用する場合は、必要な箇所に塗り、洗い流し、拭き取る。髭が伸びていない。髭を伸ばしている場合は、髭を整える。
		6 化粧をする	むだ毛を処理し、基礎化粧品で肌を整える。また、必要に応じてファンデーション、アイメイク、口紅等を適切に使用する。
		7 爪を切る	一般社会通念上、行為に支障ない状態に爪を維持する。上下肢の全指の爪を一定の長さに整える。深爪をせず、切った先端がなめら
		8 耳のケアをする	適切な用具を使い耳掃除をする。外耳及び耳介の汚れがない。外耳が傷ついていない。
		9 鼻をかむ	ティッシュペーパー等を使い、鼻水がでたら鼻をかみ、鼻の周囲がきれいである。鼻毛を処理する。
		10 口を拭く	食事の後の口まわりの汚れに注意を払い、ティッシュペーパーやハンカチ等できれいに拭き取る。よだれがある場合、出たら拭き取る。た
	E 更衣		
		1 衣服を着脱する	下着、ネクタイ、靴下を含む全ての衣服を着脱した際、表裏、組み合わせ等の間違いがない。
		2 状況に合わせた衣服を選択する	季節、天候、気温、場所等の環境に適した服装を選択する。外出の際等、環境や場面の变化を予想し準備する。
		3 衣服の汚れへの配慮と対応をする	衣服の汚れを確認し、清潔な服装を保つ。衣服を汚さない配慮や汚れた場合、拭き取ったり、定期的に着替える。
		4 おしゃれをする	自分の好みに合ったアクセサリーや洋服等を身につけ、おしゃれを楽しむ。

Ⅲ 日常生活関連動作に関する領域		
A 調理		
1	お茶を準備する	お湯を沸かす。お茶の葉(コーヒーの粉)やお湯をこぼさずに適量入れ、湯飲み(カップ)にこぼさずに注ぐ(インスタントでもよい)。
2	炊飯をする	米をこぼさずに、適切に研ぐ。計量した米の量に合わせて水を計量する。炊飯器にセットする。
3	調理補助をする	指示をされた範囲での調理の下ごしらえや準備を見守りなく行う。調理主担当者と共に調理の補助をする。
4	簡単な副食を準備する	1日1食程度の簡単な調理(自分の分のみ)をする。(食事の主たる準備は、家族等が対応する。冷凍、レトルト、インスタント食品を利用してもよい。)
5	調理主担当者として食事(副食)を準備する	生活に必要な全ての食事(主に副食の調理)の調理をする。家族等に対し食事の準備をする役割がある場合には、必要な人数に対する食事の準備をする。
6	食材を管理する	食料品で足りないものが何か知る。古くなった食品を廃棄する。食品の性質や保存期間に応じ、適切な保存方法(場所、温度、容器、包装等)を選択し貯蔵する。
7	後かたづけをする	適量の洗剤等を使用し、調理及び食事に使用した器具、食器等の汚れを洗い流し、水分を取り、所定の場所に収納する。シンク周辺の水はねを拭き取る。特別の事情がない限り、当日中に行い、ためない。また、食卓、台所の清掃をする。ゴミを区別し、処理する。
8	衛生管理をする	台所の衛生的環境を維持する。布巾、まな板、シンク内、冷蔵庫内、調味料入れ、油等を衛生的に管理する。
B 洗濯		
1	洗濯をする	定期的に洗濯をする。着るものがなくなる程度である。洗剤等を適量使用する。洗濯物の製品特性(色落ちへの配慮、繊維の特性)に合わせた洗濯をする。汚れのひどいものは予備洗いをし、洗濯物を洗濯槽から残さず取り、洗濯物を紛失しない工夫をする。
2	洗濯物を乾かす	洗濯したものを干す、あるいは乾燥機を使って乾かす。洗濯物を種類に応じて区別し干す、あるいは乾かす。干し方は、気候に配慮し、床に落ちないような工夫をする。
3	洗濯物を取り込む	乾燥した衣類を取り込む。取り込み忘れがない。洗濯物を引きずったりして、汚さない。対のものをバラバラにしない。必要に応じて洗濯物を整理する(種類別や着用者別に分けて畳み、一定の場所に入れておく等)。
C 衣類管理		
1	衣類を収納する	衣類を部屋の中に散らかしたり、干したままにせず、収納場所に使いやすく収納する。防虫管理が必要な衣類を理解し、必要な用具を利用する。
2	簡単な縫い物や衣類を補修する	簡単なボタン付け、繕い物等をする。糸通し、糸の始末、生地の色と糸の色のマッチング等をする。
3	アイロンを使用する	生地の質にあった温度設定をし、ハンカチ、ズボン、シャツ程度のしわを取り、折り目をつける。やけど、衣服の焦げ等に配慮する。
4	クリーニングを利用する	クリーニングの利用が適当な衣類等(家庭における洗濯では対応できない、あるいはできて技術的に高度であったり、大きな手間を要するもの及び形状を整えることが難しい等)の出し受けをする。利用時期の判断(衣替え時期、使用頻度に応じた時期)をする。何もかも全てクリーニングに出さない。
D 寝具の管理・収納		
1	ベットや布団で寝る準備をする	寝具を常時出しっぱなしにせず、所定の場所にしまう。ベットの場合、ベッド上の寝具を乱雑にしておかない。
2	シーツやカバーを交換する	シーツ、枕カバーを交換する。2週間に1回程度は交換する。
3	布団やマットの衛生管理をする	天候が良く、適切な時間帯に週1回程度は寝具を干す。状況に応じて乾燥機でもよい。
E 掃除		
1	掃除をする	清掃場所の状況に適した用具を使い掃除を定期的に行う。部屋、トイレ、浴室等の清掃をする。清潔な状況を継続的に維持する。床面、窓、各種器具の汚れ、家具のほこり等の除去をする。用具を始末(雑巾を洗う、干す、用具の収納等)する。
2	ゴミを処理する	必要なごみの区別を行う。衛生的に保管し、定期的に衛生的な梱包を行って所定の方法に従い処理する。ゴミの回収ルールを守る。
F 書類整理		
1	書類等を整理・整頓・保管する	証書、領収書、保証書等の書類を無造作に散らかさない。一定の場所にしまう。必要な書類をすぐに取り出す。
G 金銭管理・買物		
1	金銭弁別・受け渡しをする	紙幣、硬貨を種別に分ける。金銭を勘定する。金銭を受け渡す。金額に応じた支払いや受け渡しをする。多額のお釣りがでないような支払いをする。
2	金銭等を保管する	金銭を財布等を用いて所定の場所に防犯を考慮して保管する。すぐに必要としない多額の現金は金融機関に保管する。乱雑に現金を部屋の中等に置かない。キャッシュカード、クレジットカード類、印鑑、通帳を保管する。
3	家計を管理する	収入の範囲内で必要な支出項目を理解する。お金の配分や収入に応じた支出が出来て、概ね収支バランスのとれた家計管理をする。無駄使いをしない。家計簿や小遣い帳を必ずしもつけてなくてもよい。予算を立てて購入する。
4	金融機関を利用する	金融機関の機能、諸手続を理解し、活用する。預貯金、借入れ、公共料金引き落とし、両替、キャッシュカード等を利用する。必要書類の作成をする。あるいは適切な依頼をする。
5	日用品を購入する	必要な品物をどのようなところが取り扱っているか知っている。必要とする品物の規格、適量が分かる。購入後大きさが合わない、形状が違う等の問題が無いように購入する。買い忘れや、余分な物、あるいは使えないものを購入せず、適切な購入をする。単品の購入だけでなく、何かをしようとする際に必要な複数の物品を事前に確認する。
H ハウスメンテナンス		
1	家電器具を使用する	電気、冷蔵庫、テレビ、ラジオ、CD(テープ)録音再生機器程度の電気器具を適切に使用する。
2	庭やベランダを手入れする	庭やベランダを手入れする。雑草、ほこり等が放置されていない。道具が散乱していない。
3	冷暖房器具を利用する	季節や気候の変化に伴い冷暖房器具を準備する。操作する。収納する。管理する。
4	風呂を沸かす	風呂を沸かす。消し忘れや空だきをしない。

IV 移動に関する領域			
A 屋内移動			
	1	室内(自宅等)のレイアウトを理解し、移動する	メンタルマップを描き、移動に伴う自分の位置を定位し、目的場所への方向が分かる。
	2	室内(自宅等)の目的場所を発見する	目的地(部屋、場所等)を発見する。
	3	室内(自宅等)で安全に配慮し、移動する	障害物や他の歩行者との接触、衝突等の危険性がある状況の判断を行う。衝突、接触を回避するための配慮(一時停止、防御姿勢等)及び回避行動をとる。
B 屋外移動			
	1	昼間の既知の目的地へ移動する	昼間時に障害物や車、歩行者との接触、衝突、転倒、転落等の危険性がある状況の判断を行う。それらの危険を回避するための配慮(一時停止、防御姿勢、援助依頼、確認等)及び行動をとり、目的地まで移動する。床屋、コンビニ、飲食店等の目的地。
	2	昼間の未知の目的地へ移動する	昼間時に障害物や車、歩行者との接触、衝突、転倒、転落等の危険性がある状況の判断を行う。それらの危険を回避するための配慮(一時停止、防御姿勢、援助依頼、確認等)及び行動をとり、目的地まで移動する。
	3	夜間の既知の目的地へ移動する	夜間時に障害物や車、歩行者との接触、衝突、転倒、転落等の危険性がある状況の判断を行う。それらの危険を回避するための配慮(一時停止、防御姿勢、援助依頼、確認等)及び行動をとり、目的地まで移動する。床屋やコンビニや飲食店等の目的地。
	4	夜間の未知の目的地へ移動する	夜間時に障害物や車、歩行者との接触、衝突、転倒、転落等の危険性がある状況の判断を行う。それらの危険を回避するための配慮(一時停止、防御姿勢、援助依頼、確認等)及び行動をとり、目的地まで移動する。
	5	移動介助を受ける	移動介助を正しく受ける。
	6	援助依頼をする	他者に対して必要な援助を依頼する。声掛けや必要な依頼事項を伝え、判断をする。
C 公共交通機関の利用			
	1	電車や地下鉄を利用する	電車や地下鉄を利用する。駅構内、ホーム上の移動、切符の購入、料金支払い、乗降に関わる必要動作、料金、時刻、経路確認をする。
	2	バスを利用する	バスを利用する。停留所の移動、切符の購入、料金支払い、乗降に関わる必要動作、料金、時刻、経路確認をする。
	3	タクシーを利用する	タクシーを手配し、利用する。
	4	船や飛行機を利用する	船や飛行機を利用する。港や空港の移動、チケットの予約購入、料金支払い、乗降に関わる必要動作、料金、時刻、経路確認をする。
D 運転			
	1	自動車を運転する	自動車免許がある。自動車を運転する。
	2	バイクを運転する	バイクの免許がある。バイクを運転する。
	3	自転車に乗る	自転車に乗り、障害物や車、歩行者との接触、衝突、転倒、転落等の危険性を判断する。それらの危険を回避するための配慮(一時停止、確認等)及び行動をとり、目的地まで移動する。
V コミュニケーションスキルに関する領域			
A 音声言語によるコミュニケーション			
	1	言語による指示を理解する	言語による簡単な指示を理解する。
	2	言語による質問をする	言語で質問をし、それに対する回答を理解する。
	3	見聞きしたことを述べる	他者やTV、ラジオ、新聞、雑誌、本等から得た情報や話題、あるいは自分で見たものについて、他者に言語で内容や状況を伝える。
	4	伝言を伝える	言語による伝言を理解し、伝えるべき相手に言語でその伝言を伝える。
	5	他者の話を聞き、自分の意見を述べる	他者の話を聞き、自分の考え、意見等を適切に述べる。
	6	場面や相手に合った言葉遣いをする	会話等において、状況や相手に合った言葉遣いや態度で挨拶、受け答え等を行う。
B 読字によるコミュニケーション			
	1	文字での簡単な指示を理解する	文字による簡単な指示を理解する。
	2	簡単な漢字を含む文章の意味を理解する	小学校3年生程度の漢字を含む文章を読んで意味を理解する。
	3	新聞や本を読む	本を読み、内容を理解する。本の種類は問わない。新聞を読み、内容を理解する。記事の分野は問わず、興味のあるものでよい。
	4	簡単な絵や図の意味を理解する	特定の場所やものの形状等の簡単な地図や絵及び非常口、トイレ(男女別)等の一般的マークを見て、意味を理解する。
C 書字によるコミュニケーション			
	1	自分の氏名や住所を書く	自分の氏名や住所を漢字で書く。
	2	日常的に使用する漢字を用いた文章を書く	小学校3年生程度の漢字を含む文章を書く。
	3	メモを利用する	メモを取り、活用する。
	4	はがき、手紙、日記等の簡単な文書をつくる	はがき、便せん等に宛名や用件を書き、切手を貼って投函する。日記、作文等簡単な文章を書く。
	5	簡単な絵や図を描く	特定の場所やものの形状等を他者に説明するために、簡単な地図や絵を描く。
	6	各種用紙へ記入する	宅急便、履歴書、住民票の申請、パスポート申請、年金等の所定様式の欄を理解し記入する。
D 情報機器の使用			
	1	必要とする情報を収集する	必要とする情報を収集する手段を選択し、活用する。情報のレベルは本人が満足するレベルでよい。
	2	メールを利用する	メールを利用する。携帯電話、パソコンどちらでもよい。
	3	インターネットを利用する	インターネットを利用する。
	4	辞書を利用する	国語、漢和等の辞典を利用する。情報雑誌を利用する。
	5	電話を利用する	電話機等を使って、用件を伝えたり、対応をする。