

(1) 基本チェックリストの補足事項

【該当基準】

- ①No.1～20 までの 20 項目のうち 10 項目以上に該当（複数の項目に支障）
- ②No.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）
- ③No.11～12 の 2 項目のすべてに該当（低栄養状態）
- ④No.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）
- ⑤No.16～17 の 2 項目のうち No.16 に該当（閉じこもり）
- ⑥No.18～20 までの 3 項目のうちいずれか 1 項目以上に該当（認知機能の低下）
- ⑦No.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）

※①～⑦の基準に1つでも当てはまれば、サービス事業対象者と判断できます。
ただし、利用者本人の状況やサービス利用の意向を聴き取った上で、振り分けを判断し、サービス事業対象者を特定してください。

【把握経路】

- 01 a. 要介護認定及び要支援認定（以下「要介護認定等」という。）の担当部局との連携による把握
※要支援者からの事業対象者へ移行した場合も含む
- 02 b. 訪問活動を実施している保健部局との連携による把握
- 03 c. 医療機関からの情報提供による把握
- 04 d. 民生委員等地域住民からの情報提供による把握
- 05 e. 地域包括支援センターの総合相談支援業務との連携による把握
- 06 f. 本人、家族等からの相談による把握
- 07 g. 特定健康診査等の担当部局との連携による把握

【主観的健康観について】

主観的健康観とは、医学的な健康状態ではなく、自らの健康状態を主観的に評価する指標であり、死亡率や有病率等の客観的指標では表せない全体的な健康状態を捉える健康指標です。

国内外の研究により、疾病その他の健康要因の客観的なデータが同じであっても、主観的健康観の程度に差があれば、生命予後にも差がみられるということが言われています。

国民生活基礎調査の以下の質問により、ケアマネジメント等の評価をします。

「あなたの現在の健康状態はいかがですか。あてはまる番号1つに○をつけて下さい。」

- 1. よい
- 2. まあよい
- 3. ふつう
- 4. あまりよくない
- 5. よくない

(2) 基本チェックリスト実施の注意事項

基本チェックリストの設問は、原則「している」か「していない」かの「行動」を尋ねる形式となっており、普段の自身の行動について、ありのままを回答することが重要です。

【方法】

- 基本的には本人が記載します。
- 記入できない特段の理由がある場合には、面接者が質問を読み上げるなどの支援は可能ですが、質問の表現を変えたり、回答の誘導がないようにしてください。
- 家族が代理でチェックする場合においても、あくまでも本人の側に立ってチェックするよう促してください。
- 面接者は、本人が記載した基本チェックリストをもとに、各項目について回答の確認をし、できる・できない・している・していない「能力」と「行為」の確認を行ってください。

※廃用性のケースの場合

「能力」はあるが「行為」を行っていないことが多いです。介護予防の視点では、「行為」として行っているかどうかの確認が重要です。

【共通事項】

- 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ください。
- 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ください。
- 各質問項目の趣意を確認し、質問項目の表現は変えないでください。

(3) 基本チェックリストの考え方

【共通的事項】

- ①対象者には、深く考えずに、主観に基づき回答してもらって下さい。それが適当な回答であるかどうかの判断は、基本チェックリストを評価する者が行って下さい。
- 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下さい。
- 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下さい。
- ④各質問項目の趣旨は以下のとおりです。各地域の実情に応じて適宜解釈していただいて結構ですが、各質問項目の表現は変えないで下さい。

	基本チェックリストの質問項目	基本チェックリストの質問項目の趣旨
1～5まで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下さい。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、必要な物品を間違いなく購入しているか）を尋ねています。頻度は、本人の判断に基づき回答して下さい。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。電話による交流は含みません。また、家族や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まで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下さい。

11～12まで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ヵ月で2～3Kg以上の体重減少がありましたか	6ヵ月間で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ヵ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、整数で記載して下さい。体重は1ヵ月以内の値を、身長は過去の測定値を記載して差し支えありません。 ※小数点以下は四捨五入
13～15まで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下さい。
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下さい。
16～17まで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ヵ月の状態を平均して下さい。
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まで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されますか	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下さい。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までに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無い	ここ2週間の状況を、本人の主観に基づき回答して下さい。
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	