

吹田市高齢者安心・自信サポート事業 アセスメントシート

領域	項目	番号	確認内容	評価尺度		回答				
						1回目	2回目	3回目	4回目	
						/	/	/	/	
運動	運動	1	自宅内を食器や洗濯物などの物を持って歩けますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		2	外出時、かばんや荷物などの物を持って歩けますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		3	ズボン・スカートを立ったまま、支えなしで着脱できますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
生活	洗濯・清掃等	4	布団の出し入れ、ベッドの整え、シーツ交換、布団干しをしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		5	洗濯をしたり、干し物を取り込み、元の位置にしまっていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		6	家の中や家のまわりの片付けや掃除などをしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		7	ごみの分別やごみ出しをしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
	更衣	8	季節・場所に応じた服装ができますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		9	寝間着や肌着の着替えができますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
	入浴・整容	10	一人で体を洗うことができますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		11	洗顔、ひげそり（男性）等を行い、髪を整えていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		12	爪の手入れができますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
	栄養・食生活	13	食事の用意をしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		14	毎日、定期的に食事をしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		15	主食・主菜（肉、魚、卵、乳製品、大豆製品）・副菜（野菜、海藻など）をバランスよく食べていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
	認知	16	火の始末や戸締りはできますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		17	前の晩に食べたものを思い出せますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
	健康	排泄	18	尿もれ、便秘、下痢など、排泄に関するトラブルはないですか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ			
口腔			19	歯や入れ歯を磨いたり、口腔の手入れをしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ			
		20	自分の歯又は入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛みしめられますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
健康管理		21	定期的な診察、あるいは1年に1度健診を受けていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
	22	薬はきちんと飲んでいますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ					
	23	食事内容に指導を受け、その注意を守っていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ					
	24	散歩や体操を週1回以上していますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ					
社会	閉じこもり	25	十分な睡眠は取れていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		26	趣味や楽しみ、好きでしていることはありますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		27	日中寝ないで起きて過ごしていますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		28	家庭で決まった仕事や役割はありますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		29	親族、友人、隣近所との付き合いや談笑する機会がありますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				
		30	催し物や地域の活動などに参加していますか	0. はい	1. 少し・時々	2. いいえ				

※すべての行為ができていれば「はい」、ひとつでも欠けていれば「少し・時々」、すべてができていなければ「いいえ」

