

基本チェックリストの記載について(磐田市)			
	基本チェックリストの質問項目	判断等	
1～5までの質問項目は日常生活動作について尋ねています。			
1	バスや電車で1人で外出していますか？		
趣旨	家族などの付き添いなしで、1人でバスや電車を利用して外出しているかどうか。		
注意	手段は何であっても1人で外出しているかを問うもの。	介護予防事業に参加するための送迎バスの利用している	ふくめない
	バスや電車がなかったところではそれに順じた公共交通機関におきかえる。	1人で自動車、バイク、自転車を運転して外出している	はい
		デマンドタクシーの手配に関わらず一人で利用できる	はい
2	日用品の買い物をしていますか		
趣旨	自分で店に出向き、何らかの日用品の買い物を適切におこなっているかどうか。		
注意	買い物先までの距離や頻度、交通手段は問いません。	電話での注文、宅配サービスで買い物をしている	いいえ
		週末に家族の買い物支援により一緒に車で外出し、自分に必要な物品を購入する	はい
		日用品は家族が揃えるがデイに持っていきたい飴だけコンビニに買いに行く	はい
3	預貯金の出し入れをしていますか		
趣旨	自ら預貯金の出し入れをできるかの能力を問います。	銀行等で窓口での手続きやATMの操作を含め本人の判断により金銭管理を行っている場合に「はい」	はい
		家族等に依頼して預貯金の出し入れを行っている場合は「いいえ」	いいえ
		管理の仕方は不適切だが支援者もなく預貯金の出し入れをしている	はい
4	友人の家を訪ねていますか？		
趣旨	友人の家を訪ねているかどうかを尋ねています。	電話による交流をしている。	いいえ
	社会参加や社会交流を問います。	家族や親戚の家の訪問はする	いいえ
		老人クラブ、サロンへは参加している。	はい
5	家族や友人の相談にのっていますか？		
趣旨	家族や友人の相談にのっているかを尋ねています。	会わずに、電話のみで相談に応じている	はい
		井戸端会議程度の相談をしている	はい
		ファックスやメールなどで相談にのっている	はい

6～10までの質問項目は運動器の機能について尋ねています。

6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか		
趣旨	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか。手すりや壁をつたわずに昇っているかどうかを尋ねています。	時々手すりを使用する。	はい
	階段を昇ることがない⇒ 段差で考える	手すり等を使わず階段を昇るぬ力はあるがあっても習慣的に手すり等を使っている場合(予防や用心のため)	いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか？		
趣旨	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっているかどうか？	時々つかまっている程度	はい
		できないことはないが、習慣的につかまる	いいえ
		ひざにつかまる人 時々か習慣的にで判断	いいえ
8	15分続けて歩いていますか？		
趣旨	15分続けて歩いているかどうかを尋ねています。		
注意	屋内、屋外の場所は問いません。	杖、シルバーカーのを利用すれば歩ける	はい
		日常的に15分続けて歩くことはないが、能力はある。	はい
9	この一年間転んだことがありますか		
趣旨	この一年間転んだことがありますか1年間の「転倒」の事実があるかどうかを尋ねます	覚えていないと回答に悩む場合(認知症で忘れたのではなく、軽く済んだから覚えていない程度) つまづくは転倒と考えない。つまづくことによる不安は10へ反映	いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか		
趣旨	現在転倒に対する不安が大きいかどうかを本人の主観に基づき回答してください。	実際転倒したことがなくても心配している。	はい
11～12までの質問項目は低栄養かどうかについて尋ねています。			
11	6ヶ月間で2～3Kg以上の体重減少がありましたか		
趣旨	6ヶ月間で2～3Kg以上の体重減少があったかどうかを尋ねています。	6ヶ月以上かかって減少している場合	いいえ
12	身長、体重		
	整数で記載してください。	身長は過去の測定値を記載	
		体重は1か月以内の値	

13～15までの質問項目は口腔機能について尋ねています

13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか		
趣旨	半年前に比べて固いものが食べにくくなったかどうかを尋ねています。	半年前以上前から固いものが食べにくく、その状態に変化が生じていない	いいえ
注意	低下していることを尋ねている。	固いものに限らず「食べることに不自由を感じている」	はい
		治療中で食べられない。 治療前は食べられたが、今は食べられない。治療後は食べられることを想定する。	いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか		
趣旨	お茶や汁物等でむせることがあるかどうかを本人の主観に基づき回答してください。		
注意	ひどくむせても、軽くむせても、慌てて食べても本人の主観。		
15	口の渇きが気になりますか		
趣旨	口の渇きが気になるかどうかを本人の主観に基づき回答してください。		
注意	「のどの渇き」は含みません。		
	「糖尿病による」は喉の渇きとは違います。		
16～17までは閉じこもりについて尋ねています。			
16	週に一回以上は外出していますか		
趣旨	週によって外出頻度が異なる場合は過去1か月の状態を平均してください。	30分以上の庭、屋敷の草取り	いいえ
注意	外出とは30分以上。	定期受診のための外出	いいえ
	家族の同行の有無は問わない。	現在参加中の介護予防事業や通所サービスに参加するため外出は含まない	
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか		
注意	主観で判断。	昨年の外出回数と比べて今年の外出回数が減少傾向にある	はい
		昨年の外出回数に関係なく、本人が外出回数がわずかでも減ったと感じる	はい

	18～20までは認知症について尋ねています		
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあるとされていますか		
具体例	さっき言ったでしょ と言われますか？	本人は物忘れがあると思っても、周りの人から指摘されることがない	いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか		
趣旨	何らかの方法で自分で電話番号を調べて電話をかけているかどうかを尋ねています。	誰かに電話番号を尋ねて電話をかける	いいえ
		誰かに電話番号を尋ねて電話をかけるダイヤルしてもらい会話だけする場合	いいえ
		短縮ダイヤルでかける	はい
		携帯Telを操作してかけたい所へかける	はい
20	今日が何月何日かわからない時がありますか？		
趣旨	今日が何月何日かわからない時があるかどうかを本人の主観に基づき回答してください。	月と日の一方しか分らない場合	はい
	21～25まではうつについて尋ねています		
ここ2週間の状況を本人の主観に基づき回答してもらおう			
趣旨	急激に気持ちが落ちて、うつ傾向かどうかをみていきます		
21	(ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない	ここ2週間とは「今日は調子が良い」「2週間うちで一時的に」ということではなく「それなりに長い期間(目安として2週間程度あるいはそれ以上)にわたり継続している」ことを意図します。	
22	(ここ2週間) これまで楽しんでやれたことが楽しめなくなった		
23	(ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる		
24	(ここ2週間) 自分が役立つ人間だとは思えない		
25	(ここ2週間) わけもなくつかれたような感じがする		
【共通事項】			
①対象者には、各質問項目の趣旨を理解していただいた上で回答してもらってください。それが適当な回答かどうかの判断は、基本チェックリストを評価する者が行ってください。			
②期間を定めていない質問項目については、現在の状況について回答してもらってください。			
③習慣を問う質問項目については、頻度も含め、本人の判断に基づき回答してもらってください。			
④各質問項目の趣旨は上記のとおりです。各質問項目の表現は変えないでください。			