



セルフ
チェック
シート



不随意運動 セルフチェックシート

監修

富山 誠彦 先生 弘前大学医学部脳神経内科 診療科長・教授
嶽北 佳輝 先生 関西医科大学精神神経科学講座 診療教授

このセルフチェックシートは、患者さんによくみられる不随意運動を患者さん本人やご家族が、部位ごとにその特徴からチェックできるように作成されたシートです。

不随意運動のスクリーニング、不随意運動や症状についての患者さんやご家族との情報共有にお役立てください。

手順書

セルフチェックシートの☑のついた症状を目安に、下の「不随意運動の診かたの手順」を参考に、不随意運動の診断・対処法の検討にもお役立てください。

不随意運動が気になる方へ
不随意運動セルフチェックシート

体の一部が自分の意志とは関係なく動いてしまう運動を「不随意運動」といいます。薬の影響や病気が原因のこともあるので、気になる動きがある場合は医師にご相談ください。

お名前 _____ 記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日
年齢 _____ 歳 男・女 _____

※当てはまる動きに☑チェックしてください

口周囲

- ☐ 口をモグモグする
- ☐ 舌がクチャクチャする
- ☐ くちびるをすぼめる、とがらせる
- ☐ あごが線に細かくふるえる
- ☐ 歯をくいしばる
- ☐ その他()

目周囲

- ☐ まばたきを繰り返す、目をパチパチする
- ☐ 眉をひそめる、しかめ面
- ☐ 目を開けにくい
- ☐ その他()

上肢

- ☐ 腕をクネクネ動かす
- ☐ 腕をねじる
- ☐ 手の指がヒラヒラ動く
- ☐ 手がふるえる
- ☐ 字を書くときや楽器を演奏するときに手や指がこわばる
- ☐ その他()

体・首・腰

- ☐ 体をゆする、ねじる
- ☐ 首をふる
- ☐ 首が一方方向にギューと固まる
- ☐ その他()

下肢

- ☐ 脚がクネクネ動く
- ☐ 脚がふるえる
- ☐ その他()

医師記入欄

不随意運動のタイプ

A	規則的	☐ 不規則
B	ゆるやか	☐ ぴくつきとずる動き
C	持続的筋緊張あり	☐ 持続的筋緊張なし

医師の
目録へ

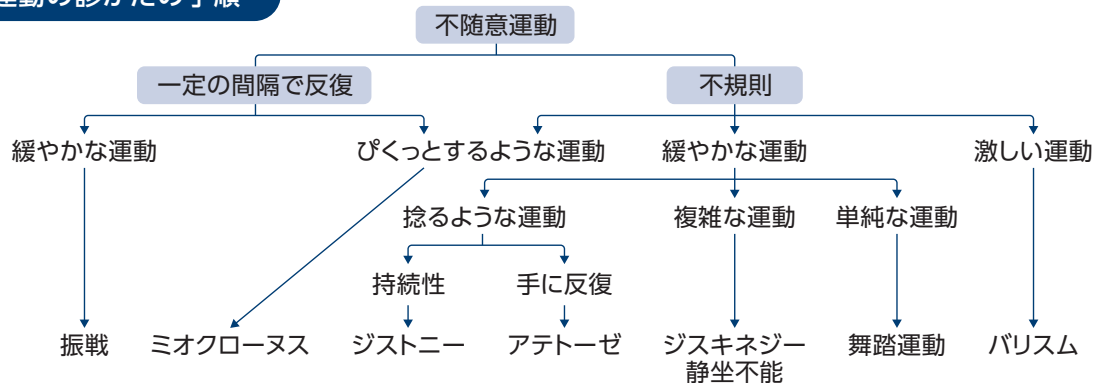
上記の結果を参考に、手順書（表紙記載）を見ながら診断にお役立てください。

田辺ファーマ

監修 富山 誠彦 先生（弘前大学医学部脳神経内科 診療科長・教授）
嶽北 佳輝 先生（関西医科大学精神神経科学講座 診療教授）

2026年6月作成
DYS-0317AA(-)
（審）26VI121

不随意運動の診かたの手順



解説

- 不随意運動を診察する場合、上図のような考え方で観察すると比較的理論的に診断分類に到達できます。
- まず、一定の時間間隔で反復しているか、不規則に起こっているかに注目。前者の場合、比較的緩やかなものであれば振戦と判断できます。後者の場合は、動きの速度や特徴によって更に分類します。
- ジスキネジアは口唇や手足に起こる不規則な運動で、緩やかで、複雑な運動であることが特徴です。

※ 不随意運動はしばしば代謝異常や薬物の影響、さらに脳の器質的障害によって症候性または二次性に生じるので、その可能性を常に念頭において診療に当たることが大切です。

柴崎 浩. 日内会誌. 2000; 89(4): 617-622.

遅発性ジスキネジアの鑑別診断



不随意運動を呈する患者



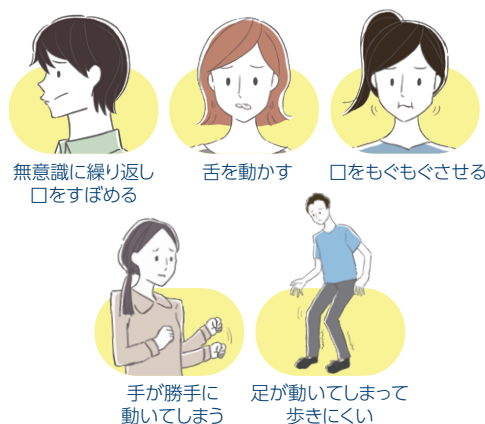
- ☒ 抗精神病薬や他のドパミン受容体遮断薬*の投与中、または経口剤の中止後4週間以内(長時間作用型注射剤の中止後8週間以内)に発症する。
- ☒ 少なくとも3ヵ月間(60歳以上では1ヵ月間)、原因薬剤の使用歴がなければならない。

* 他のドパミン受容体遮断薬: 胃腸障害に対するシナプス後部のドパミン受容体を遮断する医薬品

日本精神神経学会(日本語版用語監修) 高橋三郎・大野裕(監訳): DSM-5-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル 2023. 医学書院. 794-796.より作成



- ☒ 舌、あご、体幹または四肢の異常な不随意運動で、少なくとも4週間にわたって現れる。
- ☒ その性質は、舞蹈病様、アテトーゼ様、または半律動性であり、薬剤性パーキンソンズムでよくみられる律動的な振戦と明らかに異なる。
- ☒ 抗精神病薬や他のドパミン受容体遮断薬*の休薬中に出現したジスキネジアでも、少なくとも4週間持続する場合、遅発性ジスキネジアと診断できる。



* 他のドパミン受容体遮断薬: 胃腸障害に対するシナプス後部のドパミン受容体を遮断する医薬品

日本精神神経学会(日本語版用語監修) 高橋三郎・大野裕(監訳): DSM-5-TR 精神疾患の診断・統計マニュアル 2023. 医学書院. 794-796.より作成



遅発性ジスキネジアの診断・鑑別

鑑別診断

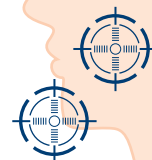
主な鑑別疾患: 離脱性ジスキネジア、特発性ジスキネジア(高齢者、抗精神病薬未使用の慢性統合失調症患者など)など
検査: 神経学的検査、運動症状の経過や過去と現在の治療薬歴、肝機能検査、甲状腺機能検査、血清カルシウム、全血算、抗リン脂質抗体などの臨床検査
追加検査: ウィルソン病に対するセルロプラスミン、ハンチントン病や脳卒中、その他の病変による基底核の変化に対する脳MRI、抗NMDA受容体脳炎に対する腰椎穿刺など

PRACTICE GUIDELINE FOR THE Treatment of Patients With Schizophrenia THIRD EDITION.
AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION

遅発性ジスキネジアと間違えやすい不随意運動(振戦)との鑑別ポイント

	遅発性ジスキネジア	振戦
口(舌)	口をゆがめたり舌なめずり 	リズムカルにふるわせる 
顎	口をモグモグ歯をくいしばる 	細かくふるわせる 

動画で
みる



監修: 富山 誠彦 先生

不随意運動セルフチェックシート

体の一部が自分の意志とは関係なく動いてしまう運動を「不随意運動」といいます。
薬の影響や病気が原因のこともあるので、気になる動きがある場合は医師にご相談ください。

お名前

記入日 年 月 日

年齢 歳 男・女

※ 当てはまる動きに ☒ チェックしてください

口周囲

- ☒ 口をモグモグする
- ☒ 舌がクチャクチャする
- ☒ くちびるをすぼめる、とがらせる
- ☒ あごが縦に細かくふるえる
- ☒ 歯をくいしばる
- ☒ その他()

目周囲

- ☒ まばたきを繰り返す、目をパチパチする
- ☒ 眉をひそめる、しかめ面をする
- ☒ 目を開けにくい
- ☒ その他()

上肢

- ☒ 腕をクネクネ動かす
- ☒ 腕をねじる
- ☒ 手の指がヒラヒラ動く
- ☒ 手がふるえる
- ☒ 字を書くときや楽器を演奏するときに手や指がこわばる
- ☒ その他()

体・首・腰

- ☒ 体をゆする、ねじる
- ☒ 首をふる
- ☒ 首が一方向にギューと固まる
- ☒ その他()

下肢

- ☒ 脚がクネクネ動く
- ☒ 脚がふるえる
- ☒ その他()

医師記入欄

不随意運動のタイプ

- | | | |
|---|--|--|
| A | ☒ 規則的 | ☒ 不規則 |
| B | ☒ ゆるやか | ☒ ぴくっとする動き |
| C | ☒ 持続的筋緊張あり | ☒ 持続的筋緊張なし |

医師の
皆様へ

上記の結果を参考に、手順書(表紙記載)を見ながら診断にお役立てください。

監修 富山 誠彦 先生(弘前大学医学部脳神経内科 診療科長・教授)
嶽北 佳輝 先生(関西医科大学精神神経科学講座 診療教授)



製造販売元

田辺ファーマ株式会社

大阪市中央区道修町3-2-10