

# 久留米市 基本チェックリスト

氏名

様

確認日 平成 年 月 日

| No.  | 質問項目 | 回 答 (どちらかに○印)  |       |        |             |
|------|------|--|-------|--------|-------------|
| 生活全般 | 1    | バスや電車で1人で外出していますか  | 0. はい | 1. いいえ | 合計<br>( /5) |
|      | 2    | 日用品の買物をしていますか  | 0. はい | 1. いいえ |             |
|      | 3    | 預貯金の出し入れをしていますか  | 0. はい | 1. いいえ |             |
|      | 4    | 友人の家を訪ねていますか   | 0. はい | 1. いいえ |             |
|      | 5    | 家族や友人の相談にのっていますか   | 0. はい | 1. いいえ |             |
| 運動   | 6    | 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか  | 0. はい | 1. いいえ | 合計<br>( /5) |
|      | 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   | 0. はい | 1. いいえ |             |
|      | 8    | 15分位続けて歩いていますか   | 0. はい | 1. いいえ |             |
|      | 9    | この1年間に転んだことがありますか  | 1. はい | 0. いいえ |             |
|      | 10   | 転倒に対する不安は大きいですか  | 1. はい | 0. いいえ |             |
| 栄養   | 11   | 6ヵ月間で2～3kg以上の体重減少がありましたか   | 1. はい | 0. いいえ | 合計          |
|      | 12   | 身長                   cm、 体重                   kg (BMI=                   ) (注) |       |        | ( /2)       |
| 歯・口  | 13   | 半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか  | 1. はい | 0. いいえ | 合計<br>( /3) |
|      | 14   | お茶や汁物等でむせることがありますか   | 1. はい | 0. いいえ |             |
|      | 15   | 口の渇きが気になりますか   | 1. はい | 0. いいえ |             |
| 外出   | 16   | 週に1回以上は外出していますか  | 0. はい | 1. いいえ | 合計          |
|      | 17   | 昨年と比べて外出の回数が減っていますか  | 1. はい | 0. いいえ | ( /2)       |
| もの忘れ | 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ますか   | 1. はい | 0. いいえ | 合計<br>( /3) |
|      | 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  | 0. はい | 1. いいえ | 1～20<br>合計  |
|      | 20   | 今日が何月何日かわからない時がありますか   | 1. はい | 0. いいえ | ( /20)      |
| こころ  | 21   | (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない   | 1. はい | 0. いいえ | 合計<br>( /5) |
|      | 22   | (ここ2週間) これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった   | 1. はい | 0. いいえ |             |
|      | 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   | 1. はい | 0. いいえ |             |
|      | 24   | (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない  | 1. はい | 0. いいえ |             |
|      | 25   | (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする   | 1. はい | 0. いいえ |             |

(注) BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) が 18.5 未満の場合に該当とする。

介護予防・生活支援サービス事業： (該当) ・ 非該当