

I トータルパッケージ活用のために

1 トータルパッケージの概要

トータルパッケージは対象者が自らの障害状況を的確に把握し、障害状況に応じたセルフマネージメントスキル（障害の補完手段、補完行動等）の獲得と、作業遂行力を高めていくよう支援していくための職業リハビリテーション技法です。

ワークサンプル幕張版<Makuhari Work Sample；以下、「MWS」という>（簡易版・訓練版）は、表1の通りトータルパッケージの中核的なツールとして位置づけられますが、この他にもウィスコンシン・カード・ソーティング・テスト<Wisconsin Card Sorting Test；以下、「WCST」という>、メモリーノート（幕張版）<Makuhari Memory Note；以下、「M-メモリーノート」という>、幕張ストレス疲労アセスメントシート<Makuhari Stress Fatigue Assessment Sheet；以下、「MSFAS」という>の各ツール及びグループワークがあり、トータルパッケージは、これら4つのツール群と1つの手法から構成されています。

表1-1 トータルパッケージの内容と実施上のポイント

内 容	目 的	活用上のポイント
1 WCST	・遂行機能障害等の有無の評価 ・補完手段の有効性の評価 ・効果的な支援方法の評価	・支援者は補完手段の手がかりを観察する。 ・対象者が補完手段の有効性を体験できるよう配慮する。
2 M-メモリーノート	・基本的な情報整理スキルの獲得	・スケジュールや行動の管理、行動記録、情報共有のツールとして、対象者のニーズに合わせて使用する。
3 MWS 簡易版	・ワークサンプルの体験 ・作業における障害の現れ方や 作業の実行可能性、作業耐性等の評価	・ワークサンプルを体験し、興味のあるものや取り組みたいもの、苦手なものを特定する。 ・作業への障害の影響を予測する。
4 MWS 訓練版	・作業能率の向上と安定 ・補完手段の特定と使用の訓練	・原則として本人との相談によりワークサンプルを決定する。 ・難しすぎる課題は除外し、できる課題から取り組み、段階的に訓練を進める。
5 MSFAS	・障害理解・障害受容の状況、ストレスや 疲労の現れ方等の情報収集と整理 ・これらの情報共有、計画立案	・本人主体に作成し、相談の中で、ストレス/疲労マネジメントへの支援を計画する。 ・ストレス/疲労マネジメント訓練を段階的に実施する。
6 グループワーク	・ピアモデルの観察や討議による 障害認識、対処行動に関する検討 ・認知、行動、感情面の変化の把握	・作業開始時や終了時等に、情報交換や討議を行うグループ活動の機会を設定する。 ・M-メモリーノート、MWS、MSFASの活用状況を踏まえて相互のコミュニケーションが深まり、自己理解が促進されるよう配慮する。

「ワークサンプル幕張版 実施マニュアル-理論編-」¹⁾ より一部改変

2 MWS以外の各ツール等の概要

(1) WCST

WCSTはミルナーによって開発された、脳の前頭葉機能を短時間で評価することができる神経心理学的テストです。脳の前頭葉機能については今なお未解明の領域ですが、前頭葉が損傷された場合に関連する症状として、発動性低下、認知ないし行動の転換の障害、行動の維持及び中止の困難、衝動性や脱抑制、誤りの

1) 「ワークサンプル幕張版 実施マニュアル-理論編-」発行所:株式会社エスコアール

修正障害、また、思考の柔軟性や抽象的思考、推論能力等の障害が知られています。WCST はこれらの障害の有無や障害の傾向について評価するためのツールとして活用されています。

開発当初、WCST は紙製のカードを使用して実施されていましたが、対象者の行動観察と結果の記録を並行して行わなければならないことから、最近では対象者がパソコンと向き合って実施することができる、パソコン版 WCST（ファティマ社のホームページからソフトをフリーダウンロードできる。ただし、対応 OS は、Windows XPまで）が活用されており、反復実施の容易性や実施結果の自動記録によって検査の効率化が図られています。

図 1-1 はパソコン版 WCST のモニター画面です。中央にカードが 1 枚提示され、その下に 4 枚の選択カードが提示されます。

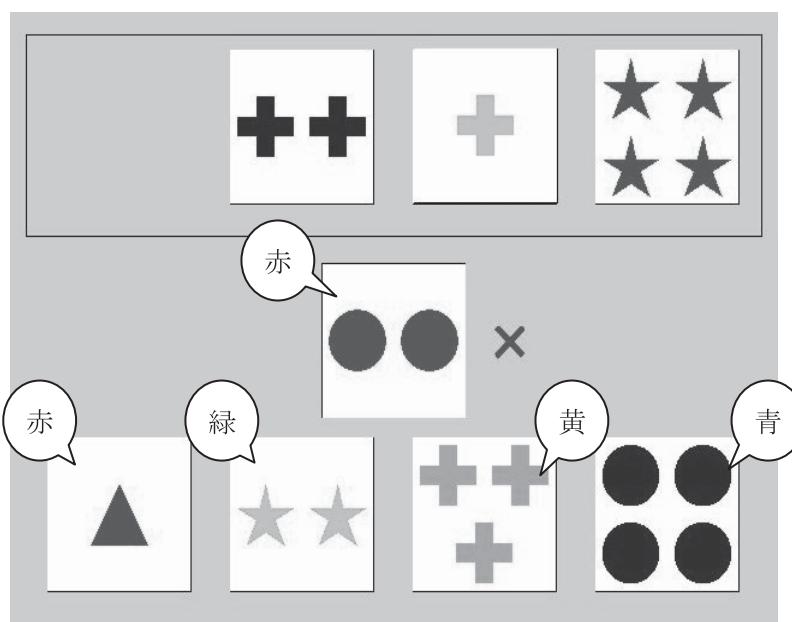


図 1-1 WCST の画面

画面中央のカードには、「赤色の丸が 2 つ」描かれています。このカードには「赤」という色の概念、「丸」という形の概念、「2」という数の概念が含まれています。対象者は中央のカードが、色・形・数のうち、どの分類カテゴリーに従って提示されたものかを推測し、下の 4 枚のカードの中から合致すると考える 1 枚をマウスクリックによって選択します（図 1-1 では右から 2 番目「黄色のクロスが 3 つ」のカードを除いた残りの 3 枚について合致する可能性がある）。

対象者の選択の結果が正しければ中央のカードの右側に「○」印が、誤っていれば「×」印が表示されます。こうした正誤のフィードバックだけで分類カテゴリーを推測してカードを選択します。正反応が一定回数続くと、予告なく分類カテゴリーが変更されるため、対象者は分類カテゴリーの変更がなされることを了知しながら正しいカードの選択を継続することが求められます。

こうして行われた検査の結果を、達成カテゴリー数（連続正答が達成された分類カテゴリーの数）や誤反

応のパターン等から評価することによって、対象者の概念転換や注意・反応の維持に関する障害状況の目安を得ることができます。

このように通常、WCSTは前頭葉機能を評価するための神経心理学的なテストとして活用されていますが、トータルパッケージにおいては、前頭葉機能に障害を有する対象者が職業リハビリテーションの段階に移行する際に、自己の障害に対する認識を深め、障害を補完していく必要性を実感できるためのツールとしても活用できるよう、図1-2に示すような補完手段を取り入れる工夫を加えています。



図1-2 WCSTの補完手段の例

「カテゴリー名カード」は、出題が色・形・数のうちどの分類カテゴリーに従っているのかを「赤のポインティングデバイス」で指示示すために利用できます。「変更時反応記録用紙」は、分類カテゴリーが一定回数続いた後に変更されることへの注意喚起を行うことができます。このように、必要に応じて補完手段を利用することで作業遂行の確実性が増す体験を通じ、対象者が自身の障害に対する認識を深め、その後も障害を補完する方法を取り入れていくことへの動機付けを強化していきます。

(2) M-メモリーノート

M-メモリーノートは、認知機能に障害を有している方々が、日常生活の行動管理や仕事の進行管理を自律的に行えるようにしていくための、構造化されたシステム手帳です（図1-3）。その日の行動予定を時間単位で記入する「スケジュール」欄と、その日の内にしなければならないことを記入する「今日のto-do」（図1-4）及び「to-doリスト」（図1-5）、そして、留意しなければならない「重要メモ」（図1-6）のように4つの基本項目から構成されています。



図 1-3 M-メモリーノートのリフィル

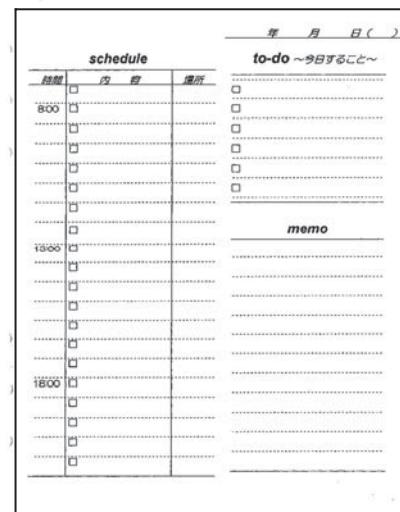


図 1-4 スケジュール欄及び今日の to-do

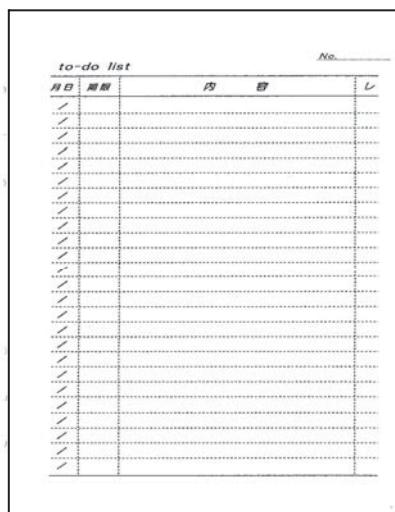


図 1-5 to-do リスト

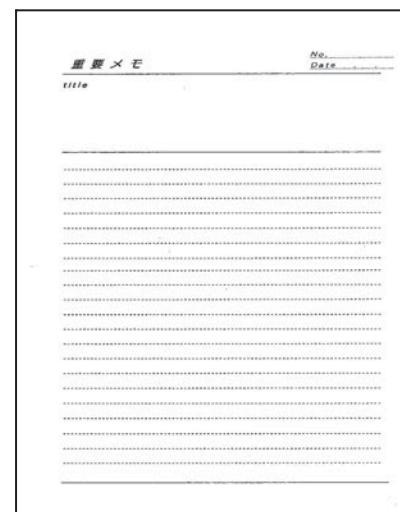


図 1-6 重要メモ

M-メモリーノートを自己の行動や仕事を管理するツールとして、対象者が活用していけるようになるためには、原則として数週間程度の事前の集中訓練が必要になります（記憶に障害を有していない対象者の場合には、集中訓練を経ずに活用しているケースもある）。

集中訓練は、図 1-7 に示したように大きく 3 つの訓練段階に分かれます。最初の段階では、情報の活用を想定した「参照訓練」を行い、M-メモリーノートのどの部分を参照すれば必要な情報を得られるのかを学習します。次の段階の「構成訓練」では、情報の整理に焦点を当て、指示された内容をノートのどこに記入すべきかを習得します。最後の「記入訓練」では、指示された内容を実際にノートの適切な場所に記入できるよう訓練をしていきます。

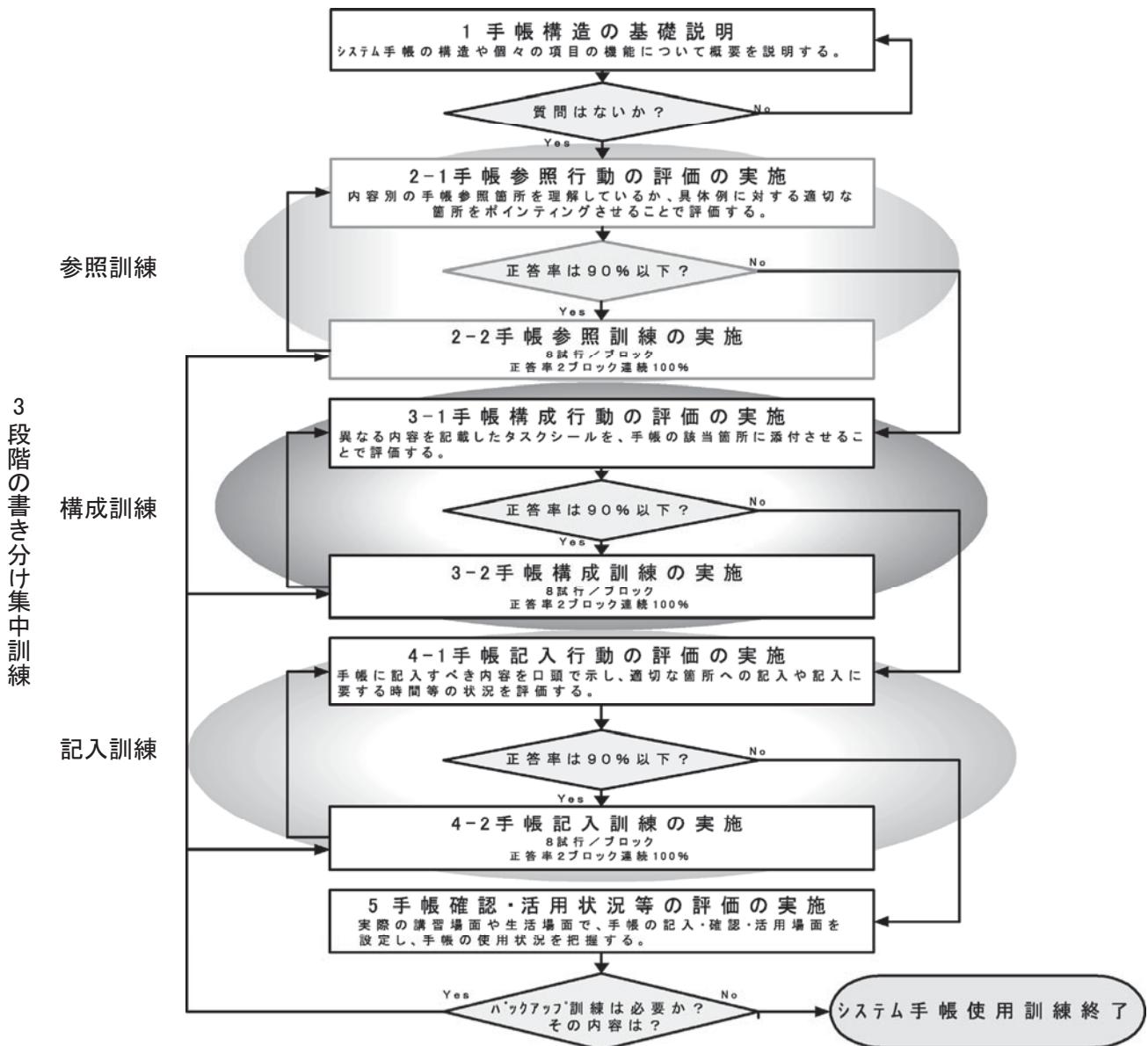


図 1-7 M-メモリーノート集中訓練流れ図

こうした訓練を経てM-メモリーノートの活用が習慣化できると、その習慣が実際の職場の中でも継続されやすくなります。つまり、教育、福祉、医療等の各専門機関から、事業所への円滑な移行につなげていくための介在ツールとして活用することができます。

実際の訓練の進め方につきましては、「M-メモリーノート支援マニュアル」¹⁾をご参照下さい。

1) 「M-メモリーノート支援マニュアル」発行所:株式会社エスコアール

(3) MSFAS

認知機能に障害のある者が有する職業上の課題として、①職場の人間関係において軋轢が生じやすい、②仕事の進め方に対する共通認識や合意形成が得にくい、③これらがストレッサーとなって精神的緊張が高まり、疲労し易く、情緒や行動の安定性が保持できにくくなる、等があげられます。実際の職場で行動するためには、職業経験や就学状況を振り返り、過去に発生した課題と目前の課題とを照合しながら、自らが課題の所在を明らかにし、今後の行動のあり方を検討することが重要になります。こうした検討を重ねることにより、上記のような課題の発生を予防したり、あるいは課題が発生した場合でも、より適切な対処方法を想起しやすくなります。MSFASは、職業生活上で発生する疲労やストレスを適切に自己評価し、これらをセルフマネジメントできるよう支援するためのツールとして活用されてきました。

これまで広く活用されてきたMSFASは第2版であり、主として精神障害及び高次脳機能障害を対象として開発されたものでした(表1-2)。

表1-2 MSFAS(第2版)の構成

No.	分類項目	主な内容
利 用 者 用 シ ー ト	A 自分の生活習慣・健康状態をチェックする	睡眠、食事、喫煙習慣等
	B ストレスや疲労の解消方法を考える	趣味、関心のあるもの等
	C ソーシャルサポートについて考える	相談相手、利用中の社会資源
	D これまで携わった仕事について考える	職歴
	E 病気・障害に関する情報を整理する	治療状況、病歴、服薬
支 援 者 用 (相 談) シ ー ト	F ストレスや疲労が生じる状況について整理する	ストレス・疲労を感じる場面、対処行動、ストレス・疲労の自覚サイン等
	G 医療情報整理シート	医療情報、神経心理学的検査の結果
	H ストレス・疲労に関する探索シート	ストレス・疲労を感じている場面や対処行動、ストレス・疲労の他覚サイン等
	I 服薬／治療・リハビリの経過整理シート	治療経過、服薬経過
	J 支援手続きの課題分析シート	現状、支援目標、支援方法
	K 対処方法の検討シート	支援手続きの内容の現状分析
	L 支援計画立案シート	支援目標、支援内容、実施主体等
	M フェイスシート	属性

近年、職業リハビリテーション分野における対象者像が広がってきており、精神障害者（特に統合失調症）や高次脳機能障害者だけでなく、発達障害者やうつ病休職者に対しても効果的に活用できることが求められるようになりました。今回、MSFAS(第2版)に基づいて障害状況やニーズに即した改訂を行い、MSFAS(第3版)としてまとめました。

表1-3は、MSFAS(第2版)を基準として、MSFAS(第3版)が、主としてどのような障害を想定し、どのようなカテゴリーのシートを作成したかを示したものです。MSFAS(第2版)と同様の内容であれば同じ列に、新たに作成したものは別の列、または「その他」のカテゴリーに記載しています。表中の○はシートがあることを示します。●は特に内容に変更が加わっていることを示します。以下に、第3版の各パターンについて説明します。

表 1-3 MSFAS（第3版）の構成

カテゴリー MSFAS		想定される 主たる障害	A 生活習慣・ 健康状態	B リラックス方法	C サポート	D 経歴 (学校や職場での状況)		
MSFAS (第2版)	高次脳機能障害 精神障害	<input type="radio"/> 自分の生活習慣・ 健康状態をチェック する	<input type="radio"/> ストレスや疲労を解 消するリラックス方 法を整理する	<input type="radio"/> ソーシャルサポート について考える		<input type="radio"/> これまで携わった 仕事について考 える		
M S F A S (第 3 版)	I 知的障害を伴わな い発達障害	<input type="radio"/> 自分の生活習慣・ 健康状態をチェック する	<input checked="" type="radio"/> ストレスや疲労を解 消するリラックス方 法を整理する	<input checked="" type="radio"/> あなたが受けてい るサポートについて 整理する	<input checked="" type="radio"/> 学校生活について 整理する	<input checked="" type="radio"/> これまで携わった 仕事について整 理する	<input checked="" type="radio"/> からの仕事や 働き方について整 理する	
	II 軽度知的障害を伴 う発達障害 軽度知的障害	<input type="radio"/> 自分の生活習慣・ 健康状態をチェック する	<input checked="" type="radio"/> リラックスするため の方法を整理する	<input checked="" type="radio"/> あなたが受けてい るサポートについて 整理する	<input checked="" type="radio"/> 学校生活をふりか える	<input checked="" type="radio"/> これまでの仕事を ふりかえる	<input checked="" type="radio"/> からの仕事や 働き方を考える	
	III 統合失調症	<input checked="" type="radio"/> 生活習慣・生活リズ ムをチェックする					<input type="radio"/> これまで携わった 仕事について整 理する	<input checked="" type="radio"/> からの仕事や 働き方について整 理する
	IV うつ病 (休職者)	<input checked="" type="radio"/> 自分の生活習慣・ 健康状態、回復状 況をチェックする	<input type="radio"/> ストレスや疲労を解 消するリラックス方 法を整理する	<input checked="" type="radio"/> あなたが受けてい るサポートについて 整理する		<input type="radio"/> これまで携わった 仕事について整 理する		
カテゴリー MSFAS		想定される 主たる障害	E 医療情報(利用者)	F ストレス・疲労 (利用者)	G 医療情報 (支援者)	H ストレス・疲労 (支援者)	I 服薬／治療・ リハビリの経過	
MSFAS (第2版)	高次脳機能障害 精神障害	<input type="radio"/> 病気・障害に関する 情報を整理する	<input type="radio"/> ストレスや疲労が生 じる状況について 整理する	<input type="radio"/> 医療情報整理シ ート	<input type="radio"/> ストレス・疲労に關 する探索シート		<input type="radio"/> 服薬／治療・リハ ビリの経過整理シート	
M S F A S (第 3 版)	I 知的障害を伴わな い発達障害	<input checked="" type="radio"/> 障害認識や医療情 報を整理する	<input checked="" type="radio"/> ストレスや疲労を感 じる状況について 整理する	<input type="radio"/> 医療情報整理シ ート	<input checked="" type="radio"/> ストレス状況の解決 法	<input checked="" type="radio"/> ストレス温度計		
	II 軽度知的障害を伴 う発達障害 軽度知的障害	<input checked="" type="radio"/> 障害についての考 えや医療情報を整 理する	<input checked="" type="radio"/> ストレスや疲れの感 じ方を整理する					
	III 統合失調症	<input checked="" type="radio"/> 病気(障害)に關す る情報を整理する	<input type="radio"/> ストレスや疲労を感 じる状況について 整理する					
	IV うつ病 (休職者)	<input type="radio"/> 病気に関する情報 を整理する	<input type="radio"/> ストレスや疲労を感 じる状況について 整理する	<input type="radio"/> 医療情報整理シ ート	<input type="radio"/> ストレス・疲労の状 況整理シート			
カテゴリー MSFAS		想定される 主たる障害	J 支援手続き	K 対処方法の検討 シート	L 支援計画	M フェイシート	その他	
MSFAS (第2版)	高次脳機能障害 精神障害	<input type="radio"/> 支援手続きの課題 分析シート	<input type="radio"/> 対処方法の検討 シート	<input type="radio"/> 支援計画立案シ ート	<input type="radio"/> フェイシート			
M S F A S (第 3 版)	I 知的障害を伴わな い発達障害	<input type="radio"/> 支援手続きの課題 分析シート	<input type="radio"/> 対処方法の検討 シート		<input type="radio"/> フェイシート	<input checked="" type="radio"/> 得意・不得意を整 理する	<input checked="" type="radio"/> 感覚特性を整理す る	
	II 軽度知的障害を伴 う発達障害 軽度知的障害					<input checked="" type="radio"/> 得意・不得意を整 理する		
	III 統合失調症					<input checked="" type="radio"/> 収入・支出の状況 を整理する	<input checked="" type="radio"/> MWS実施時の気づ きを整理する	
	IV うつ病 (休職者)		<input checked="" type="radio"/> 対処方法の検討 シート(M・メモリ ー・ノート用)		<input type="radio"/> フェイシート	<input checked="" type="radio"/> 事業所情報整理 シート		

「MSFAS（I）（II）」

MSFAS（I）は、第2版を基本とし、知的障害を伴わない発達障害者を主たる対象者と想定して改訂しました。対象者にとってはより回答しやすい形に、支援者にとってはより実態が把握しやすい形になるよう項目や質問文に工夫を加えています。また、軽度知的障害を有する場合にも対応できるよう、一部のシートについては質問文をやさしい言葉に置き換え、ふりがなを記載したMSFAS（II）を作成しました。

「MSFAS（III）」

精神障害者の支援を行っている社団法人において、利用者へのアセスメントシートとしてMSFAS（第2版）を活用する中で、より利用者及び支援者にとって活用しやすいシートになるようアレンジを加えてきました。MSFAS（III）は、社団法人における実践に基づき、幅広い場面や状況で活用されることを目的として再構成したものです。

「MSFAS（IV）」

MSFAS（IV）は、うつ病休職者との職業相談にあたり、①職場復帰にあたりどの程度回復していると自覚しているか、②どんなときにストレス・疲労を感じるのか、③ストレス・疲労のサインを知る、④ストレス・疲労をためないための対処方法を考えることを目的として作成しました。

従来MSFAS（第2版）の活用が進められてきた精神障害者及び高次脳機能障害者については、MSFAS（第3版）の（I）～（IV）の各パターンも合わせた中から、それぞれの対象者の状況に応じた必要なシートを選択して活用していただくことをねらっています。

MSFASの機能や特徴、内容等の詳細及び具体的な活用事例は、別冊の「幕張ストレス・疲労アセスメントシート MSFAS の活用のために」をご参照下さい。

（4）グループワーク

トータルパッケージの中の一手法として位置づけているグループワークにおいては、トータルパッケージの各ツールを活用した対象者が数人のグループを構成し、メンバー間でトータルパッケージの活用経過や結果に基づく意見交換がなされます。この意見交換の過程は、対象者自身が、トータルパッケージの活用によって何らかの成果を実感できているのか、あるいは成果が実感できていないとすれば、今後、どのような訓練や体験が必要となるのか等の課題を明確化し、以降の職業リハビリテーション活動の方向性を検討するための有効な機会となっています。