

## IADL・社会活動尺度（手段的日常生活・社会活動尺度）

【目的】手段的日常生活と社会活動状況の把握

【評価指標】

手段的日常生活（質問 1 - 10）

「全て自分です」「ほとんど自分です」「時々手伝ってもらおう」「全て手伝ってもらおう」

「必要ない」の5段階評価

社会活動状況（質問 11 - 15）

「頻繁にしている」「時々している」「たまにしている」「していない」「ない」の5段階評価

【検査道具】評価用紙，鉛筆

【評価形態】全体及び個別，自己記入式

【制限時間】特になし

【採点方法】採点シートを用いる．

手段的日常生活（質問 1 - 10 満点 30）と 社会活動状況（質問 11 - 15 満点 15）のそれぞれの得点を小計に記入し，合計を算出する．使用する指標は，  
・ ・ ・ である．

質問 1 - 10 の「全て手伝ってもらおう」「必要ない」及び質問 11 - 15 の「していない」「ない」は，質的に異なるため同じ 0 点としている．

【評価の進め方】課題と鉛筆を対象者に提示．文字の理解が不十分な場合は，口頭で補う．

「次の 1～10 までの質問については、『全て自分です』、『ほとんど自分です』、『時々手伝ってもらおう』、『全て手伝ってもらおう』、『必要がない』の 5 つから 1 つ選んで を付けてください」

「11～15 の質問については、『頻繁にしている』、『時々している』、『たまにしている』、『いない』、『ない』の 5 つから 1 つ選んで を付けてください」

「それでは，始めてください」

全て記載されていることを確認して「以上で質問は終わりです．それぞれの質問に対して一つずつ が付いているか確認してください．「空欄があったり，2 つ以上 が付いていたら，やり直してください．

手段的日常生活・社会活動尺度

氏名：

	自分で 全 て する	ほとんど 自分で する	時々手伝 う てもいい	全て手伝 う てもいい	必要 がない
1. 買い物 (店やスーパーで買い物ができるか)					
2. 炊事 (料理をつくることができるか)					
3. 掃除 (家の中の掃除ができるか)					
4. 洗濯 (汚れ物を洗ったり・干したり・たたんだりできるか)					
5. 薬の管理 (自分で決められた時間に薬を飲むか)					
6. お金の管理 (自分で生活に必要なお金を管理できるか)					
7. 書類の管理 (保険書や契約書など必要な書類を管理できるか)					
8. スケジュール管理 (1日や1週間の用事を把握しており, その時に用事ができるか)					
9. 電話の使用 (電話をかけたり, 電話にでたりできるか)					
10. 外出 (自分でバスや電車あるいはタクシーを利用して外出できるか)					
	頻繁に している	時々 している	たまに している	して いない	ない
11. 趣味活動 (盆栽や将棋, 手芸, 園芸など自分の好きな趣味をしているか)					
12. レジャー (祭りや旅行, 美術館などに行っているか)					
13. 近所つきあい (近隣の友人や知人と会って話などしているか)					
14. 老人会・自治会 (老人会や自治会, 婦人会などの会合に参加しているか)					
15. 日課・仕事 (家の中で自分の日課や仕事をしていますか)					

手段的日常生活・社会活動尺度 採点シート

氏名： \_\_\_\_\_

	全く 自分で する	ほとんど 自分で する	時々手伝 うても らう	全く手伝 うても らう	必要が ない	
1. 買い物 (店やスーパーで買い物ができるか)	3	2	1	0	0	
2. 炊事 (料理をつくることができるか)	3	2	1	0	0	
3. 掃除 (家の中の掃除ができるか)	3	2	1	0	0	
4. 洗濯 (汚れ物を洗ったり・干したり・たたんだりできるか)	3	2	1	0	0	
5. 薬の管理 (自分で決められた時間に薬を飲むか)	3	2	1	0	0	
6. お金の管理 (自分で生活に必要なお金を管理できるか)	3	2	1	0	0	
7. 書類の管理 (保険書や契約書など必要な書類を管理できるか)	3	2	1	0	0	
8. スケジュール管理 (1日や1週間の用事を把握しており、その時に用事ができるか)	3	2	1	0	0	
9. 電話の使用 (電話をかけたたり、電話にでたりできるか)	3	2	1	0	0	
10. 外出 (自分でバスや電車又はタクシーを利用し外出できるか)	3	2	1	0	0	小計
11. 趣味活動 (盆栽や将棋、手芸等自分の好きな趣味をしているか)	3	2	1	0	0	
12. レジャー (祭りや旅行、美術館などに行っているか)	3	2	1	0	0	
13. 近所つきあい (近隣の友人や知人と会って話などしているか)	3	2	1	0	0	
14. 老人会・自治会 (老人会や自治会、婦人会などの会合に参加しているか)	3	2	1	0	0	
15. 日課・仕事 (家の中で自分の日課や仕事をしていますか)	3	2	1	0	0	小計

合計(小計 + 小計 )

## 外出の頻度，外出の目的

問 あなたの外出頻度について，あてはまる番号に一つだけ 印をつけてください。

- |            |            |            |
|------------|------------|------------|
| 1. 週 1 回以上 | 2. 月 1 回以上 | 3. 月 1 回未満 |
|------------|------------|------------|

項目の定義

自宅外へ外出する頻度を評価する項目である。

調査上の留意点

一定期間（調査日より過去 1 か月）の状況を総合的に勘案し，1 回 30 分以上の外出の頻度で判断する。自宅内の屋外（例えば，庭を歩くなど）は含まない。外出の目的や，同行者の有無等は問わない。車などで外出しても，外出先で自分で移動する場合は含む。

補足説明 週によっては外出頻度が異なる場合，過去 1 か月の合計外出頻度を 4 で割った数とする。

選択肢の判断基準

- |    |                                  |         |
|----|----------------------------------|---------|
| 1. | 週 1 回以上：週 1 回以上，外出している場合をいう。     | 非閉じこもり  |
| 2. | 月 1 回以上：月 1 回から 3 回，外出している場合をいう。 | } 閉じこもり |
| 3. | 月 1 回未満：月 1 回未満の頻度で外出している場合をいう。  |         |

### POINT

介護予防の対象者に外出頻度でスクリーニングした場合，判断基準の 1.2 に回答した場合，よくいく場所を聞くようにする。外出先と目的を聞くことにより，今後外出機会の増加に向けた支援の際の参考にする。

また，現在は，閉じこもりとは判定されなかったとしても，昨年に比べて外出頻度が減少している人には，その理由や原因に対して注意して聞いておく。

問 あなたの外出先と目的・外出頻度が減少した場合，その理由についてきかせてください。

外出先と目的	
外出頻度が減少した理由	

## 外出を阻害する因子

問 あなたの外出を阻害している理由は何ですか。

	項 目	該当するところに つける		
身体的要因	・外出したいが体力がない	はい	いいえ	わからない
	・立ったりしゃがんだりがつづらい	はい	いいえ	わからない
	・歩きにくい	はい	いいえ	わからない
心理的要因	・外出したいが転ぶのではないかと不安である	はい	いいえ	わからない
	・買物ができるか不安である	はい	いいえ	わからない
	・公共の乗り物を利用できるか不安である	はい	いいえ	わからない
	・身体の障害や老化により何をするのも不安である	はい	いいえ	わからない
	・何もすることがない	はい	いいえ	わからない
	・何もしたくない	はい	いいえ	わからない
社会環境的要因	・ひとり暮らしであるため孤立している	はい	いいえ	わからない
	・高齢により親しい友人がいなくなった	はい	いいえ	わからない
	・家族に外出を止められたり、役割を喪失している	はい	いいえ	わからない
	・家から交通アクセスまで一人で外出できない	はい	いいえ	わからない
	・家からの交通のアクセスが不便である	はい	いいえ	わからない
	・趣味活動や買物をする場がない	はい	いいえ	わからない

## POINT

外出を阻害している原因を自分なりに考えてみる機会にする。原因が明らかになれば、改善に向けてのプログラムを提案してみる（訪問系、通所系のプログラム）記載以外の要因があれば記録し、改善策を一緒に考える。

阻害している理由	
考えられる改善策	

## 改訂 長谷川式簡易知能評価スケール(HDS-R)

【評価概要】わが国における認知症のスクリーニングテストとして最も古い歴史があり、非常に広い範囲で用いられている。見当識や記銘・計算・数字の逆唱・遅延再生・言語の流暢性などがある。最高得点は30点であり、20点以下を認知症の疑い、21点以上を非認知症としている。

【検査形式】1対1の対面式検査

【検査道具】スクリーニング用紙、筆記用具、物品(例：時計・鍵・タバコ・ペン・硬貨)これらの5つの物品は例であり、相互に無関係であればよい。

【検査時間】約5分

【検査の進め方】「今から私が質問をしますので答えてください」

問1：「お歳はいくつですか？」 2年までの誤差は正解

問2：「今日は何年の何月何日ですか？」

「何曜日ですか？」

何年の何月何日は、ゆっくり別々に聞いてもよい。

問3：「私たちがいまいるところはどこですか？」

問4：「これから言う3つの言葉を言ってみてください。あとでまた聞きますのでよく覚えておいてください。」

使用する言葉は2系列あるため、いずれか1つの系列を選択して使用する。

1. 「桜・猫・電車」 2. 「梅・犬・自転車」

問5：「100引く7はいくつですか？」 「それからまた7を引くといくつになるでしょう？」

最初の答えが不正解の場合、打ち切る

問6：「私がこれから言う数字を逆から言ってください」

数字は続けて言うのではなくゆっくりと約1秒ぐらいの間隔をおいて提示し、言い終わったところで逆から言ってもらう。

6-8-2, 3-5-2-9 3桁の逆唱に失敗した場合にはそこで中止し次の問題に進む。

問7：「先ほど覚えてもらった言葉をもう一度言ってみてください」

自発的に回答があれば各2点、もし回答がない場合ヒントを与え正解であれば1点を与える。

問8：「これから5つの物品を見せます。それを隠しますのでなにがあったか言ってください」

あらかじめ用意した5つの物品の名前を1つずつ言いながら並べて見せ、よく覚えるように教示する。次にそれらを隠して...

「思い出す順番はいつでもよいですが、いまここになにがありましたか？」とたずねる。

問9：「知っている野菜の名前をできるだけたくさん言ってください」

この問題は語想起をみるための質問であるため、途中で言葉に詰まり約10秒程度待っても次の野菜の名前が出てこない場合にはそこで打ち切る。

改訂 長谷川式簡易知能評価スケール (HDS-R)

氏名：

	質問内容		得点
1	お歳はいくつですか？ (2年までの誤差は正解)		0 1
2	今日は何年の何月何日ですか？ 何曜日ですか？ (年月日，曜日が正解でそれぞれ1点ずつ)	年 月 日 曜日	0 1
3	私たちがいまいるところはどこですか？ (自発的にできれば2点，5秒おいて家ですか？ 病院ですか？ 施設ですか？ のなかから正しい選択をすれば1点)		0 1 2
4	これから言う3つの言葉を言ってみてください．あとでまた聞きますので よく覚えておいてください． (以下の系列のいずれか1つで，採用した系列に 印をつけておく) 1：a) 桜 b) 猫 c) 電車 2：a) 梅 b) 犬 c) 自動車		0 1 0 1 0 1
5	100から7を順番に引いてください．(100 - 7は？，それから また7を引くと？ と質問する．最初の答えが不正解の場合，打 ち切る)	(9 3) (8 6)	0 1 0 1
6	私がこれから言う数字を逆から言ってください．(6-8-2， 3-5-2-9を逆に言ってもらう．3桁逆唱に失敗したら，打ち切る)	2-8-6 9-2-5-3	0 1 0 1
7	先ほど覚えてもらった言葉をもう一度言ってみてください． (自発的に回答があれば各2点，もし回答がない場合以下のヒントを与え正解で あれば1点) a) 植物 b) 動物 c) 乗り物		a：0 1 2 b：0 1 2 c：0 1 2
8	これから5つの品物を見せます．それを隠しますのでなにがあったか言ってく ださい． (時計，鍵，タバコ，ペン，硬貨など必ず相互に無関係なもの)		0 1 2 3 4 5
9	知っている野菜の名前をできるだけ多く言ってく ださい．(答えた野菜の名前を右欄に記入する．途中で 詰まり，約10秒間待ってもでない場合にはそこで打 ち切る) 0～5 = 0点，6 = 1点，7 = 2点，8 = 3点，9 = 4点，10 = 5点		0 1 2 3 4 5
合計得点			

(加藤信司ほか：老年精神医学雑誌，2：1339，1991)

## 単語・写真遅延再生課題

【目的】短期記憶力の評価

【評価方法】一斉評価

【評価指標】再生できた数

【評価の進め方】

単語遅延再生

「今から用紙(スクリーン)上に 10 個の単語を 1 分間提示しますので、記憶してください。」

「1 分後単語が消えて、さらに 1 分経過した後、思い出して解答用紙に書いて頂きます。」

「私が回答をはじめてください。と言ってから必ず書き始めるようにして下さい。」

「それでは用紙(スクリーン)に集中して下さい。」

単語課題を机の上(映写)に呈示(1 分間)

問題用紙を隠して(スクリーンを消して)「今から 1 分間は決して答えを書かないで下さい。」

1 分間経過後

「それでは回答を始めてください。」

写真遅延再生

「それでは次に同じように物品の写真を 10 個提示しますので、記憶してください。」

「先程と同様に写真が消えて 1 分経過後に回答して頂きます。」

「それでは用紙(スクリーン)に集中してください。」

写真課題を机の上(映写)に呈示(1 分間)

問題用紙を隠して(スクリーンを消して)「今から 1 分間は決して答えを書かないで下さい。」

1 分間経過後

「それでは回答を始めてください。」

【得点平均】 単語：一般高齢者 特定高齢者  
写真：一般高齢者 特定高齢者



単語遅延再生

- ・ 6 ヶ月に 1 回実施する場合は、3 回毎に変更する。1 年ごとに実施する場合は、2 年ごとに変更するのが目安です。

アルバム

コーヒー

稲刈り

時刻

運動会

港

計算機

輪ゴム

畳

名刺

プール

ペット

電柱

食器

スリッパ

スプレー

ちくわ

だんご

コート

ミルク

鉄砲

トランプ

ヨット

ほくろ

もやし

毛皮

ブラウス

バター

ワイン

テープ

ギター

だるま

あずき

ステーキ

ベッド

カメラ

和食

包帯

ストーブ

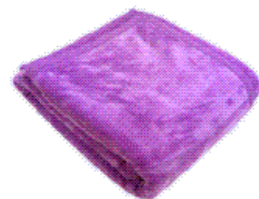
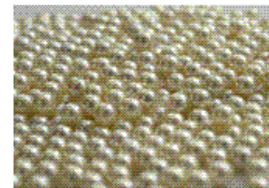
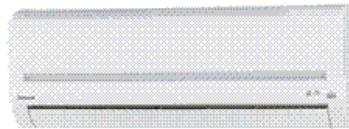
シール

## 写真遅延再生

- ・ 6ヶ月に1回実施する場合は、3回毎に変更する。1年ごとに実施する場合は、2年ごとに変更するのが目安です。







**文字位置照合課題**

【目的】注意配分機能や遂行機能を評価

【評価指標】制限時間内に拾い上げた作業数と正答数，拾い落とし数，拾い誤り数

【検査道具】評価用紙，鉛筆，ストップウォッチ

【制限時間】2分

【評価の進め方】

課題と鉛筆を被検者に提示。(人数が多い場合は，スライド上で例題を提示して，)

「文字が書かれた位置が『上』『中』『下』の3段階に分かれています。この位置とそこに書かれた『上』『中』『下』の文字とが合致しているものに を付けて下さい。」

「それぞれの文字の間に(誘導)線が引いてありますが，その線に従って順番に行ってください」

「まず，例に従い，練習問題を行ってください」「わかりましたか？」

理解したのを確認した後

「それでは始めます」

「制限時間は2分間です。できるだけ早く，見落としがないようにして下さい。」

「始めてください」

2分間計測

「2分たちました。鉛筆を置いて下さい。」

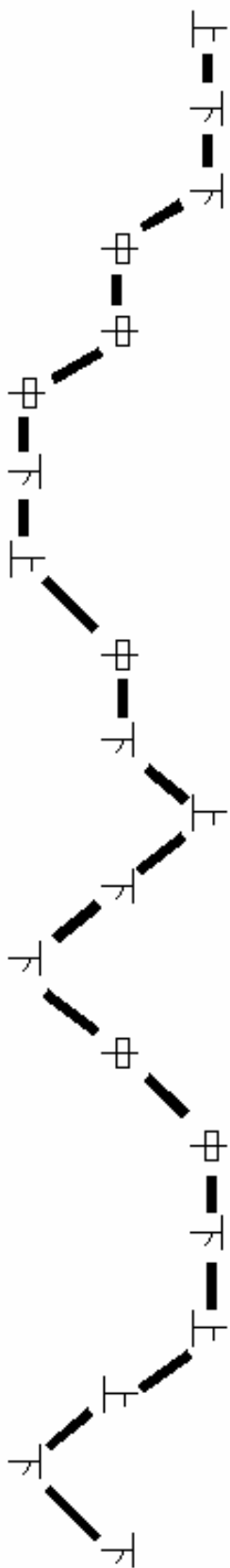
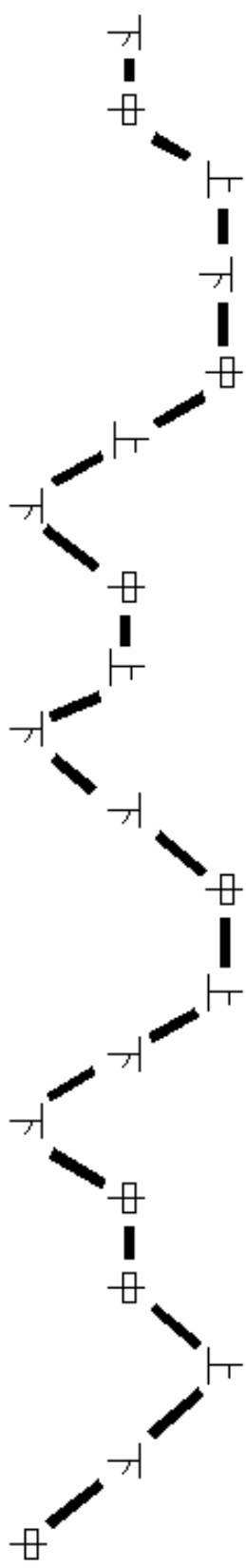
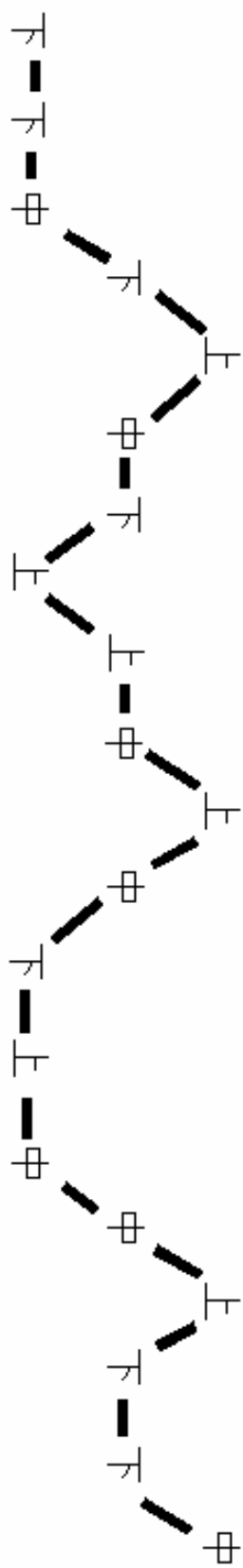
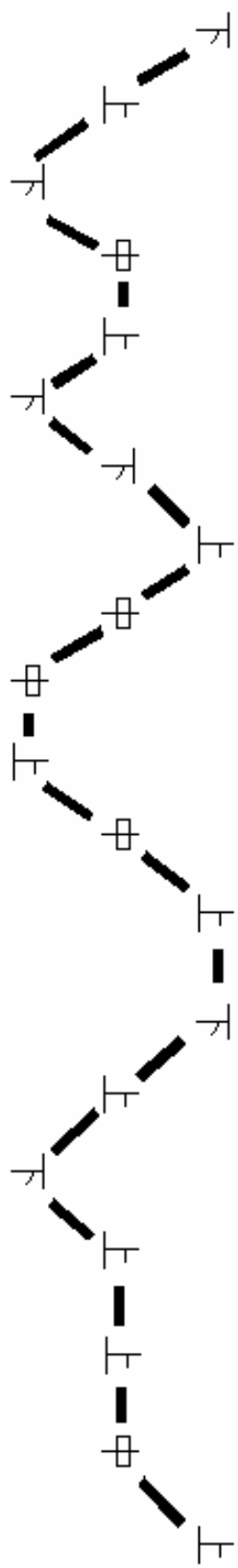
【評価指標】

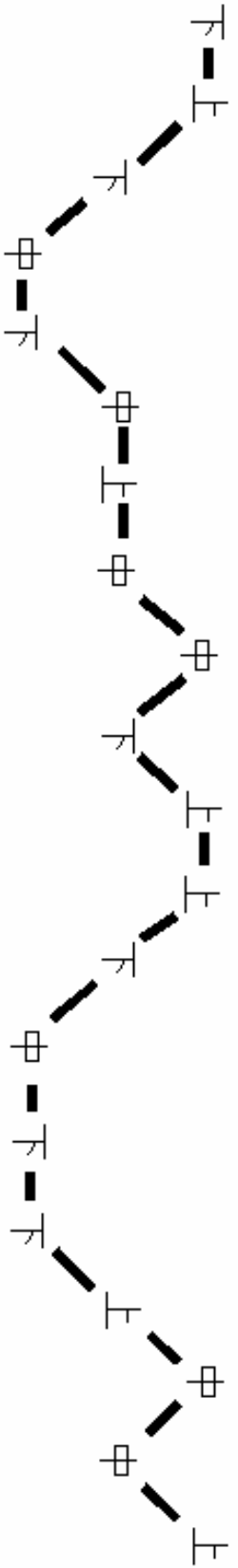
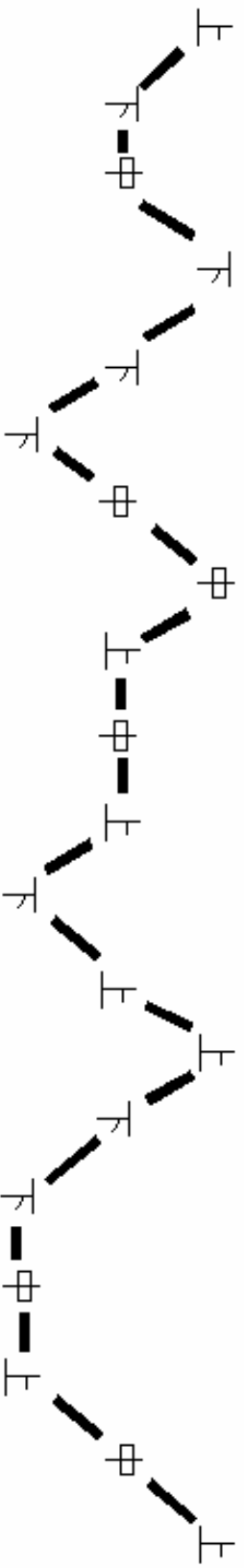
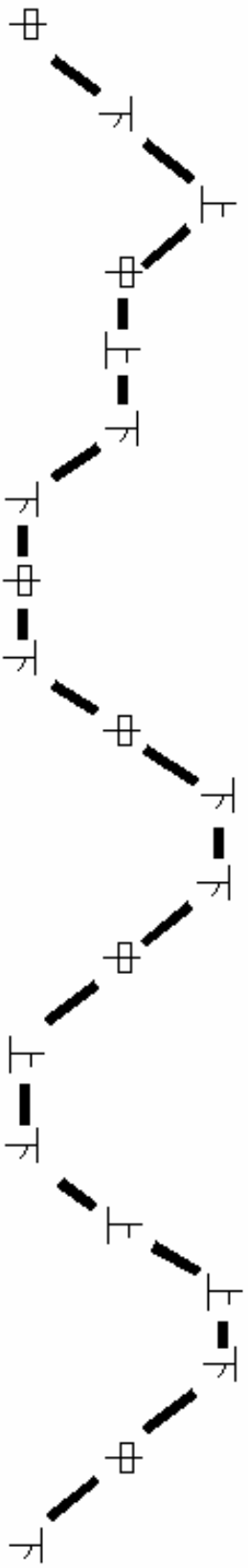
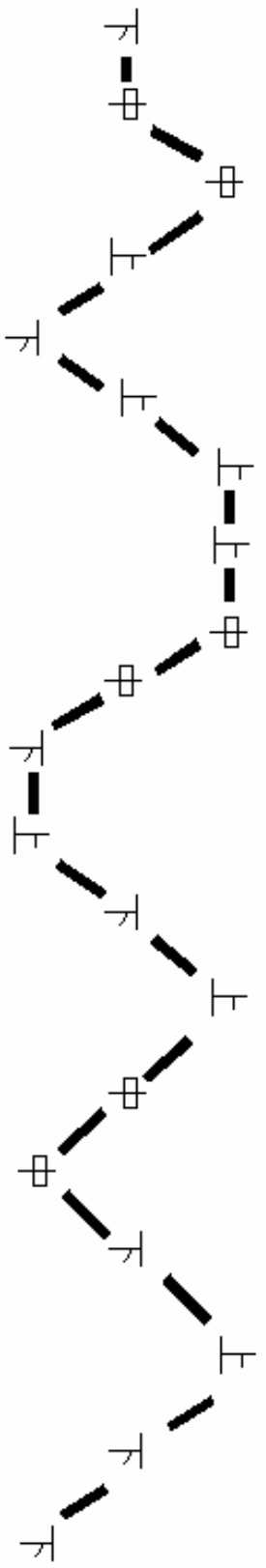
作業数(全てのチェックの数)，

正答数(正解の数のみ)



①









## 認知症早期発見生活チェック表

【目的】日常生活の中での早期発見

【評価指標】「よくある」「時々ある」「ない」の3択方式

【検査道具】評価用紙，鉛筆

【評価形態】個別，自己及び家族記入式

【制限時間】特になし

【採点方法】「よくある」が2点，「時々ある」が1点，「なし」は0点である。

1-17までの合計点数を算出する。

【評価の進め方】

課題と鉛筆を対象者に提示。文字の理解が不十分な場合は，口頭で補う。

「次の1～17までの質問について，それぞれ「よくある」「時々ある」「ない」のいずれかに  
してください」

「また，迷った場合でも，いずれかに をしてください」

「それでは，始めてください」

全て記載されていることを確認して

「終了いたします」

質問11と17は，本人では分からない場合は，可能な限り家族に聞いてもらい，家族に聞けない場合は，未記入としてください。

## 認知症早期発見生活チェック表

氏名 \_\_\_\_\_

以下の質問について最近あることを「よくある」「時々ある」「ない」のいずれかでお答え下さい。

- |                             |              |
|-----------------------------|--------------|
| 1. 同じことを何度も言う又は聞く           | よくある・時々ある・ない |
| 2. 置き忘れ・しまい忘れがある            | よくある・時々ある・ない |
| 3. 物の名前が出てこない               | よくある・時々ある・ない |
| 4. 今までできた仕事に間違いがある, 又は遅くなった | よくある・時々ある・ない |
| 5. 薬の管理ができない                | よくある・時々ある・ない |
| 6. 以前あった興味や関心がなくなってきた       | よくある・時々ある・ない |
| 7. 複雑なテレビが理解できなくなってきた       | よくある・時々ある・ない |
| 8. 水道・ガス栓のしめ忘れがある           | よくある・時々ある・ない |
| 9. 話題が乏しくなってきた              | よくある・時々ある・ない |
| 10. だらしなくなってきた              | よくある・時々ある・ない |
| 11. 物を盗まれたと言う               | よくある・時々ある・ない |
| 12. 日課をしなくなった               | よくある・時々ある・ない |
| 13. ささいなことで起こりっぽくなった        | よくある・時々ある・ない |
| 14. 慣れているところで道に迷う           | よくある・時々ある・ない |
| 15. 計算の間違いが多い               | よくある・時々ある・ない |
| 16. 以前より疑い深くなった             | よくある・時々ある・ない |
| 17. 夜中に急に起きて騒ぐ              | よくある・時々ある・ない |

合計	
----	--

## 改訂) 特性的自己効力感尺度

【目的】自分の行動に関して、どのくらいその行動を行うことができると考えるのか、すなわち自分の行動に対する可能性や自信をどのくらい持っているかを評価する。

【評価指標】「そう思う」「まあそう思う」「どちらともいえない」「あまりそう思わない」「そう思わない」の5段階評価

【検査道具】評価用紙、鉛筆

【評価形態】全体及び個別、自己記入式

【制限時間】特になし

【採点方法】採点シートを用いる。

主観的健康感(質問0のみ 満点5)と自己効力感(質問1-23 満点115)のそれぞれの得点を算出し、主観的健康感は、健康感の区分に記入し、自己効力感は、合計に記入する。

【評価の進め方】

課題と鉛筆を対象者に提示。文字の理解が不十分な場合は、口頭で補う。

「次の質問は、一般的な考えを表しています。それが自分にとってどのくらいあてはまるかを答えてください。」

「回答は『そう思う』『まあそう思う』『どちらともいえない』『あまりそう思わない』『そう思わない』の5つの中から、直感的に1つを選んで を付けてください。」

全て記載されていることを確認して

「それぞれの質問の右側に一つずつ が付いているか確認してください。」

「空欄があったり、2つ以上 が付いていたら、やり直してください。」

## 改訂)特性的自己効力感尺度 No.1

氏名 \_\_\_\_\_

評価日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

次の質問は一般的な考えを表しています。それがどのくらいあてはまるかを教えてください。  
 回答は「そう思う」「まあそう思う」「どちらともいえない」「あまりそう思わない」「そう思わない」  
 の5つから1つを選んで、○を付けてください。

	子 の 思 う	ま あ そ う 思 う	ど ち ら と も い え な い	あ ま り そ う 思 わ な い	そ う 思 わ な い
0. あなたはふだん健康である。					
1. 自分が立てた計画はうまくできる自信がある。					
2. しなければならないことがあっても、なかなかとりかからない。					
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。					
4. 新しい友達を作るのが苦手だ。					
5. 重要な目標を決めても、めったに成功しない。					
6. 何かを終える前にあきらめてしまう。					
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。					
8. 困難に出会うのを避ける。					
9. 非常にややこしく見えることには、手を出そうとはしない。					
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に止めてしまう。					
小計1					

## 改訂)特性的自己効力感尺度 No2

	全く思わない	思わない	思えない	あまり思う	思う	
11. 面白くないことをする時でも、それが終わるまで頑張る。						
12. 何かをしようと思ったら、すぐにとりかかる。						
13. 新しいことを始めようと決めても、出だしでつまづくとすぐにあきらめてしまう。						
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。						
15. 思いがけない問題が起きた時、それをうまく処理できない。						
16. 難しそうなのは、新たに学ぼうとは思わない。						
17. 失敗すると一生懸命やろうと思う。						
18. 人の集まりの中では、うまく振る舞えない。						
19. 何かしようとする時、自分にそれができるかどうか不安になる。						
20. 人に頼らない方だ。						
21. 私は自分から友達を作るのがうまい。						
22. すぐにあきらめてしまう。						
23. 人生で起きる問題の多くは処理できない。						
小計2						
主観的健康感 (            点)					総合得点(小計1+小計2)=            点	

## 改訂)特性的自己効力感尺度 No.1 採点シート

氏名 \_\_\_\_\_

評価日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

次の質問は一般的な考えを表しています。それがどのくらいあてはまるかを教えてください。  
 回答は「そう思う」「まあそう思う」「どちらともいえない」「あまりそう思わない」「そう思わない」  
 の5つから1つを選んで、○を付けてください。

	そう思う	まあそう 思う	どちらとも いえない	あまりそう 思わない	そう思わない	
0. あなたはふだん健康である。	5	4	3	2	1	
1. 自分が立てた計画はうまくできる自信がある。	5	4	3	2	1	
2. しなければならないことがあっても、なかなか とりがからない。	1	2	3	4	5	
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。	1	2	3	4	5	
4. 新しい友達を作るのが苦手だ。	1	2	3	4	5	
5. 重要な目標を決めても、めったに成功しない。	1	2	3	4	5	
6. 何かを終える前にあきらめてしまう。	1	2	3	4	5	
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。	5	4	3	2	1	
8. 困難に出会うのを避ける。	1	2	3	4	5	
9. 非常にややこしく見えることには、手を出そうとは しない。	1	2	3	4	5	
10. 友達になりたい人でも、友達になるのが大変ならば すぐに止めてしまう。	1	2	3	4	5	
小計1						

## 改訂)特性的自己効力感尺度 No2 採点シート

	5 子 の 思 わ な い	4 思 わ な い が 少 し	3 思 わ な い が 中 等	2 思 わ な い が 多 い	1 子 の 思 わ な い	
11. 面白くないことをする時でも、それが終わるまで頑張る。	5	4	3	2	1	
12. 何かをしようと思ったら、すぐにとりかかる。	5	4	3	2	1	
13. 新しいことを始めようと決めても、出だしでつまづくとすぐにあきらめてしまう。	1	2	3	4	5	
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。	5	4	3	2	1	
15. 思いがけない問題が起きた時、それをうまく処理できない。	1	2	3	4	5	
16. 難しそうなことは、新たに学ぼうとは思わない。	1	2	3	4	5	
17. 失敗すると一生懸命やろうと思う。	5	4	3	2	1	
18. 人の集まりの中では、うまく振る舞えない。	1	2	3	4	5	
19. 何かしようとする時、自分にそれができるかどうか不安になる。	1	2	3	4	5	
20. 人に頼らない方だ。	5	4	3	2	1	
21. 私は自分から友達を作るのがうまい。	5	4	3	2	1	
22. すぐにあきらめてしまう。	1	2	3	4	5	
23. 人生で起きる問題の多くは処理できない。	1	2	3	4	5	
小計2						
主観的健康感 (                      )	総合得点(小計1+小計2)=					点



## 個別活動チェック表

【目的】毎回の個別の活動状況を把握する

【評価指標】体調，本日のプログラム，観察事項には必要事項を記入する．

「意欲・参加度」，「プログラム遂行度」，「注意・集中力」，「周囲とのコミュニケーション」は、4段階の評価であり，毎回の事業後の会議等において，個別の活動状況を各スタッフが観察したものからそれぞれ適切なものに を記入する．

【検査道具】評価用紙，鉛筆

【評価形態】スタッフが記入

【制限時間】特になし

## 個別活動チェック表

氏名 \_\_\_\_\_

平成 年 月 日

体調について	1. 前回の事業後に体調の変化を感じましたか？ あり ( _____ ) なし			
	2. 健康状態はいかがですか？ 非常によい      よい      普通      やや悪い      かなり悪い			
本日のプログラム	・ _____ ・ _____			
観察事項 (参加の様子)				
得点	4点	3点	2点	1点
意欲・参加度	意欲的に取り組む	普通に取り組む	時々言葉掛けが必要	意欲がなく参加しない
プログラム遂行度	自分で遂行できる	周りを見て模倣などで 遂行できる	時々、助言や指導が必要	全体的に関わりが必要
注意・集中力	常時集中している	15-30分は集中して いる	5分程度しか集中しない	注意・集中ができず関 わりが必要
周囲とのコミュニ ケーション	積極的に周囲と関わ る	時々周囲と関わる	一部に関心を示すのみ	周囲に関心を示さない

平成 年 月 日

体調について	1. 前回の事業後に体調の変化を感じましたか？ あり ( _____ ) なし			
	2. 健康状態はいかがですか？ 非常によい      よい      普通      やや悪い      かなり悪い			
本日のプログラム	・ _____ ・ _____			
観察事項 (参加の様子)				
得点	4点	3点	2点	1点
意欲・参加度	意欲的に取り組む	普通に取り組む	時々言葉掛けが必要	意欲がなく参加しない
プログラム遂行度	自分で遂行できる	周りを見て模倣などで 遂行できる	時々、助言や指導が必要	全体的に関わりが必要
注意・集中力	常時集中している	15-30分は集中して いる	5分程度しか集中しない	注意・集中ができず関 わりが必要
周囲とのコミュニ ケーション	積極的に周囲と関わ る	時々周囲と関わる	一部に関心を示すのみ	周囲に関心を示さない

**GDS-15 ( Geriatric Depression Scale 短縮版 )**

【 目 的 】 老年期うつ評価

【 評価指標 】 「はい」「いいえ」の2択方式

【 検査道具 】 評価用紙，鉛筆

【 評価形態 】 全体及び個別，自己記入式

【 制限時間 】 特になし

【 採点方法 】 質問 1・5・7・11・13 については「いいえ」が1点

その他の質問は，「はい」が1点で15点満点で算出する．

5点以上は，うつ病である可能性を示す．

【 評価の進め方 】

課題と鉛筆を対象者に提示．文字の理解が不十分な場合は，口頭で補う．

「次の1～15までの質問について，それぞれ「はい」か「いいえ」のどちらかに をしてください」

「また，迷った場合でも，どちらかに をしてください」

「それでは，始めてください」

全て記載されていることを確認して

「終了いたします」

## GDS-15 (Geriatric Depression Scale 短縮版)

氏名 \_\_\_\_\_

以下の質問について、今の考えを「はい」「いいえ」のどちらかでお答え下さい。  
(「はい」、「いいえ」のどちらかに を付けてください)

- 1 . 今の生活に満足していますか？ はい ・ いいえ
  
- 2 . これまでやってきたこと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？ はい ・ いいえ
  
- 3 . 自分の人生はむなしなものと感じますか？ はい ・ いいえ
  
- 4 . 退屈と覚えることがよくありますか？ はい ・ いいえ
  
- 5 . 普段は気分がよいですか？ はい ・ いいえ
  
- 6 . 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？ はい ・ いいえ
  
- 7 . いつも幸せを感じていますか？ はい ・ いいえ
  
- 8 . どうしようもないと思うことがよくありますか？ はい ・ いいえ
  
- 9 . 外に出かけるよりも家にいる方が好きですか？ はい ・ いいえ
  
- 10 . 他の人より物忘れが多いと思いますか？ はい ・ いいえ
  
- 11 . 今生きていることは素晴らしいことだと思いますか？ はい ・ いいえ
  
- 12 . 今の状態は、全く価値のないものと感じますか？ はい ・ いいえ
  
- 13 . 自分は活力に満ちあふれていると感じますか？ はい ・ いいえ
  
- 14 . 今の暮らしでは希望がないと感じますか？ はい ・ いいえ
  
- 15 . 他の人は、自分より裕福だと思いますか？ はい ・ いいえ

合計	
----	--

## GDS-15 採点シート

氏名 \_\_\_\_\_

各質問につき、下線部が付いた場合1点とし、15点満点にて算出する。  
5点以上は、うつ病である可能性を示す。

1. 今の生活に満足していますか？ はい ・ いいえ
2. これまでやってきたこと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？ はい ・ いいえ
3. 自分の人生はむなしいものと感じますか？ はい ・ いいえ
4. 退屈と覚えることがよくありますか？ はい ・ いいえ
5. 普段は気分がよいですか？ はい ・ いいえ
6. 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？ はい ・ いいえ
7. いつも幸せを感じていますか？ はい ・ いいえ
8. どうしようもないと思うことがよくありますか？ はい ・ いいえ
9. 外に出かけるよりも家にいる方が好きですか？ はい ・ いいえ
10. 他の人より物忘れが多いと思いますか？ はい ・ いいえ
11. 今生きていることはすばらしいことだと思いますか？ はい ・ いいえ
12. 今の状態は、全く価値のないものと感じますか？ はい ・ いいえ
13. 自分は活力に満ちあふれていると感じますか？ はい ・ いいえ
14. 今の暮らしでは希望がないと感じますか？ はい ・ いいえ
15. 他の人は、自分より裕福だと思いますか？ はい ・ いいえ

合計	
----	--

## うつ病の誘因チェックリスト

【目的】うつ病の誘因をチェックし、早期発見と早期対応の資料とする

【評価指標】「ライフイベント」「慢性的ストレス」の各質問項目において該当するもの をする

本検査は、点数化せず、チェック項目を確認・観察するものである。

【検査道具】評価用紙、鉛筆

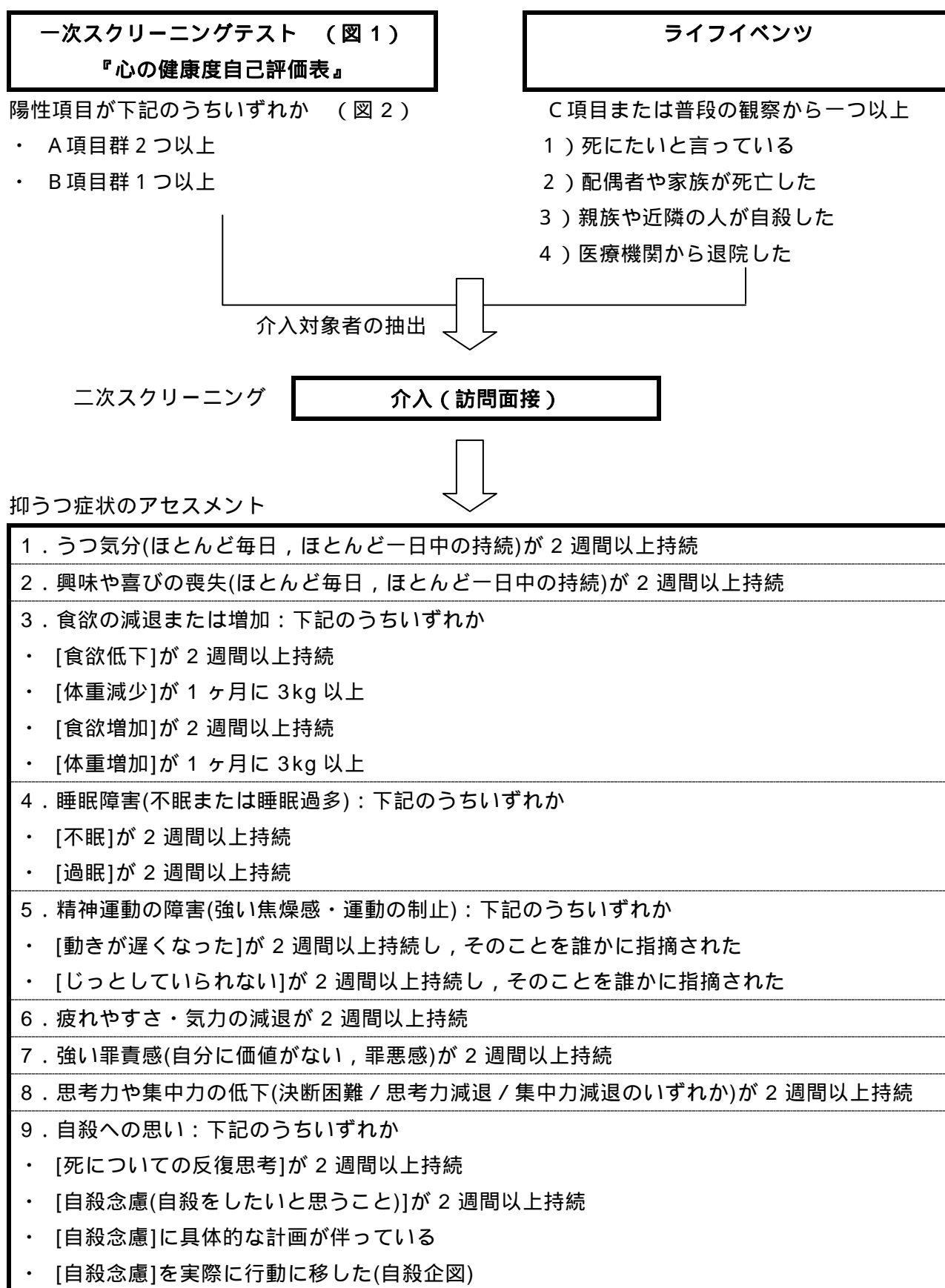
【評価形態】個別、自己又は家族による 記入

【制限時間】特になし

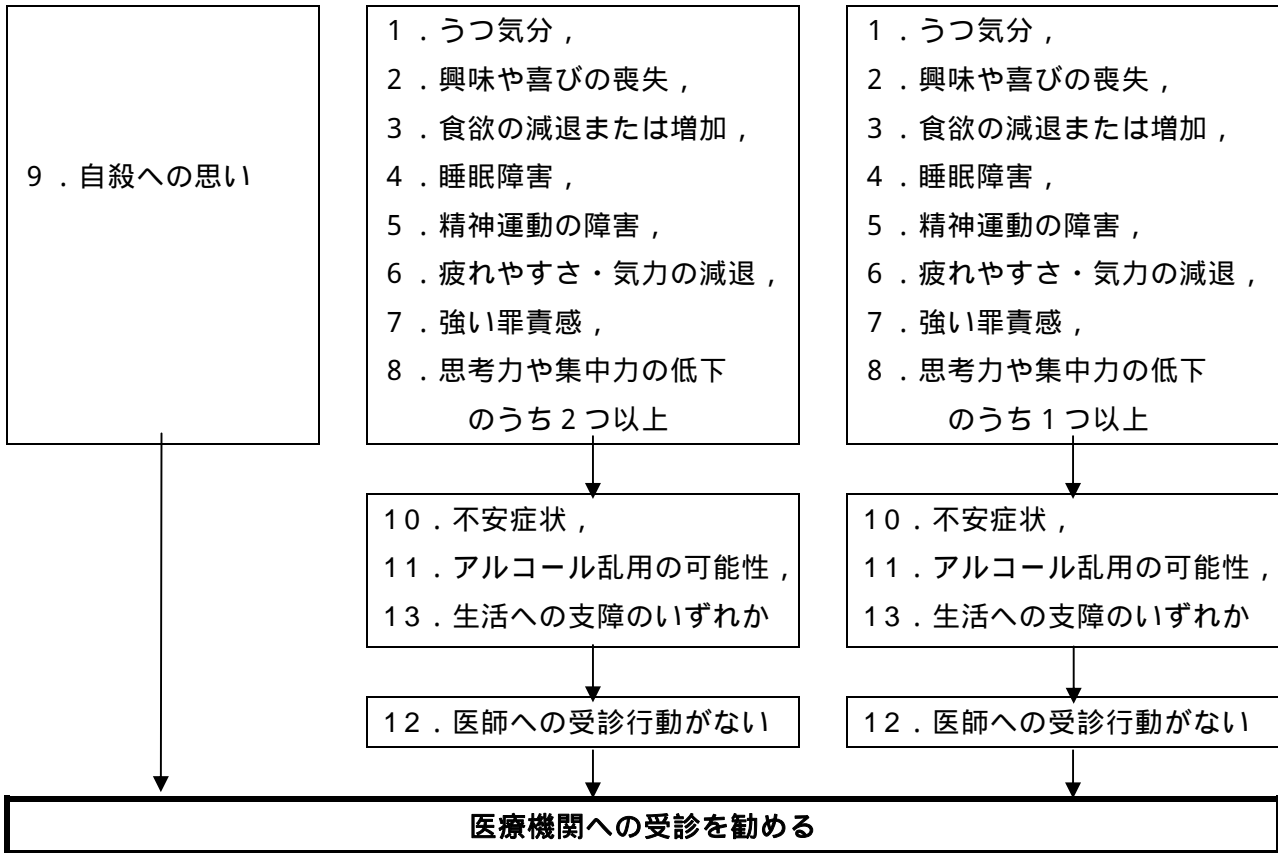
従事者が本人や関係者からの聞き取りにより、該当する項目にチェックをしてください。

	質問項目		チェック欄
1	ラ	大切な人や重要なもの（ペットなど含む）を失った。	
2	イ	自身が重い病気にかかったり事故にあった。	
3	フ	身近な人が重い病気にかかったり事故にあった。	
4	イ	家族や友人との間にトラブル（いさかい）があった。	
5	ベ	住み慣れた家から離れた。（転居等）	
6	ン ト	経済的に苦しい状況がおきている。	
7	慢 性	慢性的な身体的疾患を抱えている。（他人に頼らないといけない状態）	
8	的	家族との関係がよくない。	
9	ス	生活が苦しかったり、経済的な不安が続いている。	
10	ト	社会的な役割が低下している（退職等）	
11	レ	家族の介護を行っている（介護負担が大きい）	
12	ス	社会的孤立（近隣とのトラブルあり・地域との交流が少ない）	

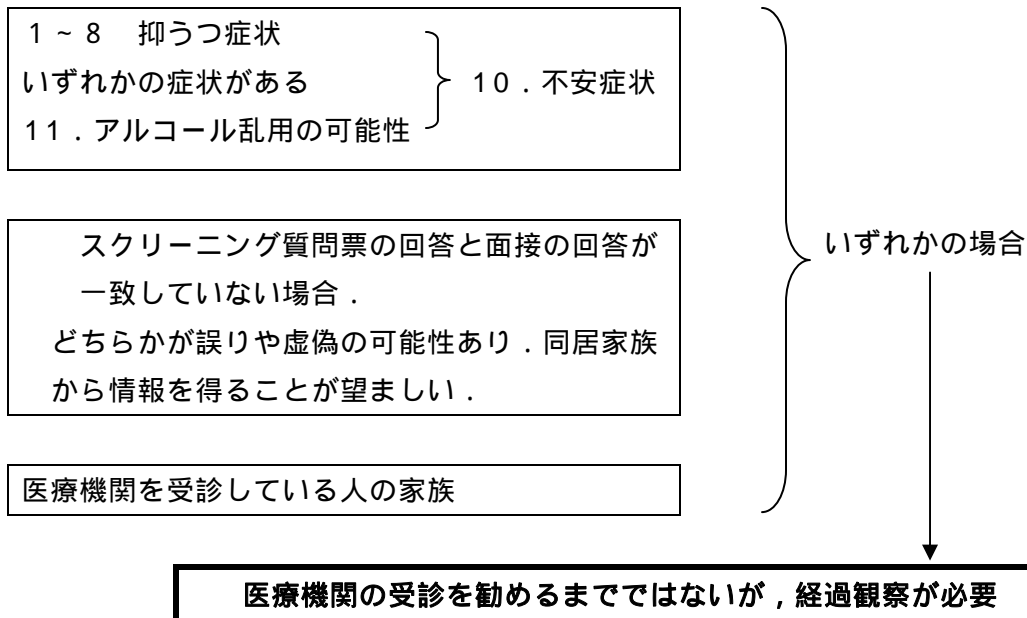
## 「うつ」のアセスメントフローチャート



**確認された症状の内容と数を確認する。**



訪問面接を行ったが、「医療機関への受診を勧める」に該当しない者は、すべて経過観察の対象とする。



文献) うつ対策推進方策マニュアル(都道府県・市町村職員のために). 厚生労働省地域におけるうつ対策検討会. 平成16年1月を一部改変



# 図 1 一次スクリーニングテスト

『心の健康度自己評価票』

年 月 日

最近のあなたのご様子についてお伺いします。次の質問を読んで、「はい」「いいえ」のうち、あてはまる方に 印をつけてください。

A  
項  
目

1. 毎日の生活が充実していますか 1. はい 2. いいえ

2. これまで楽しんでやれていたことが、  
いまでも楽しんでできていますか 1. はい 2. いいえ

3. 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ますか 1. はい 2. いいえ

4. 自分は役に立つ人間だと  
考えることができますか 1. はい 2. いいえ

5. わけもなく疲れたような感じがしますか 1. はい 2. いいえ

B  
項  
目

6. 死について何度も考えることがあります 1. はい 2. いいえ

7. 気分がひどく落ち込んで、  
自殺について考えることがありますか 1. はい 2. いいえ

C  
項  
目

8. 最近ひどく困ったことや  
つらいと思ったことがありますか 1. はい 2. いいえ

「はい」と答えた方は、さしつかえなければ、どういうことがあったのか、ご記入ください。

( )

## 図 2 一次スクリーニングテスト判定票

---

### (1) 一次スクリーニング判定方法

A 項目：問 1～問 5    B 項目：問 6～問 7    C 項目：問 8 .. 自殺の危険性が高くなる項目

### (2) スクリーニング陰性番号

問 1：はい    問 2：はい    問 3：いいえ    問 4：はい    問 5：いいえ  
問 6：いいえ    問 7：いいえ

陰性番号が、A 項目 2 つ以上    あるいは    B 項目 1 つ以上    二次スクリーニングへ

### C 項目 記載内容により判断する

例) 配偶者や家族の死亡, 親戚や近隣の人々の自殺, 医療機関からの退院 等  
二次スクリーニングへ

---

事業名 \_\_\_\_\_

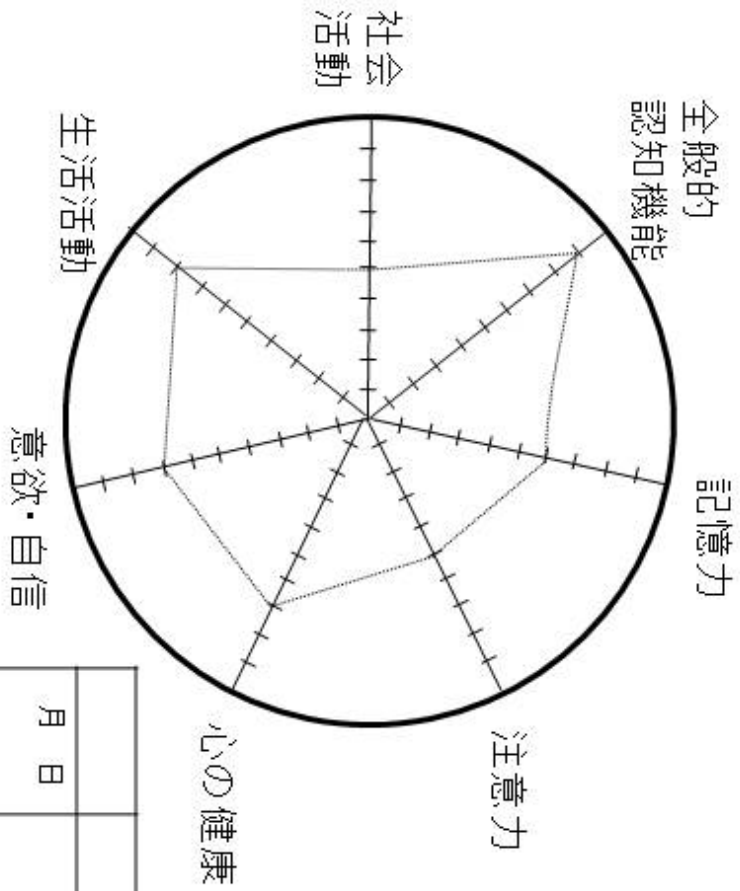
氏名 \_\_\_\_\_

年齢 \_\_\_\_\_

開始日 \_\_\_\_\_

資料 13

閉じこもり・認知症・うつ(TNU)予防レーダーシート



	平均	月日	月日	月日
全般的認知機能	9			
記憶力	6			
注意力	5			
心の健康	7			
意欲・自信	7			
生活活動	8			
社会的活動	5			

月日	所見	目標
月日		
月日		

閉じこもり・認知症・うつ（TNU）予防 評価換算表

評価名	長谷川及び MMSE	単語・写真遅延再生課題（合計）	文字位置照合課題	老年期うつスケール	改）特性的自己効力感尺度	IADL	社会活動
簡略名	全般的認知機能	記憶力	注意力	心の健康	意欲・自信	生活活動	社会活動
1	0-3	0-2	0-19	15-14	0-15	0-3	0-1
2	4-6	3-4	20-29	13-12	16-25	4-6	2-3
3	7-9	5-6	30-39	11-10	16-35	7-9	4-5
4	10-12	7-8	40-49	9	36-45	10-12	6-7
5	13-15	9-10	50-54	8	46-55	13-15	8
6	16-18	11-12	55-59	7	56-65	16-18	9
7	19-21	13-14	60-69	6	66-75	19-21	10
8	22-24	15-16	70-79	5-4	76-85	22-24	11
9	25-27	17-18	80-89	3-2	86-95	25-27	12-13
10	28-30	19-20	90 以上	1-0	96-115	28-30	14-15

平成 20 年 4 月 1 日時点

## 閉じこもり・認知症・うつ状態チェック表 [簡易版]

会場( )

氏名( ) 性別(男性, 女性) 年齢( )歳

表中に該当する数字 ~ を記入してください

		事前評価	事後評価	事後評価
		月 日	月 日	月 日
外出頻度	週1回以上 月1回以上 ほとんど外出しない			
半年前と比べ もの忘れ	もの忘れが減った 変わらない もの忘れが増えた			
半年前と比べ ものの名前が	出てくるようになった 変わらない 出てこなくなった			
半年前と比べ 家事や仕事の	ミスが減った 変わらない ミスが増えた			
半年前と比べ 人の話やテレビ の内容が	わかるようになった 変わらない わからなくなった			
半年前と比べ 必要な予定や計 画を	立てられるようになった 変わらない 立てられなくなった			

半年前と比べ おっくに思うことが	少なくなった 変わらない 多くなった			
半年前と比べ 何事にも意欲が	出てきた 変わらない なくなってきた			
半年前と比べ 食事や睡眠が	とれるようになった 変わらない とれなくなった			
半年前と比べ ぼんやりとする時間が	少なくなった 変わらない 多くなった			