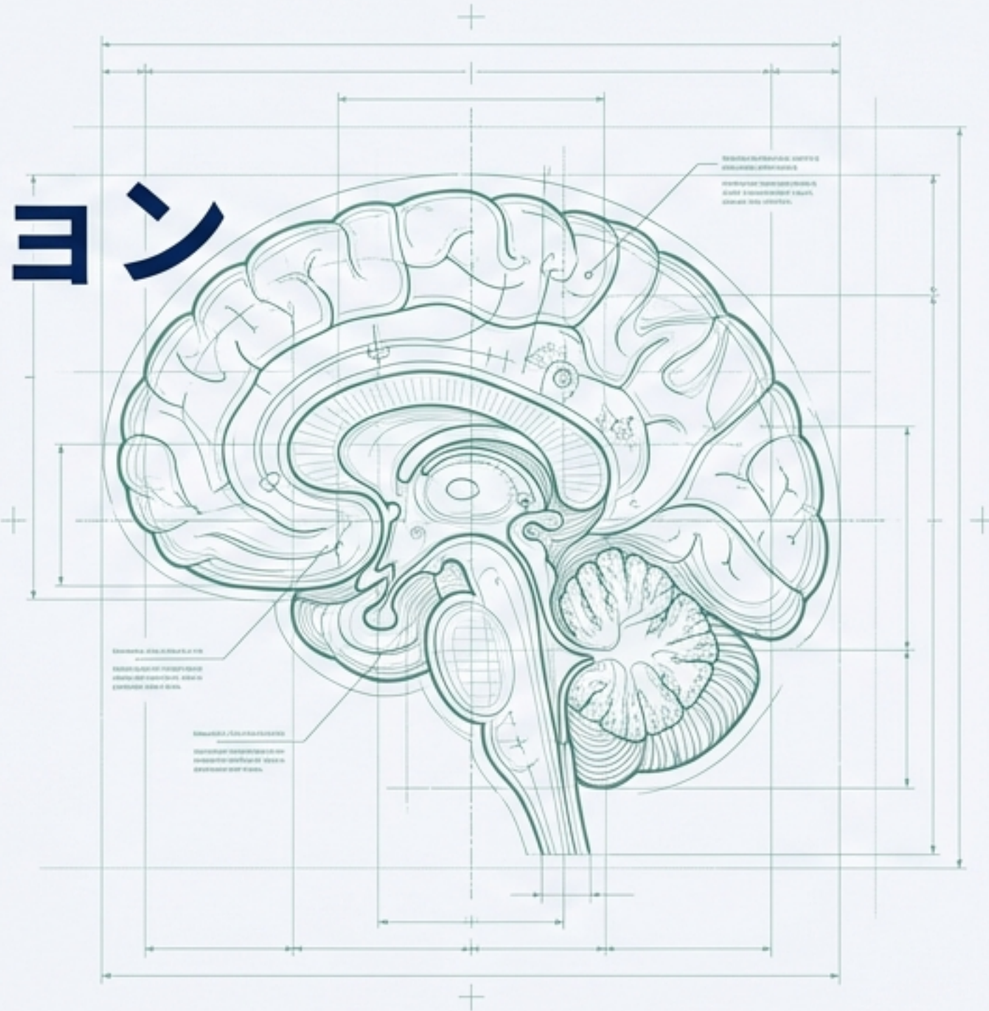
認知機能リハビリテーション実装プレイブック

就労継続支援B型における作業記憶と注意機能の強化プログラム

対象：支援員 / サービス管理責任者 / 管理者



NotebookLM

「意欲の問題」ではありません。認知機能の特性です。

現場で起きるミスの背景にあるメカニズムを理解する

従来の捉え方（意欲モデル）



- 手順を忘れる、ミスが続く、集中が切れる
- 解釈: 「やる気がない」「努力不足」
- 結果: 叱責、自信喪失

認知機能的アプローチ



- 手順説明から15分で抜ける
  →作業記憶（ワーキングメモリ）の過負荷
- 騒がしい環境でミスが増える
  →注意機能の選択・持続困難
- 予定変更で混乱する
  →切り替え機能の課題
- 結果: 適切な支援設計

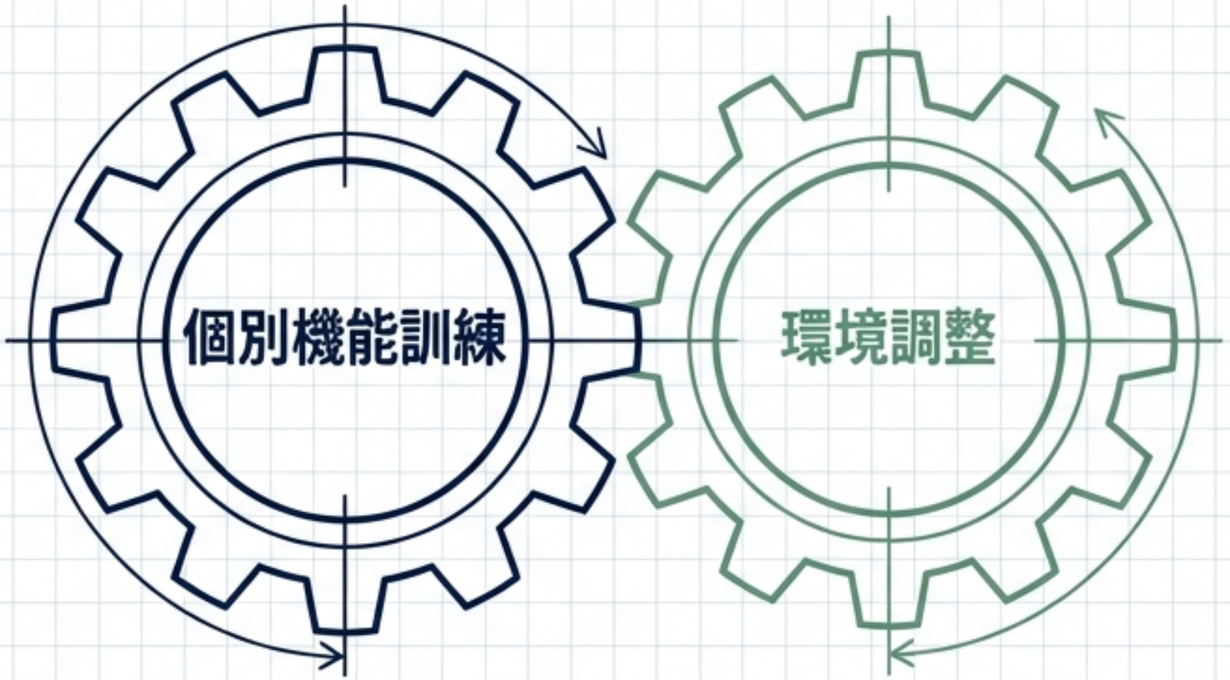
PROJECT: COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK | DRAWING NO. 1201 | DATE: 2024.10.26

NotebookLM

結論：訓練と「環境調整」の両輪で機能する

認知機能リハビリは能力を一気に上げる魔法ではありません。
本人の努力だけに頼らず、実行可能性を高める仕組みが必要です。

特性に合わせた練習、
スモールステップ



作業環境の物理的変更、
手順設計の見直し

訓練 (Training) ＋ 環境調整 (Environment) ＝ 働きやすさ (Workability)

NotebookLM

現場導入の5ステップ・ロードマップ

Step 1: 簡易アセスメント



- 特性の見立てと条件の特定

Step 2: 訓練設計



- 1回10〜15分、成功率70%の設定

Step 3: 環境調整



- 記憶や注意を外部化する仕組み

Step 4: 一般化と評価



- 訓練成果を作業現場へ転移させる

Step 5: 自己調整スキル化



- 本人が「やりやすい条件」を理解する

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1203	2024.10.26

NotebookLM

Step 1: 簡易アセスメント - 「どの条件で崩れるか」を見る

単なる点数評価ではなく、エラーが起きる文脈（コンテキスト）を記録することで、支援策が具体的になります。



1. 手順保持: 指示を覚えているか？（作業記憶）
2. 注意持続: 作業を続けられるか？（注意機能）
3. 切替え: 別の作業へスムーズに移れるか？
4. 自己修正: ミスに自分で気づけるか？

記録のポイント：「点数」だけでなく「騒がしいと崩れる」「複数指示で混乱する」といった条件を残す。

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1204	2024.10.26

NotebookLM

Step 2: 訓練設計 - 「成功率70%」 が黄金律

1回10〜15分の短時間セッションを実施します。難しすぎると挫折し、簡単すぎると効果がありません。

作業記憶の訓練

Task: 手順の再現、メモの活用練習

Goal: 一時的に情報を保持しながら処理する力を養う

注意機能の訓練

Task: 時間を区切った作業、雑音下 vs 静音下の比較作業

Goal: 集中を持続させ、必要な情報にフォーカスする



難易度設定の目安。成功体験と、程よい負荷のバランスが重要。

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1205	2024.10.26

NotebookLM

Step 3: 環境調整 - 脳の機能を「外付け」する

支援者の感覚ではなく、「どの調整を行えばミスが減ったか」を記録し、物理的な環境を変更します。



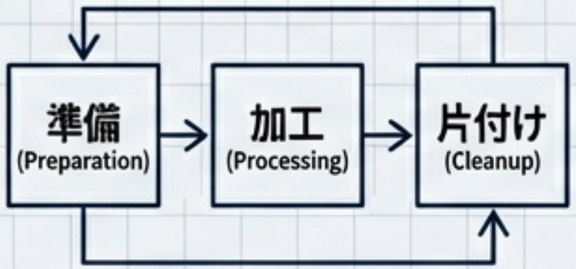
チェックリスト化

記憶に頼らず、視覚で確認できるツールを導入。



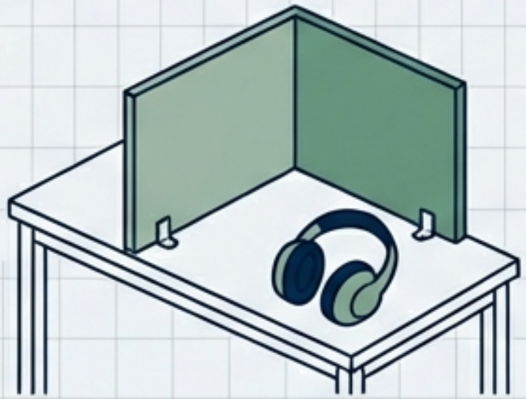
視覚手がかり

道具の置き場所や手順を写真・色で明示する。



作業単位の分割

複雑な工程を「準備→加工→片付け」など小さな塊に分ける。



刺激の統制

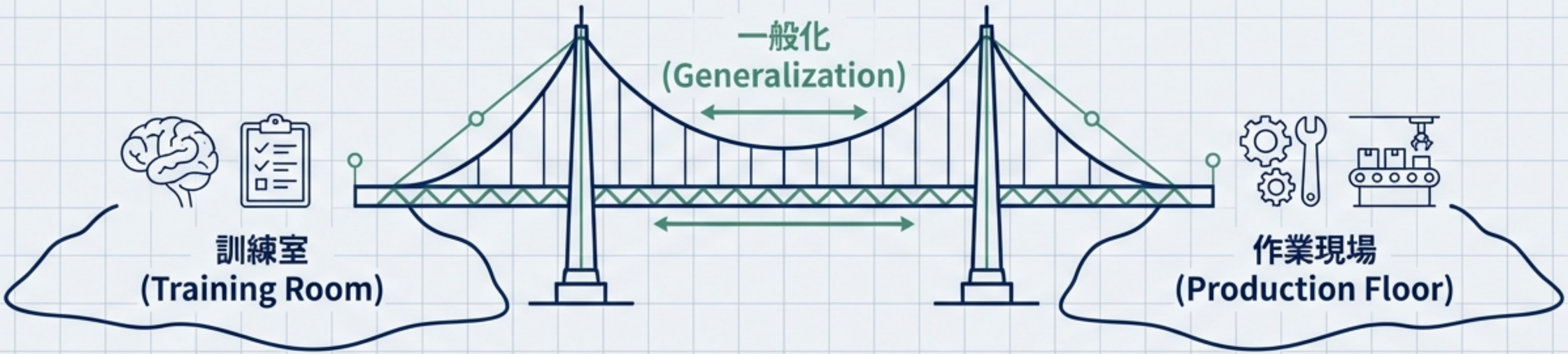
パーテーションやイヤーマフで注意散漫を防ぐ。

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1206	2024.10.26

NotebookLM

Step 4: 一般化（Generalization）- 訓練室から現場へ

訓練で数値が上がっても、現場のミスが減らなければ意味がありません。
「訓練結果」を「実作業」にどうつなげるか（転移）を設計します。



評価サイクル (Evaluation Cycle)

- 週次チェック: 訓練の変化を作業現場で確認する。
- 指標: 「手順を覚える速度が上がったか？」「聞き返す回数が減ったか？」

アクション (Action)

訓練でうまくいった「メモの取り方」や「確認のタイミング」を、そのまま実際の仕事のルールとして適用する。

NotebookLM

Step 5: 自己調整スキル化 - 「自分で対策できる」状態へ

支援者が管理するだけでなく、利用者本人が自分の特性を理解し、対処できることが最終目標です。



Before: また失敗した...自分はダメだ。

After: 「自分は騒がしいと集中できない」から、「静かな場所へ移動させてください」と言おう。

Key Actions

- 本人が「やりやすい条件」を言語化できるようサポートする。
- 休憩の自己申告や、メモ確認の習慣化を促す。

NotebookLM

ケーススタディ：J事業所における改善事例

「同じ手順ミスが繰り返される」課題に対する介入

導入前（Before）

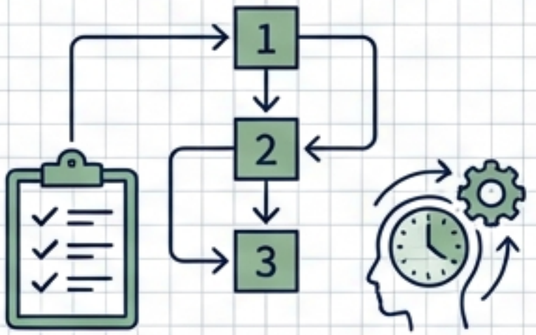
- 繰り返すミス
- 指導による疲弊
- 現場の混乱



PROBLEM FLOW

実施内容（Action）

1. 作業前チェックシートの導入
2. 週3回・10分間の記憶訓練
3. 作業工程を3ステップに分割



INTERVENTION PROCESS

導入後（After）

- 手順ミスの減少
- 利用者発信の「分かりやすくなった」という声の増加

成功要因: 訓練だけでなく、現場環境も同時に調整したこと。



IMPROVED OUTCOME

PROJECT: COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	DRAWING NO. 1209	DATE: 2024.10.26

NotebookLM

運用の見える化：推奨KPIと評価指標

指標 1: 訓練実施率	目標: 85%以上（週次）	意味: 継続できているかの基本指標
指標 2: ミス低減率	目標: 前月比改善（月次）	意味: 実作業へのインパクト
指標 3: 一般化達成率	目標: 70%以上（月次）	意味: 訓練成果が実作業に反映された割合

NotebookLM

運用監査・品質チェックリスト

- [x] 特性評価: 簡易アセスメントが実施されているか？
- [x] 計画性: 訓練の頻度と時間が具体的に設定されているか？
- [x] 環境: 具体的な環境調整（ツール、配置）が行われているか？
- [ ] 測定: 実作業での変化（ミス率など）を測定しているか？
- [ ] フィードバック: 本人の声を記録しているか？

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1211	2024.10.26

NotebookLM

よくある失敗パターンと回避策

失敗: 訓練が難しすぎる

対策: 成功体験が得られるレベルから始める。難易度調整が最優先。

失敗: 訓練だけに集中してしまう

対策: 環境が変わらなければ効果は限定的。必ずチェックリストや工程分割とセットで行う。

失敗: 成果を急ぎすぎる

対策: 認知機能支援は「積み上げ型」。短期の小さな変化を評価する視点を持つ。

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
PROJECT: COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1212	2024.10.26

NotebookLM

法令遵守とよくある質問（FAQ）

Legal Context

障害者総合支援法および指定障害福祉サービス運営基準に基づき、利用者の能力向上・維持を目指す支援として正当性があります。

Q: 毎日必要ですか？

A: 必須ではありません。短時間でも継続できる頻度が重要です。

Q: 高齢利用者にも有効ですか？

A: 有効です。ただし負荷調整と、本人の納得感が前提になります。

Q: 効果測定は何を見ますか？

A: 訓練スコアだけでなく、実作業でのミス・持続力・自己修正の変化を見てください。

PROJECT:	DRAWING NO.	DATE:
COGNITIVE SUPPORT FRAMEWORK	1213	2024.10.26

NotebookLM

結論：選択肢を増やす支援へ

認知機能リハビリテーションは、利用者の「できない」を責めるものではなく、「できる方法」を増やすプロセスです。

1. まず一人のアセスメントから。
2. 一つの環境調整から。
3. 訓練・環境調整・振り返りのサイクルを回し、就労場面の安定を目指しましょう。



Based on concepts from "Cognitive Function Rehabilitation: Strengthening Working Memory and Attention."

NotebookLM