

図表2 国民全体の行動別平均時間

| | 平日 | | | | 土曜日 | | | | 日曜日 | | | |
|----------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|---------|---------|
| | 行為者 | | 全体 | | 行為者 | | 全体 | | 行為者 | | 全体 | |
| | 比率 | 平均時間(B) | 平均時間(A) | 標準偏差(A) | 比率 | 平均時間(B) | 平均時間(A) | 標準偏差(A) | 比率 | 平均時間(B) | 平均時間(A) | 標準偏差(A) |
| % | 時間 分 | 時間 分 | 時間 分 | % | 時間 分 | 時間 分 | 時間 分 | % | 時間 分 | 時間 分 | 時間 分 | |
| 睡眠 | 99.4 | 7:26 | 7:23 | 1:37 | 99.5 | 7:41 | 7:38 | 1:48 | 99.4 | 8:13 | 8:09 | 1:58 |
| 食事 | 99.3 | 1:33 | 1:33 | 0:40 | 99.5 | 1:39 | 1:38 | 0:42 | 99.5 | 1:41 | 1:40 | 0:44 |
| 身のまわりの用事 | 98.1 | 1:06 | 1:05 | 0:37 | 98.2 | 1:07 | 1:06 | 0:39 | 96.7 | 1:07 | 1:05 | 0:41 |
| 療養・静養 | 7.9 | 2:23 | 1:11 | 1:05 | 6.5 | 3:11 | 1:12 | 1:31 | 2.4 | 5:29 | 0:08 | 1:25 |
| 仕事関連 | 56.6 | 8:12 | 4:38 | 4:40 | 39.8 | 7:23 | 2:56 | 4:11 | 25.6 | 6:14 | 1:36 | 3:17 |
| 仕事 | 56.1 | 8:04 | 4:31 | 4:34 | 38.7 | 7:18 | 2:49 | 4:05 | 24.7 | 6:12 | 1:32 | 3:13 |
| 仕事のつきあい | 5.9 | 1:58 | 0:07 | 0:39 | 4.6 | 2:35 | 0:07 | 0:48 | 2.4 | 2:36 | 0:04 | 0:37 |
| 学業 | 14.5 | 7:40 | 1:07 | 2:56 | 13.1 | 5:37 | 0:44 | 2:14 | 10.3 | 4:07 | 0:25 | 1:38 |
| 授業・学内の活動 | 13.7 | 6:23 | 0:52 | 2:20 | 10.4 | 4:48 | 0:30 | 1:38 | 2.8 | 4:42 | 0:08 | 0:54 |
| 学校外の学習 | 10.1 | 2:24 | 0:14 | 0:58 | 8.5 | 2:50 | 0:14 | 1:06 | 8.7 | 3:22 | 0:18 | 1:19 |
| 家事 | 57.1 | 3:56 | 2:15 | 3:07 | 63.6 | 4:11 | 2:39 | 3:16 | 67.2 | 4:08 | 2:46 | 3:14 |
| 炊事・掃除・洗濯 | 45.8 | 2:30 | 1:09 | 1:43 | 48.1 | 2:34 | 1:14 | 1:47 | 48.7 | 2:27 | 1:11 | 1:42 |
| 買い物 | 31.4 | 1:05 | 0:20 | 0:41 | 37.9 | 1:23 | 0:31 | 0:57 | 40.3 | 1:34 | 0:38 | 1:05 |
| 子どもの世話 | 11.6 | 2:59 | 0:21 | 1:31 | 14.2 | 3:00 | 0:26 | 1:36 | 12.8 | 3:13 | 0:25 | 1:41 |
| 家庭雑事 | 29.5 | 1:44 | 0:31 | 1:11 | 31.9 | 1:50 | 0:35 | 1:17 | 33.2 | 1:56 | 0:38 | 1:23 |
| 通勤 | 46.2 | 1:16 | 0:35 | 0:55 | 28.7 | 1:10 | 0:20 | 0:47 | 14.9 | 1:04 | 0:10 | 0:33 |
| 通学 | 14.5 | 1:05 | 0:09 | 0:29 | 10.7 | 1:07 | 0:07 | 0:27 | 2.6 | 1:07 | 0:02 | 0:16 |
| 社会参加 | 5.7 | 2:13 | 0:08 | 0:48 | 10.1 | 3:25 | 0:21 | 1:25 | 13.5 | 3:19 | 0:27 | 1:36 |
| 会話・交際 | 24.0 | 1:31 | 0:22 | 1:00 | 27.6 | 2:15 | 0:37 | 1:32 | 29.0 | 2:28 | 0:43 | 1:41 |
| レジャー活動 | 36.6 | 2:37 | 0:58 | 1:55 | 47.4 | 3:36 | 1:43 | 2:49 | 54.5 | 4:06 | 2:14 | 3:13 |
| スポーツ | 7.4 | 1:47 | 0:08 | 0:38 | 7.6 | 2:22 | 0:11 | 0:52 | 8.8 | 2:51 | 0:15 | 1:08 |
| 行楽・散策 | 12.4 | 1:53 | 0:14 | 1:03 | 21.9 | 2:53 | 0:38 | 1:57 | 26.2 | 3:25 | 0:54 | 2:20 |
| 趣味・娯楽・教養 | 24.1 | 2:29 | 0:36 | 1:30 | 28.5 | 3:12 | 0:55 | 2:00 | 31.4 | 3:31 | 1:06 | 2:17 |
| マスメディア接触 | 95.6 | 4:39 | 4:27 | 3:05 | 94.8 | 5:00 | 4:45 | 3:12 | 95.4 | 5:33 | 5:18 | 3:20 |
| テレビ | 91.3 | 3:44 | 3:25 | 2:38 | 90.6 | 4:01 | 3:38 | 2:42 | 91.7 | 4:36 | 4:13 | 3:01 |
| ラジオ | 15.2 | 2:22 | 0:21 | 1:18 | 13.9 | 2:28 | 0:21 | 1:22 | 12.2 | 2:26 | 0:18 | 1:14 |
| 新聞 | 49.4 | 0:46 | 0:23 | 0:34 | 49.1 | 0:47 | 0:23 | 0:35 | 46.6 | 0:46 | 0:21 | 0:34 |
| 雑誌・マンガ | 12.5 | 0:56 | 0:07 | 0:25 | 13.5 | 0:59 | 0:08 | 0:26 | 13.1 | 1:06 | 0:09 | 0:28 |
| 本 | 12.5 | 1:14 | 0:09 | 0:32 | 11.1 | 1:20 | 0:09 | 0:33 | 12.3 | 1:17 | 0:10 | 0:33 |
| CD・テープ | 11.3 | 1:27 | 0:10 | 0:41 | 10.6 | 1:42 | 0:11 | 0:43 | 10.8 | 1:35 | 0:10 | 0:41 |
| ビデオ | 7.1 | 1:26 | 0:06 | 0:27 | 9.4 | 1:36 | 0:09 | 0:34 | 10.1 | 1:41 | 0:10 | 0:37 |
| 休息 | 43.3 | 1:05 | 0:28 | 0:55 | 45.4 | 1:11 | 0:32 | 0:57 | 44.0 | 1:16 | 0:33 | 1:01 |
| その他・不明 | 38.3 | 1:26 | 0:33 | 1:13 | 37.9 | 1:20 | 0:30 | 1:04 | 34.0 | 1:27 | 0:30 | 1:04 |
| 必需行動 | 100.0 | 10:10 | 10:10 | 2:05 | 100.0 | 10:33 | 10:33 | 2:16 | 100.0 | 11:01 | 11:01 | 2:17 |
| 拘束行動 | 95.4 | 9:04 | 8:39 | 4:00 | 91.1 | 7:35 | 6:55 | 4:15 | 86.3 | 6:06 | 5:16 | 4:05 |
| 自由行動 | 96.8 | 4:47 | 4:38 | 3:14 | 96.9 | 6:14 | 6:02 | 3:49 | 97.9 | 7:23 | 7:14 | 3:52 |
| 在宅 | 98.8 | 15:30 | 15:18 | 5:09 | 98.8 | 16:39 | 16:27 | 5:13 | 98.5 | 17:54 | 17:38 | 5:17 |
| 起床在宅 | 98.6 | 8:13 | 8:06 | 4:37 | 98.4 | 9:07 | 8:58 | 4:39 | 98.0 | 9:59 | 9:47 | 4:21 |
| テレビ(自宅内) | 88.6 | 3:39 | 3:14 | 2:39 | 87.4 | 3:56 | 3:27 | 2:43 | 88.7 | 4:31 | 4:00 | 3:03 |
| テレビ(自宅外) | 13.8 | 1:17 | 0:11 | 0:40 | 12.2 | 1:32 | 0:11 | 0:44 | 11.0 | 1:51 | 0:12 | 0:51 |
| テレビ(ながら) | 72.5 | 1:46 | 1:17 | 1:32 | 69.1 | 1:47 | 1:14 | 1:28 | 69.2 | 1:48 | 1:15 | 1:32 |
| テレビ(専念) | 83.5 | 2:33 | 2:08 | 1:57 | 84.1 | 2:52 | 2:24 | 2:07 | 86.9 | 3:25 | 2:58 | 2:28 |

母数 = 5053人

母数 = 2540人

母数 = 2503人

(注)「行為者」とは、調査対象者のうち、各項目の行為を実施した人を指す。

(出典：NHK放送文化研究所編、日本人の生活時間・2000。NHK国民生活時間調査、NHK出版、2002)

図表3 障害高齢者の日常生活自立度（寝たきり度）判定基準

| | | |
|-------|---|--|
| 生活自立 | ランクJ | 何らかの障害等を有するが、日常生活はほぼ自立しており独力で外出する 1 交通機関等を利用して外出する 2 隣近所へなら外出する |
| 準寝たきり | ランクA | 屋内での生活はおおむね自立しているが、介助なしには外出しない 1 介助により外出し、日中はほとんどベッドから離れて生活する 2 外出の頻度が少なく、日中も寝たり起きたりの生活をしている |
| 寝たきり | ランクB | 屋内での生活はなんらかの介助を要し、日中もベッド上での生活が主体であるが座位を保つ 1 車いすに移乗し、食事、排泄はベッドから離れて行う 2 介助により車いすに移乗する |
| | ランクC | 1 日中ベッド上で過ごし、排泄、食事、着替において介助を要する 1 自力で寝返りをうつ 2 自力では寝返りもうたない |
| 期 間 | ランクA、B、Cに該当するものについては、いつからその状態に至ったか 年 月頃より （継続期間 年 ヶ月間） | |

※ 判定にあたっては補装具や自助具等の器具を使用した状態であっても差し支えない。

障害老人の日常生活自立度（寝たきり度） 自立 J1 J2 A1 A2 B1
B2 C1 C2

図表4 ADLの状況

| | | |
|---|----------------|--|
| 1 | 移 動 | a 時間がかかっても介助なしに1人で歩く b 手を貸してもらうなど一部介助を要する c 全面的に介助を要する |
| 2 | 食 事 | a やや時間がかかっても介助なしに食事をする b おかずを刻んでもらうなど一部介助を要する c 全面的に介助を要する |
| 3 | 排 泄 | a やや時間がかかっても介助なしに1で行える b 便器に座らせてもらうなど一部介助を要する c 全面的に介助を要する |
| 4 | 入 浴 | a やや時間がかかっても介助なしに1で行える b 体を洗ってもらうなど一部介助を要する c 全面的に介助を要する |
| 5 | 着 替 | a やや時間がかかっても介助なしに1で行える b そでを通してもらうなど一部介助を要する c 全面的に介助を要する |
| 6 | 整 容 (身だしなみ) | a やや時間がかかっても介助なしに1で行える b タオルで顔を拭いてもらうなど一部介助を要する c 全面的に介助を要する |
| 7 | 意思疎通 | a 完全に通じる b ある程度通じる c ほとんど通じない |

※ 判定にあたっては補装具や自助具等の器具を使用した状態であっても差し支えない。

図表 5 認知症高齢者の日常生活自立度判定基準

| ランク | 判断基準 | 見られる症状・行動の例 | 判断にあたっての留意事項及び提供されるサービスの例 |
|-------|---|---|--|
| I | 何らかの認知症を有するが、日常生活は家庭内及び社会的にほぼ自立している。 | | 在宅生活が基本であり、一人暮らしも可能である。相談、指導等を実施することにより、症状の改善や進行の阻止を図る。 具体的なサービスの例としては、家族等への指導を含む訪問指導や健康相談がある。また本人の友人づくり、生きがいつくり等心身の活動の機会づくりにも留意する。 |
| II | 日常生活に支障を来たすような症状・行動や意思疎通の困惑さが多少見られても、誰かが注意していれば自立できる。 | | 在宅生活が基本であるが、一人暮らしは困難な場合もあるので、訪問指導を実施したり、日中の在宅サービスを利用することにより、在宅生活の支援と症状の改善及び進行の阻止を図る。具体的なサービスの例としては、訪問指導による治療方法の指導、訪問リハビリテーション、デイケア等を利用したりハビリテーション、毎日通所型をはじめとしたデイサービスや日常生活支援のためのホームヘルプサービス等がある。 |
| II a | 家庭外で上記IIの状態が見られる。 | たびたび道に迷うとか、買物や事務、金銭管理等それまでできたことにミスが目立つ等 | |
| II b | 家庭内でも上記IIの状態が見られる。 | 服薬管理ができない、電話の対応や訪問者との対応等一人で留守番が出来ない等 | |
| III | 日常生活に支障を来たすような症状・行動や意思疎通の困難さが見られ、介護を必要とする。 | | 日常生活に支障を来たすような行動や意思疎通の困難さがランクIIより重度となり、介護が必要となる状態である。「ときどき」とはどのくらいの頻度を指すかについては、症状・行動の種類等により異なるので一概には決められないが、一時も目が離せない状態ではない。 |
| III a | 日中を中心として上記IIIの状態が見られる。 | 着替え、食事、排便、排尿が上手にできない、時間がかかる。やたら物を口に入れる、物を拾い集める、徘徊、失禁、大声、奇声をあげる、火の不始末、不潔行為、性的異常行為等 | 在宅生活が基本であるが、一人暮らしは困難があるので、訪問指導や、夜間の利用を含めた在宅サービスを利用しこれらのサービスを組み合わせることによる在宅での対応を図る。 具体的なサービスの例としては、訪問指導、訪問看護、訪問リハビリテーション、ホームヘルプサービス、デイケア・デイサービス、症状・行動が出現する時間帯を考慮したナイトケア等を含むショートステイ等の在宅サービスがあり、これらを組み合わせて利用する。 |
| III b | 夜間を中心として上記IIIの状態が見られる。 | ランクIII aに同じ | |
| VI | 日常生活に支障を来たすような症状・行動や意思疎通の困難さが頻繁に見られ、介護を必要とする。 | ランクIIIに同じ | 常に目を離すことができない状態である。症状・行動はランクIIIと同じであるが、頻度の違いにより区分される。 家族の介護力等の在宅基盤の強弱により在宅サービスを利用しながら在宅生活を続けるか、または特別養護老人ホーム・老人保健施設等の施設サービスを利用するかを選択する。施設サービスを選択する場合には、施設の特徴を踏まえた選択を行う。 |
| M | 著しい精神症状や問題行動あるいは重篤な身体疾病が見られ、専門医療を必要とする。 | せん妄、妄想、興奮、自傷、他害等の精神症状や精神症状に起因する問題行動が継続する状態等 | ランクI～VIと判定されていた高齢者が、精神病院や認知症専門棟を有する老人保健施設等での治療が必要となったり、重篤な身体疾患が見られ老人病院等での治療が必要となった状態である。専門医療機関を受診するよう勤める必要がある。 |

図表6 Barthel index (B I)

| | | | 自立 | 要介助 | | | |
|----|------|----------|----|-----|----|---|--|
| 1 | 摂食 | | 10 | 5 | 0 | 10：到達内に食物をおけば摂取できる。自助具を使ってもよい。 5：時間がかかりすぎる。半分以上が自分をで食べられる。 こぼす量が多い。 | |
| 2 | 更衣 | 上衣 | 5 | 3 | 0 | 5：自立（ブラジャーを含まない）。ひもを結ぶ。 3：半分以上適当な時間内で可。ひもを結ぶことができない。 | |
| | | 下衣 | 5 | 2 | 0 | 5：靴、靴下を含む。（ガードルを除く）。 2：上衣と同様。例：ズボンをはけるが靴下不可。 | |
| | | 義肢・装具 | 0 | / | △2 | 0：自立あるいは適用なし。 | |
| 3 | 整容 | | 5 | / | 0 | 洗面、歯磨き、ひげそり、くし、化粧など。髪を編むを除く。 | |
| 4 | 入浴 | アプローチ | 1 | / | / | 0 | シャワーを使用するまでの移動。浴槽への出入り。 |
| | | 洗体 | 4 | / | / | 0 | シャワーのみ。スポンジでの洗体のみも可。 |
| 6 | 尿失禁 | | 10 | 5 | 0 | 10：失禁なし。脊髄損傷では自己導尿できる。 尿集器の着脱管理ができること。 5：時に失敗。収尿器の使用。トイレへ行くのが間に合わない。 デバイス（補助器）の使用に介助要。 | |
| 7 | 便失禁 | | 10 | 5 | 0 | 10：失禁なし。座薬、浣腸の使用可。 5：時に失敗。座薬、浣腸の使用に介助要。 | |
| 8 | 移乗 | | 15 | 7 | 0 | 15：安全に車いすでベッドにアプローチし、移乗する。必要なら車いすの位置を変えベッドから車いすに移乗する。 7：ベッド上で臥位⇔坐位可。移乗は要監視あるいは少しの介助要 | |
| 9 | トイレ | 移乗 | 6 | 3 | 0 | 6：安全にトイレでトランスファーできる。手すり、その他安定したものを使用してよい。 3：要監視あるいは少し介助要。 | |
| | | 後始末・衣服処理 | 4 | 2 | 0 | 4：衣服の上げ下げ。服を汚さない。ペーパーを使用する。収尿器を使用しても、その管理ができれば可。 2：要監視あるいは上の一部に介助要。 | |
| 10 | 歩行 | | 15 | 10 | 0 | 15：50m歩行可。義肢・装具・松葉杖・杖・歩行器（車輪なし）の使用可。歩行器（車輪付き）使用不可。 10：上記のいずれかに介助、指導を要す。少しの介助で少なくとも50m歩けること。 | |
| | | （車いす） | 5 | / | / | 0 | （歩行できない場合） 5：少なくとも50m駆動可。角を曲がる。向きをかえる。 ベッド・トイレへのアプローチができる。 |
| | 階段昇降 | | 10 | 5 | 0 | 10：介助なく段階昇降できる。手すり・杖・松葉杖の使用可能。 5：要監視あるいは少しの介助要。 | |

図表 7 機能的自立度評価表 (Functional Independence Measure : FIM)

| 機能的自立度評価法 Functional Independence Measure (FIM) | | | |
|--|---|--------------------------|--------------------------|
| レ ベ ル | 7 完全自立(時間、安全性含めて) 6 修正自立(補助具使用) | 介助者なし | |
| | 部分介助 5 監視 4 最小介助(患者自身:75%以上) 3 中等度介助(50%以上) 完全介助 2 最大介助(25%以上) 1 全介助(25%未満) | 介助者あり | |
| 入院時 退院時 フォローアップ時 | | | |
| <u>セルフケア</u> | | | |
| A. 食事 | スプーンなど | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B. 整容 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C. 洗拭 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| D. 更衣(上半身) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| E. 更衣(下半身) | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| F. トイレ動作 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <u>排泄コントロール</u> | | | |
| G. 排泄コントロール | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| H. 排便コントロール | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <u>移乗</u> | | | |
| I. ベッド、椅子、車椅子 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| J. トイレ | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| K. 風呂、シャワー | 風呂 シャワー | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <u>移動</u> | | | |
| L. 歩行、車椅子 | 歩行 車椅子 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| M. 階段 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <u>コミュニケーション</u> | | | |
| N. 理解 | 聴覚 視覚 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| O. 表出 | 音声 非音声 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <u>社会的認知</u> | | | |
| P. 社会的交流 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Q. 問題解決 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| R. 記憶 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 合計 | | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 注意: 空欄は残さないこと。リスクのために検査不能の場合はレベル1とする。 | | | |

図表8 日本版MDS-HC2.0（一部抜粋）

H. IADL(過去7日間)とADL(過去3日間)

H1. IADLの実施状況:家や地域における日常の活動レベルについて

| | |
|--|--|
| <p>ア. IADLの実施状況(過去7日間)</p> <p>0. 自立、自分で行った</p> <p>1. 時に援助をもらって行われた</p> <p>2. いつも援助をもらって行われた</p> <p>3. 他者が全部を行った</p> <p>8. 本活動は1度も行われなかった</p> | <p>イ. IADLの困難度 <自分で行う、あるいは行おうとした場合の難しさ></p> <p>0. 問題ない</p> <p>1. いくらか困難(援助が必要、非常にゆっくりしている、疲れる)</p> <p>2. 非常に困難(ほとんど、あるいはまったく活動に参加できない)</p> |
|--|--|

| | | | | |
|------------|--|---|--|--|
| | | ア | | イ |
| a. 食事の用意 | 食事の用意 (献立を考える、材料を用意する、料理する、配膳する) | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | a | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| b. 家事一般 | 食事の後片付け、掃除、ベッドの整理、家の中の整頓、洗濯 | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | b | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| c. 金銭管理 | 支払い、家計の収支勘定 | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | c | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| d. 薬の管理 | 服用の時間、袋から取り出し、処方どおり服用(内服薬、外用薬、インシュリンなどの注射薬を含む) | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | d | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| e. 電話の利用 | 自分で電話をかけた、受ける(必要に応じて数字を大きくしたり、音の拡大装置を使ってもよい) | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | e | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| f. 買物 | 食べ物や衣類など必要な物を自分で選び支払う | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | f | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| g. 交通手段の利用 | 乗り物による移動(歩行できる範囲外における移動) | ↓ | 2 3 | ↓ 2 3 |
| | | g | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

図表8の続き (1)

| H2.ADL自立度 | | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|----------------------|----------------------|----------------------|
| <p>過去3日間にみられたa. ~h. の食事や着衣等の日常動作について、それぞれにおけるすべての状況を考慮して評価する。自立して活動している場合も他者の励ましや観察・誘導の有無にとくに留意 (注:入浴は過去7日間における最も依存的な状態について記入)</p> <p>0. 自立:手助け、準備、観察は不要。1~2回のみ</p> <p>1. 準備のみ:物や用具を利用者の手の届く範囲に置くことが3回以上</p> <p>2. 観察:見守り、励まし、誘導が3回以上、あるいは、1回以上の観察と身体援助1~2回との組み合わせ(観察と身体援助合わせて3回以上)</p> <p>3. 部分的な援助:動作の大部分(50%以上)は自分でできる。 ●四肢の動きを助けるなどの体重(身体)を支えない援助を3回以上 ●それ以上の援助1~2回との組み合わせ(身体援助が3回以上)</p> <p>4. 広範な援助:動作の大部分(50%以上)は自分でできるが、以下の援助を3回以上 ●体重を支える援助(たとえば、四肢や体幹の重みを支える) ●ある動作要素、あるいはすべての動作について全面援助</p> <p>5. 最大の援助:動作の一部(50%未満)しか自分でできず、以下の援助を3回以上 ●体重を支える援助(たとえば、四肢や体幹の重みを支える) ●ある動作要素、あるいはすべての動作について全面援助</p> <p>6. 全面依存:丸3日間すべての面で他者が全面援助した</p> <p>8. 本動作は3日間の間に1回もなかった(能力にかかわらない)</p> | | | | | | | | |
| a. ベッド上の可動性 | 横になった状態からどのように動くか、寝返りをうったり、起き上がったたり、ベッド上の身体の位置を調整する | a <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| b. 移乗 | ベッドからどのように、いすや車いすに座ったり、立ち上がるか(浴槽や便座への移乗は除く) | b <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| c. 家の中の移動 | どのように家の中(階段を除く)を移動するか(車いすなら、車いすに移乗したあと) | c <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| d. 屋外の移動 | どのように屋外を移動するか(車いすなら、車いすに移乗したあと) | d <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| e. 上半身の更衣 | どのように上半身の衣類(普段着や下着)を着たり、脱いだりするか。装具・矯正具やファスナー、セーターなどを含む | e <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| f. 下半身の更衣 | どのように下半身の衣類(普段着や下着)を履いたり、脱いだりするか。装具・矯正具やベルト、ズボン、スカート、靴、ファスナーなどを含む | f <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| g. 食事 | 食べたり、飲んだりする(経管栄養を含む) | g <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| h. トイレの使用 | トイレ:(ポータブルトイレ、便器や採尿器を含む)を使用する:便器への移乗、排泄後の始末、おむつの替え、人工肛門またはカテーテルの管理、衣服の整理を含む | h <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| i. 個人衛生 | 髪をとかず、歯をみがく、ひげを剃る、化粧する、顔や手を洗う(入浴、シャワーを除く) | i <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |
| j. 入浴 (過去7日間) | どのように入浴やシャワーや清拭をするか(背中を洗うこと、洗髪は含まない)身体のそれぞれの部分(腕、大腿、膝下、胸部、腹部、陰部)をどのように洗うかは含まれる。過去7日間における最も依存的な状態を記入する | j <table border="1"><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td><td><input type="text"/></td></tr></table> | 1 | 2 | 3 | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| 1 | 2 | 3 | | | | | | |
| <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> | | | | | | |

図表8の続き (2)

| | |
|---------------|--|
| H3. ADLの低下 | 過去90日間において、ADLが低下 0. いいえ 1. はい 1 2 3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| H4. 主な移動手段 | 0. 補助具等は使用していない 1. 杖 2. 歩行器、松葉杖 3. 電動三輪車(スクーター) 4. 車いす 5. 移動しなかった a. 屋内 1 2 3 a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> b. 屋外 b <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| H5. 階段昇降 | 過去3日間において、階段の上り下りをする方法 (1段でも数段でも手すりを使ってもよい) 0. 他者の援助なしに上り下りする 1. 他者の援助によって上り下りする 2. 上り下りしなかった 1 2 3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| H6. 健康活動 | a. 過去30日間の通常の1週間で、家や住んでる建物の外へ出た頻度 (外へ出た時間が短くてもよい) 0. 毎日 2. 週に1日 1. 週に2~6日 3. 1日もない 1 2 3 a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> b. 過去3日間における体を動かす活動時間の合計 (歩く、家の掃除、運動) 0. 2時間以上 1. 2時間未満 b <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
| H7. 身体機能の潜在能力 | 該当するものをすべてチェック a. 利用者は身体機能の自立度が向上すると信じている (ADL、IADL、移動など) 1 2 3 a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> b. 介護者は、利用者の身体機能の自立度が向上すると信じている(ADL、IADL、移動など) b <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> c. 現在の疾患や症状から回復する見込みがある。または、健康状態の向上が維持される c <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> d. 上記のいずれでもない d <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |

I. 排泄(過去7日間)

| | |
|---------|---|
| 11. 尿失禁 | a. 過去7日間の尿失禁。尿が漏れていても、皮膚がぬれるほどの量でなければ、コントロールとする 0. 完全にコントロールできる:カテーテルや採尿する器具を使用していない 1. 完全にコントロール、カテーテル使用:カテーテルや採尿する器具を使用して尿がもれていない 2. 通常は失禁しない:週1回以下 3. 時々失禁する:週2回以上だが、毎日でない 4. しばしば失禁する:毎日失禁の傾向だが、いづらかコントロールが保たれている(たとえば日中だけなど) 5. 失禁状態:膀胱のコントロール不十分、毎日頻回に失禁 8. 膀胱から尿の排泄がなかった 1 2 3 a <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> |
|---------|---|

図表8の続き (3)

| | |
|------------|---|
| | <p>b. 過去90日間に於いて尿失禁が悪化</p> <p>0. いいえ 1. はい</p> <p style="text-align: right;">1 2 3</p> <p>b <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/></p> |
| 12. 尿失禁用器材 | <p>過去7日間に該当するものをすべてチェック</p> <p>a. おむつ(パッド、ブリーフを含む) a <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/></p> <p>b. 留置カテーテル b <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/></p> <p>c. 上記のいずれでもない c <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/></p> |
| 13. 便失禁 | <p>過去7日間の便失禁</p> <p>0. 完全にコントロールできる : 人工肛門や瘻を使用していない</p> <p>1. 自立・瘻使用 : 瘻が造設され便が漏れていない</p> <p>2. 通常は失禁しない : 週1回未満</p> <p>3. 時々失禁する : 週に1回</p> <p>4. しばしば失禁する : 週2、3回</p> <p>5. 失禁状態 : ほとんど、常に失禁</p> <p>6. 排便がなかった</p> <p style="text-align: right;">1 2 3</p> <p><input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/></p> |

(出典: John N. Morris, 池上直己・他、日本版MDS-HC2.0 在宅ケアアセスメントマニュアル資料7~9、医学書院、1999)