

1 スクリーニング検査・主要検査項目

	質問内容	質問詳細
スクリーニング検査・主要検査項目 (問診票による 自記式での回答)	主観的健康感	非常に健康・まあ健康・あまり健康ではない・健康ではない から選択
	通院・薬の服用・既往歴	直近の通院・入院、服薬の種類、既往歴
	WHO-5-J（精神的健康度）	最近2週間の①気分・②リラックス度・③活動性・④睡眠・⑤興味
	嚥下機能	飲み込みに対するストレス状況
	物忘れの程度変化	半年前と比較した物忘れの増減
	物忘れ不安	物忘れ不安の有無
	家族や親戚との接触頻度	接触頻度を選択
	友人や近所の人との接触頻度	接触頻度を選択
	外出頻度とその事由	外出頻度を選択し、事由を記入
	老研式活動能力指標	A バスや電車を使って一人で外出ができるか。 B 日用品の買い物ができるか。 C 自分で食事の用意ができるか。 D 請求書の支払いができるか。 E 銀行預金・郵便貯金の出し入れができるか。 F 年金などの書類が書けるか。 G 新聞を読んでいるか。 H 本や雑誌を読んでいるか。 I 健康についての記事や番組に関心があるか。 J 友人の家を訪ねることがあるか。 K 家族や友人の相談にのることがあるか。 L 病人を見舞うことができるか。 M 若い人に自分から話しかけることがあるか。
	知的活動頻度	①新聞・②雑誌・③本を読む頻度 ④日記・⑤家計簿・⑥手紙を書く頻度 ⑦テレビを見る頻度 ⑧ラジオを聴く頻度 ⑨パソコンでインターネットをする頻度 ⑩携帯電話でインターネットをする頻度 ⑪携帯電話でメールをする頻度 ⑫携帯電話でゲームをする頻度 ⑬誰かと一緒に囲碁・将棋・麻雀・パズルなどのゲームをする頻度 ⑭趣味の活動をする頻度 ⑮ボランティア活動をする頻度 ⑯美術館・博物館・音楽会・演劇・映画等に行く頻度 ⑰病院に行く頻度 ⑱パチンコやパチスロに行く頻度 ⑲ゲームセンターに行く頻度 ⑳競馬や競艇、競輪に行く頻度
	転ぶことへの恐怖感	感じる強度を選択
	体力の自信	自信の程度を選択
	過去3ヶ月での転倒経験とその回数	転倒経験の有無とその回数
	つまづき頻度	頻度を選択

	質問内容	質問詳細
スクリーニング検査・主要検査項目 (問診票による 自記式での回答)	高齢者用被援助志向性尺度	<p>①困っている時には、話を聞いてくれる身近な人が欲しい。</p> <p>②人は誰でも、相談や援助を求められたら、わずらわしく感じると思う。</p> <p>③困りごとを解決するために、身近な人からの助言や援助が欲しい。</p> <p>④身近な人に相談したり援助を求める時、いつも心苦しさを感ずる。</p> <p>⑤困りごとを解決するために、自分と一緒に対処してくれる身近な人が欲しい。</p> <p>⑥身近な人からの助言や援助を受けることに、抵抗がある。</p> <p>⑦自分が困っているときには、行政にも相談にのってほしい。</p> <p>⑧公的な支援に頼ることは、恥ずかしいことだと思う。</p> <p>⑨困っていることを解決するために、行政からの助言や援助が欲しい。</p> <p>⑩可能な限り、公的な支援には頼らずに暮らしていきたいと思う。</p> <p>⑪困っていることを解決するためには、進んで行政の手を借りたい。</p> <p>⑫公的な機関からの助言や援助を受けることに、抵抗がある。</p>
	自己効力感尺度	<p>①自分が立てた計画はうまくできる自信がある。</p> <p>②しなければならぬことがあっても、なかなかとりかからない。</p> <p>③初めはうまくいかない仕事でも、できるまでやり続ける。</p> <p>④新しい友達を作るのが苦手だ。</p> <p>⑤重要な目標を決めても、めったに成功しない。</p> <p>⑥何かを終える前にあきらめてしまう。</p> <p>⑦会いたい人を見かけたら、向こうから来るのを待たないでその人の所へ行く。</p> <p>⑧困難に出会うのを避ける。</p> <p>⑨非常にややこしく見えることには、手を出そうとは思わない。</p> <p>⑩友達になりたい人でも、友達になるのが大変ならばすぐやめてしまう。</p> <p>⑪面白くないことをするときでも、それが終わるまでがんばる。</p> <p>⑫何かをしようと思ったら、すぐにとりかかる。</p> <p>⑬新しいことを始めようと決めても、出だしてつまづくとすぐにあきらめてしまう。</p> <p>⑭最初は友達になる気がしない人でも、すぐにあきらめないで友達になろうとする。</p> <p>⑮思いがけない問題が起こった時それをうまく処理できない。</p> <p>⑯難しそうなことは、新たに学ぼうとは思わない。</p> <p>⑰失敗すると一生懸命やろうと思う。</p> <p>⑱人の集まりの中では、うまく振る舞えない。</p> <p>⑲何かをしようとする時、自分にそれができるかどうか不安になる。</p> <p>⑳人に頼らない方だ。</p> <p>㉑私は自分から友達を作るのがうまい。</p> <p>㉒すぐにあきらめてしまう。</p> <p>㉓人生で起きる問題の多くは処理できるとは思えない。</p>
	精神的自立度尺度	<p>(a). 趣味や楽しみ、好きでやっていることをもっている。</p> <p>(b). これからの人生に目的をもっている。</p> <p>(c). 何か夢中になれることがある。</p> <p>(d). 何か人のためになることをしたい。</p> <p>(e). 人から指図されるよりは自分で判断して行動する方だ。</p> <p>(f). 状況や他人の意見に流されない方だ。</p> <p>(g). 自分の意見や行動には責任をもっている。</p> <p>(h). 自分の考えに自信をもっている。</p>

	質問内容	質問詳細
スクリーニング検査・主要検査項目 (問診票による 自記式での回答)	世代性関心尺度改訂版	<p>(a). 私は変わったことや珍しいことをするのが好きだ。</p> <p>(b). 私は大多数の人と違ったところがあるように感じる。</p> <p>(c). 困っている人を見ると、つい手助けしたくなる。</p> <p>(d). 悲しんでいる人を見たらなぐさめる。</p> <p>(e). 私は自分の死後に残るようなことは何もしていないと思う。</p> <p>(f). ものを考えるとき、変わった考えができる。</p> <p>(g). 私は他人がびっくりするようなことをしたり、ものを創ったことがある。</p> <p>(h). 他人の面倒をよくみる。</p> <p>(i). 奉仕活動によるこんで参加する。</p> <p>(j). 私の死後にも、私が貢献したことは残っているように思う。</p> <p>(k). 私は自分がすることはたいへん新しく、創造的であるように努めている。</p> <p>(l). 私は夢のようなことを考えるのが好きだ。</p> <p>(m). 相手の話に耳を傾ける。</p> <p>(n). 子どもの世話をよくする。</p> <p>(o). 私は、他人に寄与するような価値のあることは何も していないと思う。</p> <p>(p). 私は問題を解いたり、ものを作ったりしている時が一番楽しい。</p> <p>(q). 私は何かを考えていて、良い考えが浮かんだ時、とてもうれしく感じる。</p> <p>(r). 次世代のため、環境汚染につながることをしないように極力努めている。</p> <p>(s). 私は、これまでの生き方を若い人に伝えていくように努めてきた。</p> <p>(t). 自分の経験を通して得た知識などを他人に伝える努力をしてきた。</p>
	GDS-15 (高齢者用うつ尺度短縮版)	<p>A. 自分の生活に満足していますか。</p> <p>B. これまでやってきた事や、興味があったことの多くを、最近やめてしまいましたか。</p> <p>C. 自分の人生は空しいものと感じますか。</p> <p>D. 退屈を感じるがよくありますか。</p> <p>E. 普段は気分のよいほうですか。</p> <p>F. 自分に何か悪いことが起こるかもしれないという不安がありますか。</p> <p>G. いつも幸せと感じていますか。</p> <p>H. 自分が無力と覚えることがよくありますか。</p> <p>I. 外に出て新しい物事をするより、家の中にいるほうが好きですか。</p> <p>J. 他の人と比べて記憶力が落ちたと感じますか。</p> <p>K. いま生きていることは素晴らしいことと思えますか。</p> <p>L. 自分の現在の状態は、全く価値のないものと感じますか。</p> <p>M. 自分は活力が満ちあふれていると思えますか。</p> <p>N. 今の自分の状況は希望のないものと感じますか。</p> <p>O. 他の人は、あなたより恵まれた生活をしていると思えますか。</p>

	質問内容	質問詳細
スクリーニング検査・主要検査項目 (問診票による 自記式での回答)	5単語遅延再生	5つの単語を記憶させ、遅延再生させることで、言語的な記憶についての機能を評価する検査。
	Enhanced Cued Recall	線画と手掛かりを呈示し、遅延再生を行うことで、記憶機能についての評価を行う。
	SPEED I・II	専用の用紙に数字もしくは数字と文字を可能な限り早く書く課題を通じて、注意機能および実行機能を評価する。Iは数字のみ、IIは数字とひらがなの混成である。
	類似	2つの単語における共通点を問う課題であり、認知機能の柔軟性および言語機能についての評価を行う。
	時計描画・時計模写	指定された時刻を指し示す時計の描画を求める課題であり、知覚-運動機能を評価する。
	語想起課題	指定時間内にテーマに沿った単語を列挙する言語流暢性の検査であり、表出性言語機能を評価する。

2 体力指標

	検査内容	検査の詳細
体力検査	血圧測定	安静時における血圧を測定し、その値について評価を行う。 (数値によっては、その後の体力検査を中止することがある。)
	5m歩行	全長9mの歩行区間を通じて、中間の5m区間の通常歩行速度について測定し、評価する。 運動機能としての指標となるほか、認知機能との関連も示唆される変数でもある。
	握力	握力計を用いて、左右両手の握力を測定する。握力は身体機能を代表するパラメータの一つであり、虚弱などの傾向を測定する。(血圧の数値によっては、検査を中止する。)
	開眼片足立ち	開眼状態のままの片足立ち(最大60秒)を実施することで、平衡感覚について評価する。
体組成検査	体組成計を用いて、全身の水分量や筋肉量、脂肪量などを部位別に測定する検査。 おおよその基礎代謝や内臓脂肪などについても同時に出力され、生活改善にも活用できる。(微弱な電気を通電するため、ペースメーカー利用者は計測不可)	