



からだが無意識に動く、 それによって困っていることは ありませんか？



この冊子は、無意識なからだの動きやそれによる
困りごとがないか、気づいていただくために作成しました。
自分では気づかないこともあるため、
このような動きをしていると
言われたことがないか振り返ってみたり、
ご家族など身近な方にも聞いてみましょう。

からだの無意識な動きや それによる困りごと（例）

- ・ 口の周り、体、両手足
などが無意識に動く
- ・ 無意識な動きによって
痛みを感じる



- ・ 舌・あごなど口の周りや喉が無意識に動く
- ・ 話しにくい
- ・ 口から音が出る
- ・ 食べ物が噛みにくい
- ・ 食べ物が飲み込みにくい



- ・ 指、手および腕などが無意識に動く
- ・ 物（鉛筆、ジッパー、箸、スプーン、歯ブラシなど）をつかみにくい
- ・ 字を書く・携帯電話で字を打ちにくい



- ・ 体や両手足が無意識に動く
- ・ 体のバランスを崩すことがある
- ・ つま先、足（足首から下の部分）および脚などが無意識に動く
- ・ 歩きにくい



自分の気持ちやまわりの人との 関わりの中での困りごと（例）

2～3 ページにあげたような動きのせいで、
以下のような困りごとはありませんか？

体の無意識な動きが

- ・ 気になってしかたがない
- ・ 家族や他人から
見られているような気がする



- ・ 家族や他人から止めるように
注意を受ける



- ・ 公共の場所（スーパーマーケット、
電車・バスなど）に行きづらい
- ・ 友人や知人に会いにくい
- ・ 学校・職場・デイケアなどに
行きにくい



からだが無意識に動く、
それは「遅発性ジスキネジア」
かもしれません。



「遅発性ジスキネジア」とは、自分ではなかなか止められない、止めようとしてもすぐに動いてしまうなど、自分の意思と関係のない運動をもたらす神経の障害です。抗精神病薬などのお薬を長い間使用することで、発症することが多いといわれています。

6～7ページに、セルフチェックシートを掲載しています。無意識なからだの動きやそれによる困りごとについて、遅発性ジスキネジアの可能性があるかチェックしてみましょう。



遅発性ジスキネジアのセルフチェックシート



記入日 年 月 日

お名前

年齢

歳

男・女

■ からだの無意識の動きやそれによる困りごと



- ☒ 話しにくい
- ☒ 口から音が出る



- ☒ 食べ物が噛みにくい
- ☒ 食べ物が飲み込みにくい
- ☒ 歯の噛み合わせがよくない
- ☒ 入れ歯（義歯）が合っていないと感じる



- ☒ 物（鉛筆、ジッパー、箸、スプーン、歯ブラシなど）をつかみにくい
- ☒ 文字を書く・パソコンや携帯電話で字が打ちにくい



歩きにくい



無意識な動きによって痛みを感じる



その他

■ 自分の気持ちやまわりの人との関わりの中での困りごと



- ☒ 体の動きが気になってしかたがない
- ☒ 家族や他人から見られているような気がする



- 体の動きが気になり
- ☒ 公共の場所（スーパーマーケット、電車・バスなど）に行きづらい
- ☒ 友人や知人に会いにくい
- ☒ 学校・職場・デイケアなどに行きにくい



- ☒ 家族や他人から止めるように注意を受ける

☒ その他

からだの動きや困りごとは、自分では気づかないこともあります。

ご家族などまわりの人にも確認してみましょう。

■ 病気やお薬について

今、使用している抗精神病薬はありますか？

☐

ない

☐

ある



そのお薬は何種類ですか？

() 種類

そのお薬はどのくらい前から使用していますか？

☐

3ヵ月未満

☐

3ヵ月以上

過去に、抗精神病薬を使用していたことはありますか？

☐

ない

☐

ある

糖尿病である、または血糖値が高いと言われたことがありますか？

☐

ない

☐

ある

気分障害・てんかんなどの持病があったり、頭に大きな怪我をしたことがありますか？

☐

ない

☐

ある

アルコール依存があるとされたことはありますか？

☐

ない

☐

ある

6ページにあてはまる項目があれば、このチェックシートを持参し、
医師と話し合ってみましょう。

**遅発性ジスキネジアであるかどうかは、
医師が診断します。**



遅発性ジスキネジアは、
次のような方に起こりやすいといわれています。

- ① 最近新しく抗精神病薬を使用し始めた方
(特に、使用し始めて2～3ヵ月以上経っている方)
- ② 長い間(数年～数十年)、
抗精神病薬などを使用し続けている方
- ③ ①・②に加えて、高齢の方、女性の方、糖尿病がある方、
気分障害やてんかんがある方、頭部外傷の既往がある方、
アルコール依存がある方

参考：厚生労働省・重篤副作用疾患別対応マニュアル(ジスキネジア) 平成21年5月(令和4年2月改定)
(<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/11/dl/tp1122-1c53.pdf>) (2026年7月13日閲覧)

診察時に記載したセルフチェックシートを持参し、
医師と話し合ってみましょう。

日常でのご自身の症状の動画を撮影しておき、
医師に見ていただくことも有効です。

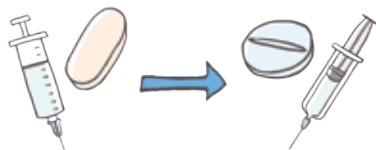
その際には、おくすり手帳など現在使用している薬・過去に
使用していた薬がわかる資料を一緒に持参しましょう。

■ 遅発性ジスキネジアの治療の選択肢

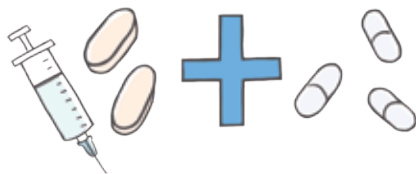
- ① 遅発性ジスキネジアの原因となっている
お薬を中止または減量する



- ② 遅発性ジスキネジアの原因となっている
お薬を他のお薬に変更する



- ③ 困っている動きを
改善するための
お薬を追加する



参考：厚生労働省、重篤副作用疾患別対応マニュアル（ジスキネジア）平成 21 年 5 月（令和 4 年 2 月改定）
(<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/11/dl/tp1122-1c53.pdf>) (2026 年 7 月 13 日閲覧)

自己判断でお薬を中止したり減量したりすることは非常に危険です。
絶対に行わないでください。

治療に際して、 助成を受けられる制度もあります



自立支援医療制度

一般の方は医療費の3割の自己負担が1割に軽減され、さらに1割の負担が

※1: 1割の自己負担に対して、各自治体が独自の公費で助成していることがあります。詳細はお住まいの都道府県・市区町村の担当窓口にお問い合わせください。

■ 自己負担の上限（月額）

所得区分（医療保険の世帯単位）※2

一定所得以上	市町村民税 235,000円以上(年収:約833万円以上)
中間所得2	市町村民税 33,000円以上、235,000円未満 (年収:約400～833万円未満)
中間所得1	市町村民税 33,000円未満(年収:約290～400万円未満)
低所得2	市町村民税 非課税（低所得1を除く）
低所得1	市町村民税 非課税 (本人又は障害児の保護者の年収82.65万円以下)
生活保護	生活保護世帯

※2: 年収金額はおおよその目安です。

※3: 重度かつ継続は、〔更生・育成〕では腎臓機能・小腸機能・免疫機能・心臓機能障害（心臓移植後の抗免疫療法に限る）・肝臓の機能障害（肝臓移植後の抗免疫療法に限る）の者、〔精神通院〕では①統合失調症、躁うつ病・うつ病、てんかん、認知症等の脳機能障害、薬物関連障害（依存症等）の者、②精神医療に一定以上の経験を有する医師が判断した者、または疾病等に関わらず、高額な費用負担が継続する者（医療保険の多数回該当の者）が対象範囲となります。

※4: 育成医療の中間所得1、2及び重度かつ継続の一定所得以上の負担上限月額（**赤文字部分**）については、令和6年3月31日までの経過的特例措置 令和9年3月31日まで延長

過大なものにならないよう世帯の所得に応じて上限が設けられています※1。

更生医療・精神通院医療	育成医療	重度かつ継続※3
対象外	対象外	20,000円※4
総医療費の1割 又は高額療養費(医療保険) の自己負担限度額	10,000円※4	10,000円
	5,000円※4	5,000円
5,000円		
2,500円		
0円		

高額療養費制度

医療機関や薬局の窓口で支払ったひと月の医療費※が上限（月単位の上限額に満たない場合でも年単位の上限額を超えた場合は、その超えた金額が

※：入院時の食費負担や差額ベッド代等は含みません。

70歳未満	所得区分		
	年収換算	健保（標準報酬月額）	国保（旧ただし書き所得）
	約 1,160 万円 ～	83 万円以上	901 万円超
	約 770 万円 ～ 約 1,160 万円	53 万円 ～ 79 万円	600 万円 ～ 901 万円
	約 370 万円 ～ 約 770 万円	28 万円 ～ 50 万円	210 万円 ～ 600 万円
	～ 約 370 万円	26 万円以下	210 万円以下
住民税非課税			

70歳以上	所得区分		
	年収換算	健保（標準報酬月額）	国保・後期（課税所得）
	約 1,160 万円 ～	83 万円以上	690 万円以上
	約 770 万円 ～ 約 1,160 万円	53 万円 ～ 79 万円	380 万円以上
	約 370 万円 ～ 約 770 万円	28 万円 ～ 50 万円	145 万円以上
	～ 約 370 万円	26 万円以下 ^(※2)	145 万円未満 ^(※2、3)
住民税非課税			
住民税非課税（所得が一定以下）			

※1 義務教育就学前の者については2割。

※2 収入の合計額が520万円未満（1人世帯の場合は383万円未満）の場合も含む。

※3 旧ただし書き所得の合計額が210万円以下の場合も含む。

※4 課税所得が28万円以上かつ年金収入+その他の合計所得金額が200万円以上（複数世帯の場合は320万円以上）の者については2割。

窓口の支払いを自己負担限度額にすることができます

① マイナ保険証（健康保険証利用登録を行ったマイナンバーカード）を利用する

医療機関や薬局の窓口で設置されているカードリーダーで、「限度額情報の表示」に同意することで窓口支払いを自己負担限度額にすることができます。

② 限度額適用認定証等を提示する

マイナ保険証ではなく、資格確認書を利用している方は、事前に参加している健康保険組合等に限度額適用認定証等の交付を申請します。限度額適用認定証等の提示により、窓口支払いを自己負担限度額にすることができます。

*75歳以上の方が加入する「後期高齢者医療制度」では、2024年（令和6年）12月に限度額適用認定証等の新規発行を終了しました。後期高齢者医療制度の被保険者の方は、限度区分が記載された資格確認書の提示で窓口支払いを自己負担限度額にすることができます。

※ 高額療養費の支給申請や詳細については、ご自身が加入している公的医療保険にお問い合わせください。

額)を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度です。月単位の上限支給されます。上限額は、年齢や所得によって異なります。

	負担割合	月単位の上限額 (円)		年単位の上限額 (円)
			多数回該当	
	3割 ^(※1)	270,300 + (医療費 - 901,000) × 1%	< 140,100 >	1,680,000
		179,100 + (医療費 - 597,000) × 1%	< 93,000 >	1,110,000
		85,800 + (医療費 - 286,000) × 1%	< 44,400 >	530,000
		61,500		530,000 ^(※5)
		36,900	< 24,600 >	290,000

	負担割合	月単位の上限額 (円)			年単位の上限額 (円)
		外来 (個人ごと)		多数回該当	
	3割	270,300 + (医療費 - 901,000) × 1%		< 140,100 >	1,680,000
		179,100 + (医療費 - 597,000) × 1%		< 93,000 >	1,110,000
		85,800 + (医療費 - 286,000) × 1%		< 44,400 >	530,000
	70-74 歳 2割 75 歳以上 1割 ^(※4)	22,000 (年間上限 216,000)	61,500		530,000 ^(※6)
		11,000 (年間上限 96,000)	25,700		< 24,600 >
		8,000	15,700	-	180,000

※ 5 [年収換算～約 200 万円 (健保: 15 万円以下、国保: 86 万円未満)] 区分に該当することが確認できた者は、年間上限 41 万円を適用し、令和 9 年 8 月以降に償還払い。
※ 6 [年収換算～約 200 万円 (健保: 15 万円以下、国保・後期: 28 万円未満)] 区分に該当することが確認できた者は、年間上限 41 万円を適用し、令和 9 年 8 月以降に償還払い。

ご負担をさらに軽減するしくみもあります

① 世帯合算

おひとり1回分の窓口負担では上限額を超えない場合でも、複数の受診や、同じ世帯にいる他の方 (同じ医療保険に加入している方に限ります) の受診について、合算することができます。ただし、70 歳未満の方の受診については、2 万 1 千円以上の自己負担のみ合算されます。

② 多数回該当

過去 12 ヶ月以内に 3 回以上、上限額に達した場合は、4 回目から「多数回該当」となり、上限額が下がります。

都道府県の重度心身障害者(児) 医療費助成制度

心身に重度の障害がある方の健康と福祉の増進、医療費の負担軽減を目的に、保険診療で医療機関を受診した場合の自己負担金を都道府県と市区町村が助成する制度です。

対象者

身体障害者手帳1級、2級、3級(内部障害)、療育手帳A、B、精神障害者保健福祉手帳1級の方などが対象となります。ただし自治体によってどこまでの方が対象になるか異なりますので、お住まいの自治体の窓口にお問い合わせください。

自己負担

自己負担額、給付の方法は自治体によって異なります。いったん医療機関の窓口で保険診療の自己負担分を支払い、後日、指定された口座に助成金が振り込まれる方法や、医療機関の窓口で医療費を支払う際に適用される方法などがあります。

申請方法

自治体により窓口が異なります。

申請時には、身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳、印鑑、健康保険の資格情報が確認できるものなどが必要になります。詳細は自治体のホームページなどをご覧ください。

遅発性ジスキネジアの情報サイト 「サーチライト」のご案内

主なコンテンツ

動画で学べるコンテンツ

「遅発性ジスキネジア 症状動画ライブラリー」

遅発性ジスキネジアの典型的な症状を、部位別と日常生活のシーン別にご覧いただけます。



遅発性ジスキネジアとは何か?をわかりやすく解説

「遅発性ジスキネジアについて」

遅発性ジスキネジアの原因や症状、どうして起こるのか?などを解説しています。
また、遅発性ジスキネジアに「早く気づくためのポイント」もまとめています。



アクセス方法



スマートフォンから

右の二次元コードを読み取っていただくか、下記のURLにアクセスしてください



<https://td-searchlight.jp/>



パソコンから

「TD サーチライト」と検索いただくか、右記URLを入力しアクセスしてください。

TD サーチライト



<https://td-searchlight.jp/>



遅発性ジスキネジア情報サイト

いっしょにみつける、ささえる

サーチライト



医療機関名