

# 高次脳機能障害教室

記憶障害の  
リハビリテーションの実際

福井県高次脳機能障害支援センター

平成 22 年 11 月 11 日

# 高次脳機能障害教室 今後の予定

- 日 時：毎月第2木曜日 \*教室 13:30~14:30  
\*交流会 14:30~15:30 (変更になることがあります)
- 場 所：福井総合クリニック4階会議室 (Bのエレベーター利用)
- 参加費：無料
- 申込み：下記申込み先にご連絡ください

	開催日	内容 (予定)
平成 22 年	9月9日	注意障害のリハビリテーションの実際
	10月14日	半側空間無視について
	11月11日	記憶障害のリハビリテーションの実際
	12月9日	遂行機能障害のリハビリテーションの実際
平成 23 年	1月13日	社会的行動障害の対処法
	2月10日	集団リハビリテーションの実際
	3月10日	小児の高次脳機能障害について

## 【問合せ・申込み】

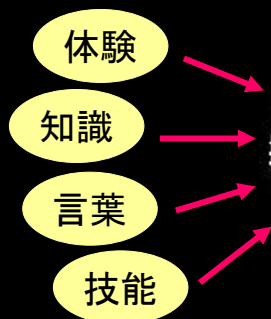
福井県高次脳機能障害支援センター支援コーディネーター 木田裕子  
〒910-0067 福井県福井市新田塚 1-42-1 福井総合クリニック内  
電話 0776-21-1300 (内線 5934) FAX 0776-25-8264  
Mail [fukui-koujinou@kve.biglobe.ne.jp](mailto:fukui-koujinou@kve.biglobe.ne.jp)

# 記憶障害の リハビリテーションの実際

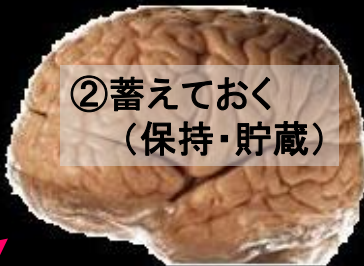
福井県高次脳機能障害支援センター  
福井総合病院 リハビリテーション科  
田中 真弓

## ◆記憶とは…

①情報を取り込む  
(登録・符号化)



②蓄えておく  
(保持・貯蔵)



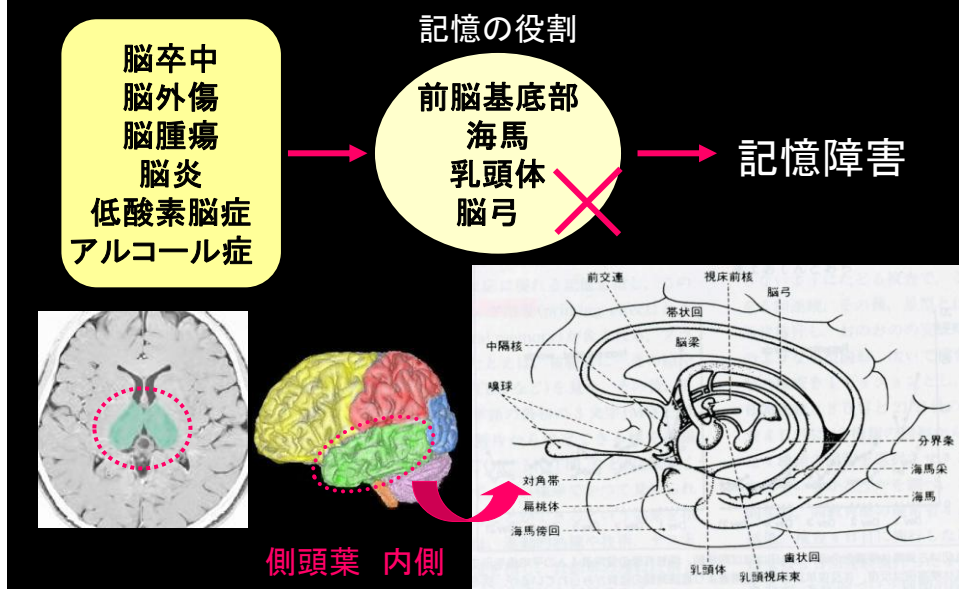
③取り出す  
(再生・検索)

この3段階で「記憶」

## ◆記憶障害があると…

- ・無意識に「作り話」をする(作話)
- ・今日の日付がわからない
- ・大切なものをどこにしまったかわからなくなる
- ・約束を守れない、忘れる
- ・妨害が入ると何をしていたかわからなくなる
- ・同じことを繰り返し聞く
- ・人の名前や作業の手順が覚えられない
- ・記憶が悪いという自覚がない(病識の欠如)

## ◆なぜ記憶障害になるのか？

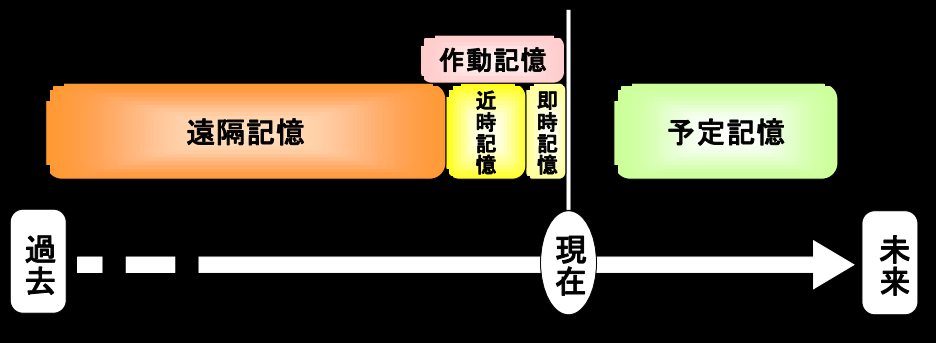


## ◆記憶の種類

- ①現在を基準にした分類  
即時記憶、予定記憶、近時記憶  
作動記憶、遠隔記憶(遠い記憶)
- ②病気・けがの発症・受傷時点を基準にした分類  
逆向健忘、前向健忘
- ③記憶する材料で分類  
視覚性記憶、言語性記憶
- ④記憶の表現方法で分類  
意味記憶、エピソード記憶、手続き記憶

## ①現在を基準にした分類

- ・即時記憶(瞬間の記憶) ・予定記憶
- ・近時記憶(近い記憶) ・作動記憶(ワーキングメモリー)
- ・遠隔記憶(遠い記憶)



### ●即時記憶 (瞬間の記憶)

- ・情報を取り込んで、**直ちに**思い出す記憶  
例: 数字の順唱

### ●近時記憶 (近い記憶)

- ・情報を取り込んで、**数分～数時間**経って  
思い出す記憶  
例: 買い物内容の依頼

### ●遠隔記憶 (遠い記憶)

- ・情報を取り込んで、**数週間～数十年**経って  
思い出す記憶  
例: 自分の生活史、過去の経験

## ● 予定記憶

- ・「予定があるということ」「予定の内容そのもの」を適切なタイミングで思い出す記憶

例：受診の予約日が〇月×日

## ● 作動記憶（ワーキングメモリー）

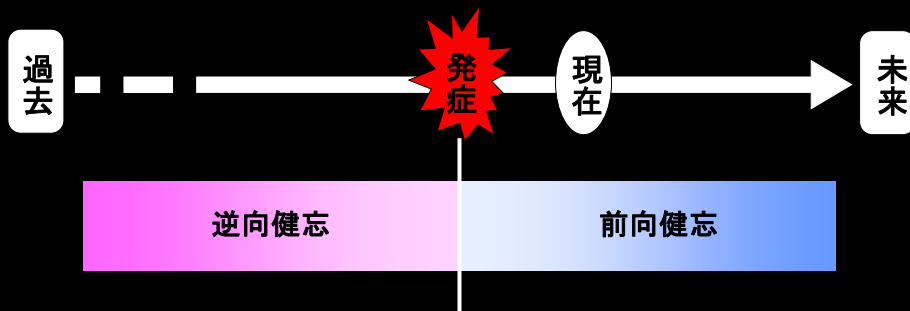
- ・現在、見たり聴いたりしているものを、とどめておきながら、同時に処理するための記憶

例：暗算、講義を聴きながらノートをとる



## ②病気・けがの発症・受傷時点を基準にした分類

- ・逆向健忘
- ・前向健忘



### ●逆向健忘

- ・病気を発症する以前の出来事が思い出せない
- ・これまでにあった出来事の順番が混乱する  
例:何人家族? 発症前の勤務先は?

### ●前向健忘

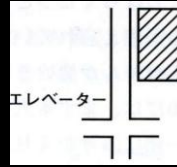
- ・病気を発症した以後の出来事が覚えられない  
例:一日に何度も同じ話をする  
新聞を讀んでいても途中で内容を忘れる



### ③記憶する材料で分類

#### ●視覚性記憶

- ・目で見て覚える記憶  
例：人の顔、図柄、見取り図



#### ●言語性記憶

- ・聞いて覚える記憶  
例：口頭指示、講演会の内容



### ④記憶の表現方法で分類

言葉やイメージで表現

#### ●意味記憶

- ・これまでに学んできた知識的なものの記憶  
例：単語、数字、概念

#### ●エピソード（生活）記憶

- ・出来事の記憶

体で表現

#### ●手続き記憶

- ・繰り返し練習することで習得した技術や感覚  
例：自転車に乗る、パソコンを打つ

## ◆記憶障害のリハビリテーション

### ①障害されている記憶機能そのものの改善を図る方法

反復訓練、視覚的イメージ法、PQRST法、誤り  
のない学習法

### ②日常生活での支障をなくすための方法

環境調整、外的代償法

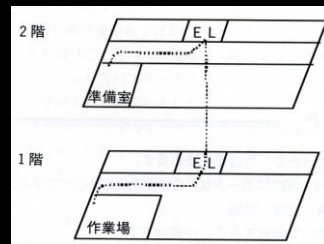
## ①記憶機能そのものの改善を図る方法

### ●反復訓練

- ・何らかの記憶課題を繰り返し実施。課題を繰り返す間隔を徐々に延長していく
- ・誤った反応がみられたら間隔を短くして、再度間隔の伸張を行っていく。

例：施設内の道順

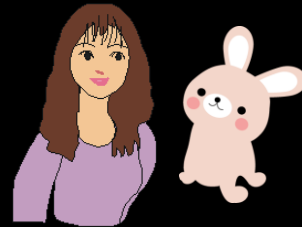
- 1) まずは一緒に歩いて確認
- 2) スタート地点に戻りすぐに再生
- 3) 5分後に再生
- 4) 30分後に再生...



### ●視覚的イメージ法

例：人の名前と顔を記憶する

- 1) その人の顔の特徴を一つ覚える  
[目がぱっちりしている]
- 2) その人の名前に似た名詞を連想する  
[うさみ~ウサギ]
- 3) 顔の特徴と連想した名詞を関連づけた視覚イメージを想像する  
[目のぱっちりしたウサギ]



◆次に会った時、顔の印象から名前を想起

- 1) 顔の特徴に注目 → **ぱっちりした目**
- 2) 視覚イメージを思い出す → **目のぱっちりしたウサギ**
- 3) 視覚イメージ(**ウサギ**)から名前(**うさみ**)を思い出す

## ●PQRST法

・覚える事柄を深く解釈し記憶に残りやすくする方法

- ①内容にざっと目を通す (Preview: 予習)
- ②自分で質問をつくる (Question: 質問)
- ③内容をじっくり読む (Read: 精読)
- ④質問に答える (State: 陳述)
- ⑤答え合わせをする (Test: テスト)

例: 新聞記事を使って内容を理解し記憶する

福井鉄道とえちぜん鉄道が、田原町駅（福井市）を結節点に相互乗り入れする計画について、県が段階的な実現を検討していることが、25日分かった。第一段階は、福鉄が田原町駅からえち鉄三国芦原線の新田塚駅（同）まで2.8キロの片乗り入れで、2013年度中の運行開始を想定している。検討案は27日に沿線市町、両鉄道事業者らと設置する検討会議で示す方針。

- ①記事の内容をざっと読む
- ②自分で質問を作る
  - Q1.何という鉄道会社の話ですか(2つ)。
  - Q2.どんな計画がされていますか。
  - Q3.第一段階で福鉄が片乗り入れするのは何駅～何駅の何キロですか。
  - Q4.運行開始は何年度ですか。
  - Q5.検討案は何日に示されますか。
- ③記事の内容をじっくりと読む
- ④質問に答える
  - A1.福井鉄道、えちぜん鉄道。
  - A2.田原町駅を結節点に相互乗り入れをする計画。
  - A3.田原町駅～新田塚駅。2.8キロ。
  - A4.2013年度中。
  - A5.27日。
- ⑤答え合わせをする。

## ● 誤りのない学習法 (errorless learning)

- 健常者の場合

仮に間違えたとしても間違いを修正した経験が記憶に残る

→ 間違いを通して学習

- 記憶障害者の場合

間違えたこと自体が記憶に残る  
修正した経験は記憶に残らない

→ 試行錯誤を避ける

間違えない経験を繰り返すことで学習

後ほど具体例を紹介します。

## ②日常生活での支障をなくす方法

### ●環境調整 「記憶する」負担を減らす

- ・引き出しの収納内容をラベルにして貼る
- ・部屋やトイレに目印をつける
- ・行動をチェックリストにして貼る
- ・説明は口頭だけでなく紙に書く
- ・生活パターンや日課を決める
- ・予定の変更は最小限にする
- ・何についての話なのか、最初に伝えてから話しかける

**靴下**  
**パンツ**  
**ハンカチ**

**トイレ**

**道順カード**

1. 作業場を出たらまっすぐ右へ進む。
2. 左手のエレベータで2Fへ上がる。
3. エレベータを降りたら右方向へまっすぐ進む。
4. 突き当たって左側が作業準備室。

**【9:00からの自主訓練 番号順に行ってください】**

- ①青白のベグ、傾斜台、黒のストップウォッチを準備する。
- ②自主訓練チェック表に日付を記入する。
- ③ストップウォッチの右ボタンを押して青白ベグをスタート。
- ④右手1往復、左手1往復行う。
- ⑤ストップウォッチの右ボタンを押してストップ。
- ⑥時間を自主訓練チェック表に記入。
- ⑦ストップウォッチの左ボタンを押して0:00に戻す。
- ⑧青白ベグ、傾斜台を片付ける。
- ⑨赤い箱のバズルを準備。
- ⑩ストップウォッチの右ボタンを押して赤い
- ⑪全部入れたら、ストップウォッチの右ボタ
- ⑫時間を自主訓練チェック表に記入。

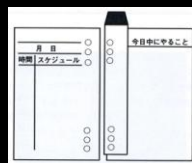
**朝のメニュー**

- ①トイレ
- ②洗面
- ③ハミカキ
- ④朝食

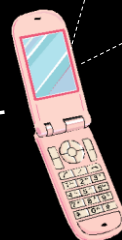
## ●外的代償法 記憶に代わる道具を使う

### ・記憶すべき内容を貯蔵

携帯電話  
電子手帳  
メモリーノート  
手帳



15:00  
洗濯物を取り込む



### ・貯蔵されたものを思い出すきっかけ

アラーム  
タイマー



## ◆福井総合病院でのアプローチ紹介

### 「生活リハビリテーション」

- ・記憶障害をはじめとする高次脳機能障害患者さんに対して実施
- ・リハビリ時間以外の病棟生活の基盤を整えることを目的とする
- ・各項目について、段階的かつ統一されたアプローチが提供できるよう基準を設ける

#### 〈生活リハビリテーションの項目〉

- ①声かけ方法
- ②領域特異的知識の獲得(日にち・時間・場所・担当者の名前)
- ③生活リズムの確立、日課の管理
- ④生活管理

## ①声かけ方法      errorless learningが基本

1) 本人には問わない。介助者が行動を伝え、繰り返し言ってもらう。  
「今日は〇月〇日です。繰り返し言ってください。」  
「次は歯磨きをします。繰り返し言ってください。」

2) 正しい答えが書いてある所を教えた上で、本人に言ってもらう。  
「今日は何日だったかカレンダーを見て答えて下さい。」  
「次の予定は何か、スケジュール表を見て答えて下さい。」

3) 本人に問うが、間違わないように正しい答えを指差しておく。  
「今日は何日ですか？」(日付を指差しながら)  
「次は何の予定ですか？」(予定を指差しながら)

4) 本人が補助具(カレンダー、スケジュール表など)を自発的に利用する。  
「今日は何日ですか？」  
「次は何の予定ですか？」  
「今日の午後の予定は？」



## ②領域特異的知識の獲得

カレンダー設置	日めくり		週間		月間
時計設置	置時計 デジタル	置時計 アナログ	腕時計 デジタル	腕時計 アナログ	携帯電話
入院場所	ベッドサイド貼りだし		ノートに記載し携帯		
入院経過	ベッドサイド貼りだし		ノートに記載し携帯		
スタッフ名	ベッドサイド貼りだし		ノートに記載し携帯		

### 場所

ここは、

福井県福井市江上町 福井総合病院

4階回復期病棟

\_\_号室です。

平成 年 月 日に

(疾患名を記載) で、

(症状など記載) が出現。

今は福井総合病院で

リハビリをするため入院しています。

理学療法：杉山（すぎやま）



足の運動  
歩行練習  
階段昇降

作業療法：田中（たなか）



手の運動  
着替えの練習  
生活管理の練習

言語聴覚療法：新谷（しんたに）



言葉の練習  
記憶の訓練  
注意の訓練

## ③生活リズムの確立・日課の管理

スケジュール表	チェック式	半記入式	完全記入式
持ち運び方法	ぶら下げ	ノート	メモ帳

本人用 チェック式

退院後の生活を考え、入院中から生活のリズムを整えていくためのものです。転院した時、今日の予定を確認してください。それぞれの流れが終わったら、終わったことがわかるように印をつけてください。

平成 年 月 日 曜日

【お迎えがき】

【伝言】  
\*作業療法担当の担当が休みです。代りの方をアラホで承知してください。 (印) 担当より

【今日の予定】	【行動の記録】
6:00	6:00
7:00	7:00
8:00	8:00
9:00	9:00
10:00	10:00
11:00	11:00
12:00	12:00
13:00	13:00
14:00	14:00
15:00	15:00
16:00	16:00
17:00	17:00
18:00	18:00
19:00	19:00
20:00	20:00
21:00	21:00

本人用 半記入式

退院後の生活を考え、入院中から生活のリズムを整えていくためのものです。転院した時、今日の予定を確認してください。

平成 年 月 日 曜日

【伝言】  
\*作業療法担当の担当が休みです。代りの方をアラホで承知してください。 (印) 担当より

【お迎えがき】

【今日の予定】

【行動の記録】

6:00	6:00
7:00	7:00
8:00	8:00
9:00	9:00
10:00	10:00
11:00	11:00
12:00	12:00
13:00	13:00
14:00	14:00
15:00	15:00
16:00	16:00
17:00	17:00
18:00	18:00
19:00	19:00
20:00	20:00
21:00	21:00

本人用 完全記入式

退院後の生活を考え、入院中から生活のリズムを整えていくためのものです。転院した時、今日の予定を確認してください。

平成 年 月 日 曜日

【お迎えがき】

【今日の予定】

【行動の記録】

6:00	6:00
7:00	7:00
8:00	8:00
9:00	9:00
10:00	10:00
11:00	11:00
12:00	12:00
13:00	13:00
14:00	14:00
15:00	15:00
16:00	16:00
17:00	17:00
18:00	18:00
19:00	19:00
20:00	20:00
21:00	21:00

## ④生活管理

約束事	ベッドサイド貼りだし		ノートに記載し携帯	
服薬管理	介助で飲む	毎回渡し	1日渡し	お薬カレンダー
金銭管理	本人に渡さない	1日渡し	1週間渡し	1ヶ月渡し
行動範囲	移動要介助・監視		病棟内フリー	院内フリー

### 約束

- 薬を忘れずに飲む
- 病棟を出るときは必ず  
看護師に声をかける
- 間食はしない

