

吹田市 基本チェックリスト（介護予防サービス・支援計画書作成用）

実施日	年 月 日 ()	実施場所	来所 ・ 訪問 その他 ()
被保険者番号	0 0 0	生年月日	
フリガナ		明 大 昭	
氏 名		年 月 日 () 才	
住 所	〒 吹田市		

NO.	質問項目	回答 (いずれかに○印)		1. の 個数
暮らし	1 バスや電車で1人で外出していますか 自分で車を運転し外出している場合も含まれます	0. はい	1. いいえ	A 1~20の うち 10個 □
	2 日用品の買い物をしていますか 買い物に出かけて、必要なものが買えていますか	0. はい	1. いいえ	
	3 預貯金の出し入れをしていますか 窓口の手続きも含め、自分の判断で金銭管理をしていますか	0. はい	1. いいえ	
	4 友人の家を訪ねていますか 電話やメールによる交流や、家族や親戚の家への訪問は含みません	0. はい	1. いいえ	
	5 家族や友人の相談にのっていますか 電話やメールによる相談は含まれます	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 時々使う程度であれば「はい」、能力があっても習慣的に使用している場合は「いいえ」とします	0. はい	1. いいえ	B 6~10の うち 3個 □
	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 時々使う程度であれば「はい」とします	0. はい	1. いいえ	
	8 15分間位続けて歩いていますか 屋内、屋外等の場所は問いません	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 転倒したかどうかをお考えください	1. はい	0. いいえ	
	10 転倒に対する不安は大きいですか ご自分の感じ方でお答えください	1. はい	0. いいえ	
栄養	11 6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか 6か月以上かかって減少した場合は「いいえ」とします	1. はい	0. いいえ	C 11、12 全て □
	12 身長 (cm) 体重 (kg) (BMI =) BMI = (体重 (Kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)) が 18.5 未満の場合に該当とします	1. はい	0. いいえ	
歯や口	13 半年前に比べて堅いものが食べにくくなりましたか 半年以上前から続いていて、変化がない場合は「いいえ」とします	1. はい	0. いいえ	D 13~15 のうち 2個 □
	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	

No	質問項目		回答 (いずれかに○印)		1. の 個数
外出	16	週に1回以上は外出していますか 過去1か月の状態を平均してください	0. はい	1. いいえ	E 16に 該当 □
	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	
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 ご自分で物忘れを感じていても、周りの人に言われない場合は「いいえ」とします	1. はい	0. いいえ	F 18~20 のうち 1個 □
	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 誰かに調べてもらう、相手にかけてもらい会話するだけの場合は「いいえ」とします	0. はい	1. いいえ	
	20	今日が何月何日かわからない時がありますか 月と日の一方しかわからない場合には「はい」とします	1. はい	0. いいえ	
ここ 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	G 21~25 のうち 2個 □
	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	
医療 情報	26	この3か月間で1週間以上にわたる入院をしましたか	1. はい	0. いいえ	
	27	かかりつけ医等から「運動を含む日常生活を制限」されていますか	1. はい	0. いいえ	
	28	この6か月以内に心臓発作または脳卒中をおこしましたか	1. はい	0. いいえ	
	29	重い高血圧(収縮期血圧180mmHg以上、拡張期血圧110mmHg以上)がありますか	1. はい	0. いいえ	
	30	糖尿病で目が見えにくくなったり、腎機能低下、あるいは低血糖などがあると指摘されていますか	1. はい	0. いいえ	
	31	この1年間で心電図に運動を制限するような異常があるとされましたか	1. はい	0. いいえ	
現在の健康状態		よい ・ まあよい ・ ふつう ・ あまりよくない ・ よくない			

備考欄

※No. 26~31の医療情報についての聞き取りは、終了時には必要ありません。

基本チェックリスト該当者の基準

A No.1～20 までの 20 項目のうち 10 項目以上に該当	複数項目に支障
B No.6～10 までの 5 項目のうち 3 項目以上に該当	運動機能の低下
C No.11～12 の 2 項目のすべてに該当	低栄養状態
D No.13～15 までの 3 項目のうち 2 項目以上に該当	口腔機能の低下
E No.16～17 の 2 項目のうち、No.16 に該当	閉じこもり
F No.18～20 までの 3 項目のうち 1 項目以上に該当	認知機能の低下
G No.21～25 までの 5 項目のうち 2 項目以上に該当	うつ病の可能性

(注) この表における該当とは、回答が「1。」に該当することをいう。

【No.26～31 までの 6 項目について】

事業対象者は、要介護等認定のプロセスを踏まないことから、介護保険認定者のように主治医意見書による医療情報が得られないため No.26～31 の医療項目を設けている。(事業対象者の基準項目外)

1項目以上に該当し、初めて通所型サポートサービス利用を希望される場合は必須、また、その他、医師の判断が必要な場合には、本人・家族等から丁寧に身体状況を聞き取るとともに、「診療情報提供書」を用い主治医の意見を確認する。

基本チェックリストについての考え方

【共通事項】

- ①対象者には、各質問項目の趣旨を理解してもらってください。
- 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以下のとおりです。各質問項目の表現は変えないでください。

	質問項目	質問項目の趣旨
1～5の質問項目は、日常生活関連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	家族等の付き添いなしで、1人でバスや電車を利用して外出しているかどうかを尋ねています。バスや電車のないところでは、それに準じた公共交通機関に置き換えて回答してください。なお、1人で自家用車を運転して外出している場合も含まれます。
2	日用品の買い物をしていますか	自ら外出し、何らかの日用品の買い物を適切に行っているかどうか（例えば、必要な物品を購入しているか）を尋ねています。頻度は、本人の判断に基づき回答してください。電話での注文のみで済ませている場合は「いいえ」となります。
3	預貯金の出し入れをしていますか	自ら預貯金の出し入れをしているかどうかを尋ねています。銀行等での窓口手続きも含め、本人の判断により金銭管理を行っている場合に「はい」とします。家族等に依頼して、預貯金の出し入れをしている場合は「いいえ」となります。
4	友人の家を訪ねていますか	友人の家を訪ねているかどうかを尋ねています。電話による交流や家族・親戚の家への訪問は含みません。
5	家族や友人の相談にのっていますか	家族や友人の相談にのっているかどうかを尋ねています。面談せずに電話のみで相談に応じている場合も「はい」とします。
6～10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	階段を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、手すり等を使用している程度であれば「はい」とします。手すり等を使わずに階段を昇る能力があっても、習慣的に手すり等を使っている場合には「いいえ」となります。
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	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を尋ねています。時々、つかまっている程度であれば「はい」とします。
8	15分位続けて歩いていますか	15分位続けて歩いているかどうかを尋ねています。屋内、屋外等の場所は問いません。
9	この1年間に転んだことがありますか	この1年間に「転倒」の事実があるかどうかを尋ねています。
10	転倒に対する不安は大きいですか	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。
11・12の質問項目は、低栄養状態かどうかについて尋ねています。		
11	6か月で2～3kg以上の体重減少がありましたか	6か月間で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か月以上かかって減少している場合は「いいえ」となります。
12	身長、体重	身長、体重は、整数で記載してください。体重は1か月以内の値を、身長は過去の測定値を記載して差し支えありません。

13～15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	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場合は「いいえ」となります。
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	お茶や汁物等を飲む時に、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。
15	口の渇きが気になりますか	口の中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。
16・17の質問項目は、閉じこもりについて尋ねています。		
16	週に1回以上は外出していますか	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。
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	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場合は「はい」となります。
18～20の質問項目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場合は「いいえ」となります。
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	何らかの方法で、自ら電話番号を調べて、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場合や、誰かにダイヤルをしてもらい会話だけする場合には「いいえ」となります。
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	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からない場合には「はい」となります。
21～25の質問項目は、うつについて尋ねています。		
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	ここ2週間の状況を、本人の主観に基づき回答してください。
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	
23	(ここ2週間)以前は楽に出来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)自分が役に立つ人間だと思えない	
25	(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	