

受動的な行動から自発的な行動へ
～タブレットアプリを活用したスケジュール管理の実践～

令和2年2月22日
わらしべ園 神代

1. はじめに

今回、発表させていただくY様は、脳挫傷による後遺症として、高次脳機能障がい
を有しており、そのため、生活の中で自分の行動欲求が最優先され、自ら次の行動
に移せないことや、何をしたいのかが分からず、見通しがもてないことで感情の不
安定さが見られます。何か行動を移す際には、必ず職員の声掛けが必要で、そのため、
日々受動的な行動となっていました。そこで、自ら考え、自発的に行動するためのツ
ールとして、今回タブレットを活用したスケジュール管理に着目し、取り組みを始め
ました。その経過と考察について、発表したいと思います。

2. ケース概要・生活歴

氏名：Y様（女性）（59歳）

身体障がい者手帳：1級

障がい者種別（脳挫傷による後遺症）：四肢麻痺・動眼神経麻痺・高次脳機能障がい

障がい支援区分：区分5

49歳のときに海外で交通事故（車同士）により、脳挫傷、腹腔鏡手術が行なわれ
た。当時、昏睡、気管切開していた。上記の通り、脳挫傷の後遺症で、四肢麻痺、動
眼神経麻痺、高次脳機能障がいとなる。

高次脳機能障がいには以下の4つの主な症状があります。（別紙資料1添付）

① 記憶障がい ② 注意障がい ③ 遂行機能障がい ④ 社会的行動障がい

Y様は主に、①記憶障がいと③遂行機能障がいとが顕著に現れており、日々の生活に指
示が細かに必要で、スケジュール管理が課題となっています。また、日々の予定がわ
からない混乱により、感情が抑えられずに④社会的行動障がいとして現れる場面も問
題となっています。

3. 入所当初の支援

最初に行なった支援は、午前・午後のプログラムがわかる予定表を毎週交換する支援

を行ってきました。しかし、前後の細かな動きがわからなかったため、次は起床から就寝までの時間で細かな1日の予定表を作成し、朝礼時に予定表を渡して車椅子につけていつでも見ることができるようにしました。(PP写真)しかし、予定表をもつのみで、「見てもらう」ようにする必要もあると考えました。

4. タブレット導入にあたって

高次脳機能障がいの方のスケジュール管理に有効なツールはないかと調べてみたところ、地域のネットワーク研修会で、株式会社インサイトが出している「あらた」というソフトが展示されていることを知りました。そこで実際に会場でお話を聞いたところ、日々の予定を自由度高く設定でき、その都度アラーム音と音声でお知らせしてくれることで、「見てもらう」ことができるのではないかと、また、本人が操作する工程もわかりやすく、Y様の記憶障がい、遂行機能障がいの課題解決に有効なツールになるのではないかと考えました。そこで、ソフトの「あらた」の使用を試みることにしました。

Y様にタブレットについて説明し、使用を提案したところ、興味を示されたため、Y様の生活の中に定着するよう段階を踏みながら、予定表と並行して取り組みを始めることになりました。

※「あらた」とは

高次脳機能障がいや認知症などの認知障がいを有した人の生活課題を補うアプリケーションです。(別紙資料2添付)

※以下の記述の「あらた」＝「タブレット」と表記

5. タブレット使用の経過と本人の様子

①まずは、タブレットに触れる

タブレットの使用時間を朝の8:30~9:00に限定し、まず触れることから始めました。上記時間の中で、タブレットによるスケジュール管理は歯磨き、お風呂の準備、朝礼の3点とし、時間になれば日本語で音声が出るように設定しました。(別紙レジュメ3添付、PP写真)

(結果)

音声に気付かないことが多く、職員が声掛けをして(タブレットから音声が出ていることを伝える)、タブレットの確認をすることが多く見られました。

②本人が意識できる使用方法の検討

今度は本人がどうしたらタブレットからの音声に意識を向けるのかを考え、生活

歴から Y 様にとって日本語よりも英語が身近なものであったということに着目しました。それまでスケジュールを日本語の音声、日本語の表記で設定していましたが、英語の音声、英語の表記に変えてみました。また、自分のことを「mommy」というので、自分に向けたことがわかりやすいように、音声の最初に「mommy」を入れることにしました。(PP 写真)

(結果)

音声の最初に「mommy」を入れることによって、以前よりも、少しずつ音声に反応するようにはなりました。しかし、まだ慣れていないこともあるため、しばらく同じ設定で様子を見ることにしました。

③活動時間、夕食後の時間にも取り入れてみる

同じ設定を続けたことで、タブレットに意識が向くようになったため、またより予定の見通しが立つように、使用時間を増やすことにしました。次の活動の 30 分前にスケジュール確認ができるよう設定しました。(別紙レジュメ 4 添付、PP 写真)

(結果)

確実にとはいえませんが、30 分前にスケジュール確認のお知らせを入れることにより、他の行動をしてもタブレットからの音声を理解されて(職員からの声かけがなくても)、行動する場面もありました。しかし、好きな TV を見ている場面でタブレットの音声になると、自分でタブレットの音声を消し、そのまま必要なことを忘れてしまうことが多くありました。

④Y 様の生活の動きに合わせて活用してみる

今まで限られた場面しかタブレットのツールを使用していないと、適切な評価ができないと考え、一日を通して活用してみることにしました。(別紙レジュメ 5、PP 写真)

Y 様の生活の動きになるべく自然に合わせるように、どの場面で活用していくかを Y 様と共に話し合いました。ですが、話し合う中でも「任せるわ。」「わからない。」などが多く、また、話の内容が途中で何度も変わることが多くありました。

タブレットの音声は「もうすぐ(何時に)〇〇(場所)で〇〇(次の活動)があります」という音声を 5～15 分前になるように設定することにより、Y 様が自分で今どうすべきかを考える機会をつくるようにタブレットの音声の内容を変えてみることにしました。

その結果、上手く行動に結びつく場面とそうでない場面がありました。

歯磨きの場面

- (結果)・食後、下膳中であるが、タブレットの音声を聞いて理解されている。
- ・下膳が終わった後、歯磨きではなく TV に意識が向いてしまい、その後 TV を見続けてその結果、歯磨きすることを忘れてしまう。

朝礼の場面

- (結果)・タブレットの音声を聞いて理解され、洗濯物を途中でとめて朝礼の場所へと向かわれる。
- ・朝礼の場所へ向かっている際中、場所を間違えられるが自分から職員に場所を聞いて、朝礼の場所へとたどり着く。

6. 現状の課題

- ・タブレットの音声で次の行動を理解していても、行動欲求が優先されそのまま必要なことを忘れてしまう。
- ・タブレットのお知らせを確認し、理解して行動されるが、活動場所までたどり着くまでの間に忘れてしまう。その後、自らスケジュールを確認しようという考えまでに至っていないため、結局するべきことをせずに過ごしてしまう。
- ・Y様の生活リズムとタブレットのお知らせ時間のズレがあり、タブレットのお知らせが早いと感じて、Y様の中でまだ動かなくて良いと考え、そのまま動かず、その後、忘れてしまう。

7. 課題の対応策案

- ・1日の予定一覧をタブレットで確認できるように練習する。(朝礼で練習を行うなどはどうか?)
- ・次の行動までの記憶保持のために視覚的にわかるツールを使用してみる。(カウンタダウン機能のようなものや砂時計はどうか?)
- ・スムーズな移動や他に注意がいかないような環境を考える。

8. まとめ

先の見通しがもてないことによる不安は徐々に取り除けていると感じていますが、

Y様が自分で自身の予定を管理するという生活ができているところまで、まだまだ到達できていません。またY様の高次脳機能障がいによる記憶障がいや遂行機能障がいなどの課題に対しても悩んでいるのが現状です。

ですが、確実にはいえませんが、他の行動をしてもタブレットからの音声を理解され、自主的に行動をされている場面がみられることもあります。このことから、今後、タブレットを一つのツールとして活用しながら、どのような環境づくりや職員の関わり方がY様に合うのかを考え、支援を実践し、試行錯誤していく必要があると感じています。