

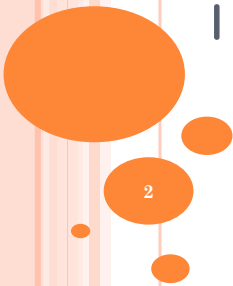
精神保健福祉研修

メンタルヘルスに関する相談に潜む境界知能・ 軽度知的障害について

永井心理臨床オフィス
臨床心理士・公認心理師 永井めぐみ

©Megumi Nagai

1



1. 「境界知能」「軽度知的障害」とは

©Megumi Nagai

2

1. 境界知能・軽度知的障害とは

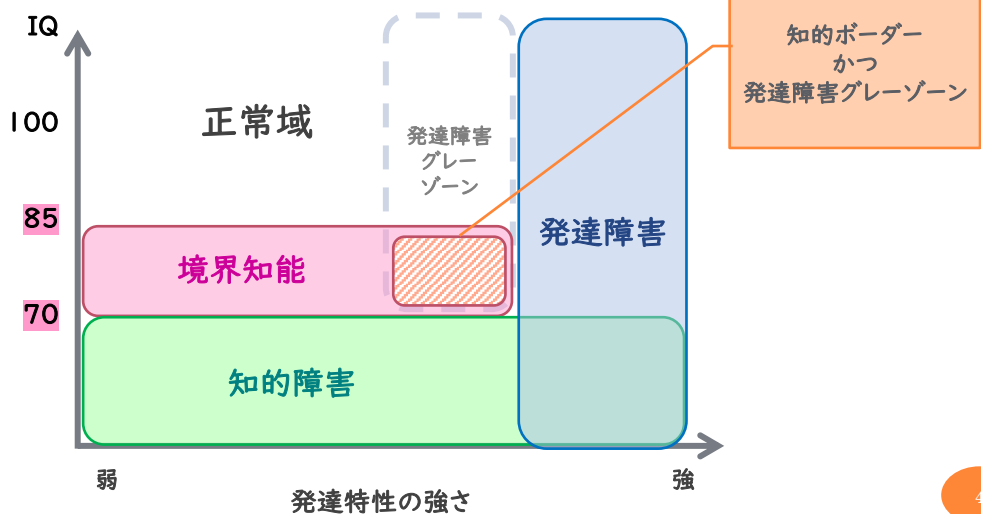
- 総人口の約70%程度が平均的なIQ(IQ85~115)であるのに対し、知的障害とされるのはIQ概ね70未満の方々。総人口の約2%
- 「軽度知的障害」:IQ50~70程度。知的障害の85%程度を占めると推計される
- 「境界知能」:IQが知的障害(IQ70未満)と平均(IQ85~115)の間に位置する状態
- 「境界知能」に該当する人は日本人口の14%、つまり約7人に1人とされている
- 進学や就職、日常生活で困難を抱えることも多い

なぜ、今、境界知能が注目されるのか？

3

3

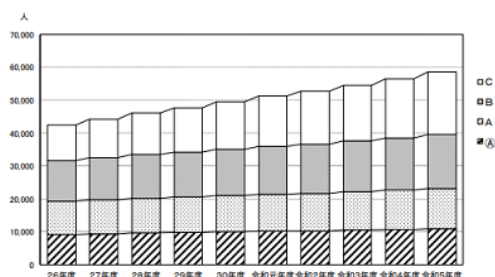
知的障害と発達障害の関係



4

4

■埼玉県療育手帳所持者数の推移



埼玉県障害者の福祉ガイド令和6年4月版

	26年度	27年度	28年度	29年度	30年度	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度
①	9,174 21.6%	9,412 21.3%	9,676 21.0%	9,863 20.7%	10,085 20.3%	10,225 19.9%	10,286 19.5%	10,583 19.4%	10,740 19.0%	10,962 18.7%
A	10,153 23.9%	10,291 23.3%	10,533 22.8%	10,736 22.5%	10,939 22.1%	11,124 21.7%	11,286 21.4%	11,602 21.3%	11,948 21.1%	12,247 20.9%
B	12,359 29.1%	12,848 29.0%	13,286 28.8%	13,584 28.5%	14,097 28.4%	14,587 28.5%	15,004 28.5%	15,391 28.2%	15,846 28.0%	16,401 28.0%
C	10,786 25.4%	11,692 26.4%	12,629 27.4%	13,528 28.4%	14,437 29.1%	15,335 29.9%	16,152 30.6%	16,944 31.1%	17,962 31.8%	18,992 32.4%
合 計	42,472	44,243	46,124	47,711	49,558	51,271	52,728	54,520	56,496	58,602

注 1 上段：実数(人)

下段：構成比(%) ※(小数点以下を四捨五入しているため100%とならない場合がある。)

2 手帳所持者数は各年度末

©Megumi Nagai

5

そもそも知的障害とは

- 知的障害者福祉法に「知的障害」の定義はない
「知的障害」はある種の状態像

療育手帳の判定基準

- ① おおむね発達期までに
- ② 知的機能の障害が認められ
- ③ 日常生活上の支障が認められ、特別な支援が必要な状態である

- 自治体ごとに異なる基準。引越ししたら「療育手帳非該当」になることも。

©Megumi Nagai

6

時代が変われば「知的障害者」も変わる

- 昔は、軽度～境界域の知的能力でも手帳を取得することなく生活できた。
⇒ 社会に必要とされる能力の質が変化し、「日常生活に支障が認められる」人が増加している
- 発達障害概念の拡がり、社会情勢の変化
ex.リーマンショック(2008)
⇒ 療育手帳新規取得希望者の増加
- 精神的な不調の訴え(いわゆる二次障害)で受診したとしても、知的能力の問題についてはなかなか気づかれないことも多い

2. さまざまな現場で出会う「軽度知的障害」 「境界知能」

さまざまな現場で出会う「気になる」ケース

- 精神保健福祉相談で
「不登校・ひきこもり」「ギャンブル依存」「ゲーム依存」
「借金依存」「性依存」
- 学校現場で
「頭が痛い」「おなかが痛い」「目が悪くなった」「耳がおかしい」
⇒身体症状の訴え
- 大学相談室で
「実習がうまくいかない」「レポートが書けない」「就職面接がうまくいかない」

9

9

ひきこもりケースの中の境界知能・軽度知的障害

- 幼少期から不適応、遅れのエピソードあり。学業についていけない。成績がよくない。友人関係が希薄。もしくは同年代との交流が難しい
- 不登校歴があるため、周囲は「経験不足」という理解。経験不足だけで説明がつかない、年齢不相応な言動
- 自身の現状にあまり不安や葛藤を感じられない。将来の見通しを立てられない(想像性の障害)
- 目の前の快・不快感情に左右されやすい
- 長年同じ生活を続けている、高齢化したケース

10

10

ひきこもりケースの支援の実際

- 家族の促しにより、比較的素直に本人が登場することが多い
⇒安全な場であること、自分が非難される場所ではないこと、話を聴いてくれる人がいる、味方になってくれる人がいるということを伝える
- 構造化されていないグループで、自身の課題に気づくことが難しい(自身が浮いていることにも気づかない)。そもそも集団の環境、刺激の調整が必要なケースもいる
⇒グループの相互作用を期待するというよりソーシャルスキル、生活スキル向上を目指す場の方が合っている可能性も
- 療育手帳または精神障害者保健福祉手帳を取得し、福祉サービスへつなぐ

11

11

依存問題の中の境界知能・軽度知的障害

- 「ギャンブル依存」「ゲーム依存」「薬物依存」「借金依存」・・・
- 「やめたいけれどやめられない」「このままじゃいけない」という葛藤があまり感じられない
- 見通しを立てることも苦手。先々のデメリットまでは考えが及ばない
- 本能的。目の前の快感を手放すことが難しい
- 現状認識が乏しい。問題意識の持ちづらさ
- 元々の「ハマりやすさ」。衝動を抑えられない
- プロセス依存には知的・発達障害の特性を持つ方が多い印象
- 金銭管理ができない。「借金依存」？

12

12

依存問題を抱えたケースの支援の実際

- 自助グループが合わないことが多い。「居場所」として機能することはある
- 認知行動療法のワーク、内省を促すワーク等、理解力等にハンデがある方にはなかなか難しい
⇒ 実施するならばその方の認知レベルに合わせた内容、説明が必要
- 性加害：感触へのこだわり、道徳観念の希薄さ
⇒ 道徳観念を育てるのはかなり困難

13

13

支援の現場は「状態像」で縦割り？

「不登校」「ひきこもり」「依存症」「性被害・加害」「盗癖」
それぞれの定型支援、治療プログラム。それぞれの現場の専門家は
その定型の支援にあてはめようとするがうまくいかない。
→ 支援の狭間に落ちる

考え方が逆では？オーダーメイドの支援。
その人の背景をアセスメントし、必要な支援を考える。

14

14

3. 「境界知能」「軽度知的障害」の方を支援するために ー背景のアセスメント

15

15

背景のアセスメント

- 現在困っていること、現在の状況
- 生育歴
- 学歴・職歴
- 家族歴：家族構成、家族に精神疾患の方がいないか、家族関係、家庭内のコミュニケーション等
- 受診歴・相談歴：どんなことを言われたか。診断名、服薬状況等
- その他：手帳の有無、障害サービスの利用など
- 緊急性のアセスメント：暴力の有無、食事は摂れているか など
- 今一番困っていることは何か
- 相談者としてはどうしたいと思っているか
- (家族相談の場合) 本人はどう思っているか
- 今できていることの確認

16

16

生育歴(その人がどう生きてきたか)の聴取

- 現在困っていること、現在の状況、様子から聞き始める
- 「それはいつ頃から始まったのか」「その前はどうかだったか」
- 幼少期：発達の問題（健診での指摘など）、好んだ遊び、遊び方、
対人関係（他者とのかかわり方）、集団での適応など
- 学齢期：成績、学習の遅れ（得意不得意の偏り）、興味・関心、対人関係・友人関係、
集団での適応など（小・中・高それぞれの時期について確認）
- 学歴：望んで進学した学校か、選択した学部、部活動、受験形態など
- 職歴、アルバイト歴：離職理由（自ら？解雇？具体的に確認！）
- 免許、資格（受験回数もチェック）
- 転居・転校
- 犯罪歴
- 対人関係：友人の有無、結婚、離婚、出産歴等

17

17

聴き取りのポイント①

エピソードは具体的に！

例1：「人間関係が嫌になって辞めました」⇒自分で辞めた？辞めさせられた？

仮説①仕事ができず、上司に叱責された

仮説②対人関係に敏感、被害的になりやすい など・・・

例2：「友人関係のトラブルがあり、不登校に」

⇒どんなこと？被害者？加害者？そのことに関して本人はどう受け止めているか？

仮説①：場が読めない、相手の気分の害することを言って（やって）しまい、いじめ
の対象に

仮説②：人間関係に過敏、気を遣い過ぎて疲れてしまう など・・・

18

18

聴き取りのポイント②

- 「実際にどんなことがあって、どう感じたのか」を確認するとよい。
⇒現実を認識する力、認知の歪み等アセスメント
- 家族から聴いた話と、実際の本人の認識にズレがあることはよくあるため、留意する。
※ 依存問題に関する相談(特にギャンブル、ゲーム、買い物、性依存等)の場合、「はまりやすさ」のルーツを探ってみる
遊びの質、物事の切り替え、衝動性、お金の計算、金銭管理、物事の善悪の判断、友人関係の質・・・元々の生活への適応はどうだったか？

19

19

知的・発達の遅れが疑われたら・・・

発達期(0～18歳まで)の遅れのエピソードを確認!

- 医療機関、3歳児・就学時健診等で発達の遅れを指摘された
(知能検査の結果等)
- 特別支援学級、特別支援学校に在籍
- 「特別支援教育を勧められた」「教科によって取り出して授業を受けていた、別課題をやっていた」など
- 学校から「学習についていけない」と言われた
- 成績表が5段階評価で1～2ばかり
- 高校受験せず就職。学力的に進学が困難
⇒必要に応じて療育手帳のすすめ

※ちなみに・・・

- ・特定の学習が不得手(書字、計算、読字)
→学習障害との鑑別
- ・落ち着きがない→ADHDとの鑑別

20

20

4. 支援の原則

21

21

対応の基本

- 日課は計画的に、本人にわかりやすく
- 事前に納得したり、見通しが持てるようにする
- 課題は何をどこまでするのかをわかるように
- 否定語よりも何をしたらよいかを示す
- できること、楽しめることの工夫
- 不安定なときは引き上げ課題を少なくする

大切なのは共感的な視点
受け入れられている安心感のもとに基本的な行動を学びます

22

22

軽度知的障害の方々の支援の難しさ

- 障害程度と社会的困難さは比例しない
⇒軽度の人ほどトラブルが多い
- 軽度の人ほど周囲に理解されずに傷つく体験も多い。劣等感、被害感、人に対する不信感を積み重ねているケースも
⇒二次障害の多さ
- 問題意識の抱きにくさ。将来への葛藤がない
⇒場当たりの、衝動的な行動
- 物事の善悪や本質の理解が表面的。本当の意味でわかっていない
⇒道徳観念を育てるのは困難。「借金」の理解
- 人に騙されやすい
⇒相手の本心を見抜くことは苦手。表面的な言葉に踊らされてしまう

- 最低限の生活が保証されるのであれば、困難なことは極力回避したいと思う人も多い
- 本人からのアクションを待っていても難しいケースは多い
- 成人になって初めて障害認定されたケースは手帳を取得しても、なかなか適応が難しい。基本的な生活スキル、対人関係スキルが身についていない。一方でプライドは高い、など
- ⇔ 幼少期から適切な支援、療育につながっているケースは自己肯定感が高く、生活に必要な適切なスキルが身についており、適応は良いことが多い。
- 家族や周囲の不適切な対応により、問題行動が強化されているケースも多い
- プライドが高い⇒両親等、周囲の価値基準の影響
- 軽度～境界域の人の中には生来の知的能力の問題というよりは、養育環境等の影響が大きいケースも…。
⇒知的障害の支援ではうまくいかないこともある

金銭管理のこと

- 買い物もカードや電子マネー。現物のやり取りではない。イメージができない。仕組みを理解していない。
- 欲しいものが安易に手に入る。
⇒「それは借金である」ということがわからない。
- 目の前にないものをイメージすることが苦手。先のことを考えるのが苦手。
- 今はお釣りの計算ができなくても買い物ができる。便利になった反面、トラブルが増加している。

問題行動が始まる前から計画的にお金を遣うことが苦手なことが多い。カードや電子マネーは使わないなど、できるだけシンプルに。必要があれば、支援者と一緒に確認を。

障害受容の問題

- 「それまで何とかやってきた」というプライドを尊重する。
「障害者と自分は違う」という言葉の背景には、親や周囲の価値観の影響があることが多い。本人はこれまでの苦労を労い、支援を受けることで得られるメリットを丁寧に説明すると、意外とすんなり受け入れることも。
- 親、家族への心理教育は大切。本人の理解者、サポーターとなってもらう。

「親の障害受容が難しい」ということも多いと思いますが、支援者側もきちんと説明ができているでしょうか？

ケースを理解するために

- 「問題行動」の意味を考える。褒められることが少なく、自己肯定感が低い軽度知的障害・境界知能の方にとって、そこでしか得られない「認められる」という経験
⇒強力な刺激。なかなか手放せない
- 表面的に物事をやり過ごすスキルを身に着けている方も多い。とりあえず表面的にはそれらしい返事をするが、実際はわかっていないことも
- プライドの問題。「やりたくない」という答えの裏に「できない、わからない」ということがないか？

27

27

支援を考える際のポイント

Q: その方の表面上の問題行動がなくなったとして、生活上の困難もなくなるでしょうか？

- 診断、障害名はその方を支援するための手がかり。定型のアプローチがうまくいかないのであれば、別の方法も検討
- イネイブリングか？サポートか？
⇒能力に見合った課題を見極める。逃げ道を用意する
- 負荷をかけすぎない。思っているよりずっと本人にとっては負担になっている
- 精神的サポートと生活の具体的サポートが得られる環境が必要

生活が安定する、背伸びしない、自分の居場所ができることで問題が落ち着く方もいます

28

28

ご清聴ありがとうございました