

調査票の内容

1. 参加者説明資料
 - ①検査の案内
 - ②調査および検査の内容

2. 医学・背景因子調査票
 - ①調査票（その1）＜男性用＞
 - ②調査票（その1）＜女性用＞
 - ③服用薬物調査票

3. 心理調査票
調査票（その2）

4. 栄養調査票
 - ①食習慣調査票 調査票（その3）
 - ②食事記録調査票

5. 身体運動調査票

老化に関する縦断的調査

ご協力をお願い

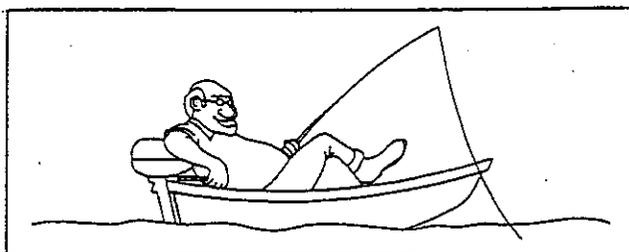


国立長寿医療研究センター

疫学研究部

【目的】

高齢社会を迎えている我が国では、高齢者一人一人が生き生きとした豊かな生活を営むことが望まれます。そのためには日常生活でどんなことに気をつければよいのでしょうか？ 当研究センターでは地域住民の方々の協力を得て、私たちの老化に生活習慣や病気がどのように関わるのか調査を行っています。



【対象】

当研究センター（疫学研究部）からお願いした方で、調査・測定への参加に賛同してくださる方が対象です。

40歳代から70歳代で当研究センター周辺の地域住民の方々

“希望する人は誰でも受けられる” という調査・測定では
ありません

【調査・測定内容】

調査・測定は、午前9時から始まり、午後5時ごろ終わります。

メディカルチェック、体力測定、心理テスト、食事調査を行います。検査費はいっさいいただきません。



実際の調査・測定の前月に、内容の説明会を開きます

【調査・測定項目】

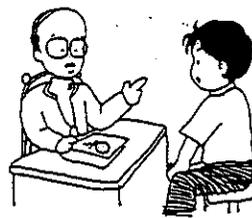
医学分野



栄養分野



心理分野



運動分野



この他に、聴力検査、安静時に消費されるエネルギー量の測定、エコーを使った心臓機能や血流量の検査、平行機能検査などの測定を行います。

【結果】

これらの調査・測定によって得られた結果は、分析が済み次第ご本人宛に郵送いたします。個人のデータが本人の許可なく公開されることはありません。また、結果内容の詳細、あるいは運動療法等につきましては、かかりつけの医師にご相談下さい。

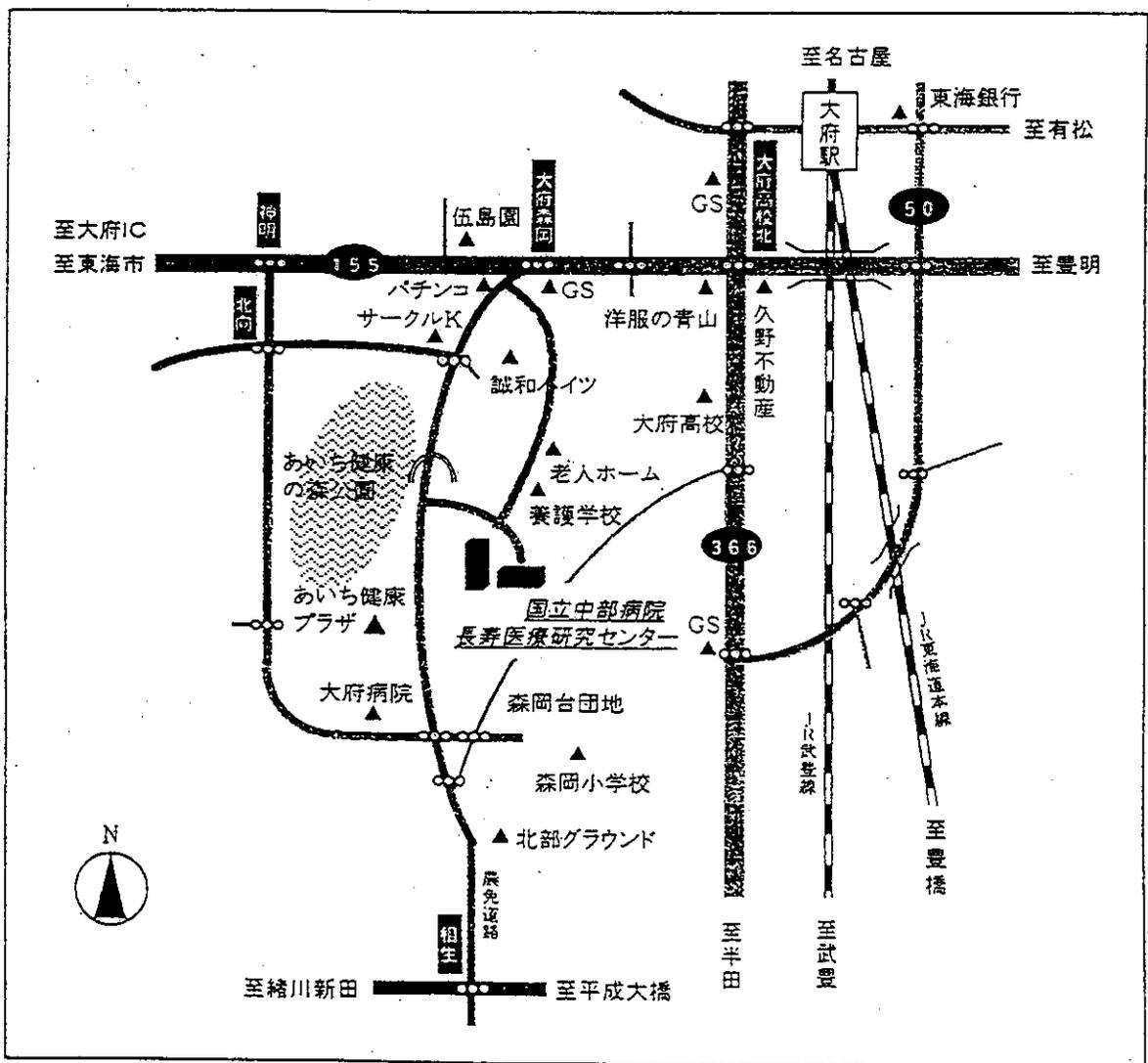
【再測定のお願ひ】

これらの調査・測定は2年ごとに行います。2年経ちましたらこちらから再測定依頼のご連絡をいたしますので、ご協力をお願い致します。

2年後、自分のからだの変化がわかります

《お問い合わせ》

国立長寿医療研究センターは、老化のメカニズムの解明および老年期の生理・病態・予防に関する研究活動を行う国内最高レベルの長寿医療専門研究機関として、1995年7月に設立しました。



※大府駅東口から中部病院行きのバスに乗り、中部病院で降りて下さい。

国立療養所中部病院 長寿医療研究センター 疫学研究部

〒474-8522 愛知県大府市森岡町源吾36-3

Tel 0562-46-2311 (内604)

Fax 0562-44-6593

調査票の内容

1. 参加者説明資料
 - ①検査の案内
 - ②調査および検査の内容

2. 医学・背景因子調査票
 - ①調査票（その1）＜男性用＞
 - ②調査票（その1）＜女性用＞
 - ③服用薬物調査票

3. 心理調査票
調査票（その2）

4. 栄養調査票
 - ①食習慣調査票 調査票（その3）
 - ②食事記録調査票

5. 身体運動調査票

調査および検査の内容

老化に関する長期縦断疫学調査

1. メディカルチェック

問診・聴打診

診察室でお話を伺いながら、基本的な診察をいたします。またお使いになっている薬についてもお伺いします。

生活調査

あらかじめ調査票をお渡しし、ご自宅で記入して検査当日に持ってきていただきます。内容は病歴や生活習慣などについてです。

生理機能検査

血圧：自動血圧計で測ります。

心電図：心臓の活動に異常がないかを判定します。

心臓超音波検査：超音波を使って心臓の形態や動きに異常がないかを判定します。

指尖容積波：指にキャップをはめて血管の動脈硬化の程度を判定します。

頭部MRI：磁気を使って脳の萎縮、梗塞等について判定します。

骨検査：骨が弱っていないかどうかを次の方法で検査します。

①定量的X線超小型CT装置：ごく弱いレントゲンを使って橈骨（前腕の骨）の断層写真を撮り、骨密度を測定します

②DXAによる骨塩定量：ごく弱いレントゲンを使って全身の骨量、腰椎および大腿骨の骨量を測ります。検査は愛知健康プラザで行います。

肺機能：肺活量などの肺機能を測ります。

血中酸素濃度：小さな測定装置を指にはめて、血液中の酸素の量を推定します。採血はいたしません。痛みもありません。

頸動脈血流：超音波を使って脳に多くの血液を運んでいる総頸動脈の血流と動脈硬化の程度を調べます。

身体測定

身体計測

身長、体重に加えてメジャーなどを使って身体の各部位の長さや幅などを測ります。

体脂肪

からだについている脂肪の量や割合を次の方法で計測します。

①空気置換体脂肪測定装置

小さな部屋に入っていただき、空気をどのくらい押しつけたかを計算して、からだの比重を推定します。この検査にはからだにぴったりした服（水着、スパッツなど）を着用していただく必要があります。（必要な服装は当方で用意してあります。）

②インピーダンス体内脂肪計

電気抵抗の原理を利用して体脂肪率を測ります。靴下を脱いで体重計のようにのっていただくだけで測定できます。

③DXA

ごく弱いレントゲンを使って全身の脂肪量を測定します。骨検査と同時に測定出来ます。検査は愛知健康プラザで行います。

体水分量測定

電気抵抗の原理を利用して体の水分量を測ります。手と足に電極をつけて簡単に測定できます。

超音波検査（脂肪厚、筋肉厚）：

超音波を使って腹部と大腿部、上腕部の皮下脂肪及び内蔵腹膜の上の脂肪と筋肉の厚さを測ります。

感覚機能

視力：近距離視力、遠距離視力、動体視力、コントラスト視力、レンズ屈折率異常、角膜の曲率を検査します。

視野：網膜の各部位での視覚を判定することで視野の評価をします。

眼底所見：動脈硬化の程度や糖尿病性の変化について判定しています。

検査のために瞳孔を開かせるような薬は使いません。

眼圧：眼圧は目に空気をあてて測ります。目には直接触れません。

色覚：色覚調査表を使って色を判別する能力を測定します。色盲検査とは異なります。

立体視：ものを立体的に見る能力を検査します。

聴力：防音室で低音から高音までの聴力を単純音で判定します。

末梢神経知覚検査：指先の神経にごく弱い電気刺激を与えて、その刺激がわかるかどうかを検査します。身体への害や痛みはありません。

二点識別能：手のひらで2点を識別して知覚できる距離を測ります。

血液検査

貧血、白血球異常、血小板数：赤血球数、白血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、血小板数

肝機能：GOT、GPT、血清総蛋白、アルブミン、アルカリフォスファターゼ、コリンエステラーゼ、総ビリルビン、 γ GTP

糖代謝：空腹時血糖、ヘモグロビンA1c、空腹時インスリン

ビタミン：ビタミンA

腎機能：クレアチニン、尿酸

血中電解質：カルシウム、無機リン

血清脂質：総コレステロール、HDLコレステロール、中性脂肪、過酸化脂質、脂肪酸分画

血清微量金属：鉄、マグネシウム、亜鉛

血中ホルモン：甲状腺ホルモン、甲状腺刺激ホルモン、男性ホルモン

炎症反応：シアル酸

老年病検査：以下の老年病の素因を見つけるために、DNA検査および疾患マーカー検査（病気の有無を診断するための検査）を実施します。

- ①アルツハイマー病
- ②骨粗鬆症
- ③前立腺肥大症（男性のみ）
- ④糖尿病
- ⑤脳卒中
- ⑥パーキンソン病
- ⑦その他の老化・老年病関連遺伝子

尿検査

一般尿検査をおこないます。内容は蛋白、糖、ウロビリノーゲン、ケトン体、亜硝酸塩、pH、潜血です。糖尿病や腎臓病などの判定に役立ちます。

2. 体力測定

体力計測

閉眼片足立ち：目を閉じて片足で何秒間立っているかを測定します。

全身反応時間：光の合図を見てから身体が動くまでの時間を測定します。

体前屈：座って身体をどのくらい前に曲げられるかを測定します。

握力：握力を測ります

脚伸展パワー：脚を伸ばす時の瞬発力を測ります

脚筋力：膝を伸ばす力を測ります。

重心動揺：立位で重心がどのくらい動くかを測定します

上体起こし：30秒間で何回上体起こしが出来るかを測ります。

歩行分析：10 m程度歩いていただき、歩行動作の3次元解析や歩行速度、歩幅、歩調などを測ります。

身体活動調査

日頃行っている運動や身体活動についておたずねします。

万歩計

万歩計を調査後1週間装着して、歩数、消費カロリーを記録していただきます。

紫外線調査

紫外線の影響を調査するため、屋外で過ごした時間を調査後1週間記入していただきます。

3. 栄養調査

食物摂取頻度調査

いろいろな食品について食べる頻度を記入していただきます。

食事調査

調査当日に調査票と計量はかり、使い捨てカメラをお渡します。調査後3日間の食事内容を記録していただきます。記録後、調査票と写し終えた使い捨てカメラは郵送でセンターにお送りいただきます。

4. 心理調査

心理に関するいろいろな調査を行います。

調査は、あらかじめ調査票をお渡しして、自宅で記入した後、検査当日に持参していただくものと、検査当日に面接で行うものがあります。

調査票を用いて行う調査

感情、パーソナリティ、社会環境、家族関係、生活満足度、ストレス対処行動、活動能力、死生観に関する調査

面接で行う調査

知能に関する簡単な検査及び最近の出来事やストレスに関する調査

5. 調査および検査を行う場所

診察も含めて、ほとんどの調査および検査は、中部病院内の東病棟1階に設けた特別の検査センターで行います。ただし、頭部MRIは研究センター1階で、骨の断層写真は病院1階の放射線部で行います。またDXAを使った骨と脂肪の検査は中部病院に隣接する愛知健康プラザで行います。

調 査 説 明 書

老化に関する長期縦断疫学調査

1. 調査および検査の目的

老化はどのように進んでいくのでしょうか。老化にともなって、記憶力が落ちたり、骨が弱くなったりします。また、目が見えにくくなったり、耳が聞こえにくくなったりします。さらには高血圧や糖尿病、心臓病、脳卒中などの病気にもかかりやすくなります。この調査は中高年の方々を対象として、老化による変化とは何なのか、そして歳とともにどのような人たちにどのような変化があらわれるのか、またどのような病気になるのかなどを明らかにして、老化による心身両面のさまざまな機能の変化や、病気を予防するためにはどうしたらよいのかを明らかにすることを目指します。

高齢化社会を迎えているわが国ではお年寄りの一人一人が、生き生きとした生活を営むことが望まれます。この調査は将来に向けて皆が元気で豊かな老後の生活を送っていくために是非とも必要なのです。

2. 調査および検査の内容・方法

調査対象となる方々は、東浦町および大府市の協力を得て、地域に住む40歳以上の方の中から選ばせていただきました。調査および検査は原則として2年ごとに繰り返し行い、加齢による変化の検討を行う予定です。ですから、この地域にずっと住み続ける方になるべく参加していただきたいと思えます。

調査および検査の内容はメディカルチェック、体力測定、心理調査、食事調査、生活習慣調査など多岐にわたっています。具体的には別紙にお示ししたような項目です。血液検査のため採血を行いますが、この他に痛みを伴う検査はありません。また骨の検査などレントゲンを使用する検査もありますが、被曝量はわずかです。体力測定では、筋力や平衡機能などを測定します。心臓病がある場合や、心臓などに過度の負担となることが診察や心電図等で予想される場合には、測定を行いません。脳の診断を磁気を使って行うMRIという検査も実施しますが、身体の中に金属を植え込んでいる場合を除いて身体に危険はまったくありません。なお手術などで金属が身体にある人にはこの検査は行いません。この他には身体に影響を与える可能性のある検査はありません。しかし、何らかの理由でこの検査は受けたくないということであれば、遠慮なく申し出て下さい。その検査は行いません。

また、血液の成分からDNAを抽出して検査を行います。これはアルツハイマー病、パーキンソン病、前立腺肥大症、動脈硬化症、糖尿病などの老年病に関連する遺伝子を検討して、どのような遺伝子を持っている人がこうした病気にかかりやすいのかを明らかにし、病気にかかりやすい素因を持つ人に、病気の予防や病気の早期発見・早期治療を行えるよ

うにすることを旨とするものです。検査は上記の老年病や老化に関するものに限定し、先天異常、奇形、精神分裂病などの遺伝素因についての検査は一切いたしません。

心理調査では、知能、パーソナリティなど様々な心理面を調査し、痴呆の早期発見や、心の健康（メンタルヘルス）を維持していくためには、どうしたらよいかを検討します。また栄養面の調査として食事調査を行います。調査は朝から寝るまでに口にされたもの3日分すべてを記入していただきます。さらに過去1年間の食習慣について質問にお答えいただき、食生活と老化や健康との関わりについて検討していきます。

調査の結果は御本人には結果表としてまとめてお送りいたします。これは皆様個人個人の健康づくりに役立つ貴重な資料になると思います。なお、皆様からは検査のための費用は一切いただきません。また、検査結果に何らかの異常が見つかった場合には、その内容を御本人に通知いたしますので、かかりつけの医師などにご相談下さい。また医療機関からの要請があれば、異常所見のより詳しい内容についてご返答いたします。ただし、ここで行う検査は老化や老年病の研究を旨としたものであり、一般の健康診断や人間ドックでの検査とは内容が若干異なります。ここでの検査で異常がなくても「病気はない」、「まったくの健康である」ということを必ずしも証明するものではありません。したがって、会社や地域での健康診断、がん検診、人間ドックなどの受診は今まで通り行っていただく必要があります。

3. 検体保存およびその利用法について

血液、尿については、すぐに検査を行わず、凍結保存して後に検査を行う場合もあります。これは皆様が今後何らかの老化に関連する病気にかかった場合、その病気が出現する以前に血液などに異常が現れていなかったかを、保存しておいた血液や尿を調べることによって確かめ、病気の早期発見、早期治療に役立てるためです。

4. 調査および検査結果の守秘について

この調査および検査で得られた結果は全部まとめて分析しますので、個人の調査結果が個別に公表されることは決してありません。また、皆様が不利益を被ることもありません。

この調査および検査で得られた結果は、老化や老年病の研究の重要な資料として大切にいたします。すべてのお年寄りがいつまでも元気に楽しく暮らせることを目指して、研究結果は学会や専門研究誌に発表し、老年医学の発展に役立てます。

国立療養所中部病院・長寿医療研究センター
疫学研究部 部長 下方浩史

No. _____

調 査 同 意 書

国立療養所中部病院・長寿医療研究センター
倫理委員会委員長 殿

老化に関する長期縦断疫学調査

- | | |
|------------------------|----------------------------|
| 1. 調査および検査の目的の説明 | <input type="checkbox"/> 済 |
| 2. 調査および検査の内容、方法の説明 | <input type="checkbox"/> 済 |
| 3. 検体の保存およびその利用についての説明 | <input type="checkbox"/> 済 |
| 4. 調査および検査結果の守秘についての説明 | <input type="checkbox"/> 済 |

担当者 _____

私は調査および検査について、その目的、内容、方法、および検体保存とその利用法について、また得られた結果の個人的な秘密が守られることについての説明を受け、十分理解し納得しましたので、調査および検査を受けることに同意いたします。また結果が研究目的で使用されることにも同意いたします。

年 月 日

住所 _____

氏名 _____

印

代理人 氏名 _____

印

(続柄)

秘

調査票（その1）＜男性用＞

Ver3.1.

記入上のお願い

1. この調査票はあなたの健康状態、生活習慣や生活環境などについておたずねするものです。これらは検査結果に大きな影響を及ぼしますので、ご面倒でもご記入の上、検査当日お持ちくださるようお願いいたします。
2. 各質問の記入の順序は特に指示がない限り、質問の順番に従って記入して下さい。
3. 回答は、該当する数字を○でかこむものと、() 内に必要な数字を記入するものがあります。特に指定がない限り、○は各問一つでお願いします。また、「その他」に該当する場合は、() 内でできるだけ詳しく記入して下さい。
4. 記入の方法がわからないときは、センターでの測定・調査日に、おたずね下さい。

プライバシーは完全に守られ、個人のデータが公表されることは決してありません。

太枠の中だけご記入をお願いします。

ID 番号					
調査日	19	年	月	日	
生年月日	明・大・昭	年	月	日	(才)
性別	男	・	女		
名前					様

◆この調査票に関する問い合わせ先◆

国立長寿医療研究センター

長期縦断疫学調査センター

TEL：0562-46-2311 内線604

1. あなたの睡眠についておたずねします。

問1. 平均の睡眠時間を記入して下さい。 (_____ 時間)

問2. あてはまるものに○印を付けて下さい。 (○はいくつでも)

1. 寝入りが悪いことがよくある
2. 夜中に目が覚めて、眠れなくなることがよくある
3. 大きないびきをよくかく
4. よく夢をみる
5. 眠りは深い方だと思う
6. 昼間に眠くなったり、寝てしまうことがよくある
7. 特にない

問3. 昼寝をしますか。

1. 週に6回以上
2. 週に3～5回
3. 週に1～2回
4. しない

2. あなたやあなたの家族の喫煙習慣についておたずねします。

問1. あなたは現在タバコを吸っていますか。

1. 以前から吸わない
2. やめた → (_____ 歳から _____ 歳まで、一日平均 _____ 本位吸っていた)
3. 現在吸っている → (_____ 歳から、一日平均 _____ 本位吸っている)

<タバコをやめた方のみ、お答え下さい。>

問2. タバコをやめた理由は何ですか。 (○はいくつでも)

1. 以前ほど吸いたくなくなった
2. 病気のため
3. 健康に害があるような気がするから
4. 家族が嫌がるから
5. 経済上の理由から
6. その他 (具体的に _____)

<タバコを吸う方のみ、以下の質問にお答え下さい。そのほかの方は 問4へお進み下さい。>

問3-1. タバコの煙を吸い込みますか。

1. ふかすだけ
2. 吸い込む
3. 両方

問3-2. フィルター付きのタバコを吸っていますか。

1. いつもフィルター付きのタバコにしている
2. 時々フィルター付きのタバコにしている
3. フィルター付きのタバコを吸うことはほとんどない
4. フィルター付きのタバコは吸わない

問4. 現在、家庭で他人のタバコの煙を吸うことはありますか。

1. ない 2. 時々ある 3. ほとんど毎日 (一日平均 時間)

問5. あなたが小・中学校の頃、家庭で他人のタバコの煙を吸うことがありましたか。

1. なかった 2. 時々あった 3. ほとんど毎日 (一日平均 時間)

問6. 家庭以外 (職場、乗り物、集会場など閉めきった室内) で他人の吐いたタバコの煙を吸うことはありますか。

1. ほとんどない 2. 時々ある 3. ほとんど毎日 (一日平均 時間)

3. あなたの健康状態についておたずねします。

問1. あなたの健康状態はいかがですか。

1. 非常に良い 2. 良い 3. 普通 4. 悪い 5. 非常に悪い

問2. 定期的な健康診断 (住民健診、職場健診、人間ドックなど) を受けていますか。

1. 1年に1回は受けている。
2. 2-3年に1回ぐらいは受けている。
3. まったく受けていない。

問3. かかりつけ (馴染みの) の医療機関 (医院・病院など) がありますか。

1. ある 2. ない 3. わからない

<かかりつけ、あるいは現在通院中の医療機関があれば記入して下さい。>

病・医院名 所在地
電話番号 医師名
1. 通院中 (病名) 2. 現在は通院していない

病・医院名 所在地
電話番号 医師名
1. 通院中 (病名) 2. 現在は通院していない

病・医院名 所在地
電話番号 医師名
1. 通院中 (病名) 2. 現在は通院していない

病・医院名 所在地
電話番号 医師名
1. 通院中 (病名) 2. 現在は通院していない

問4-1. 現在または過去にかかった病気などがありますか。番号に○をつけて下さい。

(1) 脳卒中	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(2) 高血圧	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(3) 心臓病	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(4) 高脂血症（高コレステロール血症）	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(5) 腎臓病	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(6) 肝臓病	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(7) 胆石・胆嚢炎	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(8) 糖尿病	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(9) 胃・十二指腸潰瘍	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(10) 結核・肋膜炎	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(11) 喘息	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(12) 慢性気管支炎	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(13) 貧血	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(14) 骨粗鬆症	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(15) リウマチ・関節炎	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(16) 痛風・高尿酸血症	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(17) がん（部位 ）	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(18) 骨折	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(19) 前立腺肥大	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(20) 痴呆	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(21) パーキンソン病	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず
(22) その他（病名 ）	1. なし	2. 治療中	3. 以前治療した	4. 治療せず

問4-2 今までに以下の手術を受けたことがありますか。

(1)胃の一部または全部を切除する手術

1. ある 2. ない

(2)頭部の手術

1. ある 2. ない

(3)心臓の手術

1. ある 2. ない

(4)肺の切除手術

1. ある 2. ない

(5)甲状腺の手術

1. ある 2. ない

(6)その他の手術

1. ある 2. ない

(具体的に)

問5. 過去2年間に入院したことがありますか。

1. ある 2. ない

<入院したことがある方はその病名と入院した日、入院していた期間について記入して下さい。>

1. 病名
入院した日 昭和・平成 年 月 日
入院していた期間 日間

2. 病名
入院した日 昭和・平成 年 月 日
入院していた期間 日間

3. 病名
入院した日 昭和・平成 年 月 日
入院していた期間 日間

4. あなたの家族の健康状況についておたずねします。

問1. あなたの血縁の（血のつながった）祖父母、父母、兄弟、子供のなかで以下の病気にかかったことのある方はいますか。番号に○をつけて下さい。

(1) 高血圧	1. いる	2. いない
(2) 糖尿病	1. いる	2. いない
(3) 高脂血症	1. いる	2. いない
(4) 狭心症・心筋梗塞	1. いる	2. いない
(5) 脳血管障害・脳卒中 (脳出血・脳梗塞)	1. いる	2. いない
(6) 痴呆	1. いる	2. いない
(7) 緑内障	1. いる	2. いない
(8) 夜盲症（鳥目）	1. いる	2. いない
(9) 前立腺肥大	1. いる	2. いない
(10) パーキンソン病	1. いる	2. いない

5. あなたの運動機能についておたずねします。

問1. 日常生活で当てはまるものに○を付けて下さい。（○はいくつでも）

1. 階段の昇降に手すりを使う
2. 歩行時に杖を使う
3. 寝室が二階にある
4. 屋内でスリッパを使用する
5. 廊下の足下が暗い
6. 鎮静剤、睡眠薬を内服している
7. めまいがよくある
8. 特にない

問2. あなたはこの一年間に転んだことはありますか。

1. ある 2. ない

問3. 現在、あなたは転ぶことがこわいと感じますか。

1. とてもこわい 2. 少しこわい 3. こわくない

問4. 転ぶことがこわくて、日常の行動が制限されることがありますか。

1. はい 2. 時々 3. いいえ

<以下の質問は問2で「転んだことがある」と答えた方のみ以下の質問にお答えください。一年間に2回以上転んだ方は、もっとも重いけがをした転倒についてお答え下さい。「転んだことがない」と答えた方は6へお進み下さい。>

問4-1. 転んだのはいつ頃でしたか。

.....月の（午前・午後）.....時頃

問4-2. どこで転びましたか。具体的な場所を選んでください。

（家の中）

1. 玄関 2. 居間、部屋 3. トイレ 4. 風呂場
5. 食堂 6. 廊下 7. 階段 8. その他

（家の外）

9. 庭 10. 平らな道 11. 坂道 12. 田畑
13. 屋外の階段 14. 乗物 15. その他

問4-3. 転んだとき、何を履いていましたか。

1. くつ 2. 下駄 3. 草履、サンダル
4. スリッパ 5. 靴下、たび 6. はだし 7. その他

問4-4. 何をしている時に転びましたか。

1. 歩いているとき 2. 走っている時 3. 階段を昇っている時
4. 階段を降りている時 5. 立ち止まっている時 6. 立ち上がった時
7. 座ろうとした時 8. その他

問4-5. 転んだ原因のうち、もっとも大きなものを一つ選んでください。

1. つまづいた 2. すべった 3. めまいがした、気が遠くなった
4. 身体がふらついた 5. 人や物に衝突した 6. 段差があった
7. 足を踏み外した、転落した 8. その他

問4-6. 転んだときにケガはしましたか。

1. 何もなかった 2. 打撲 3. 股関節の骨折 4. 腰の骨折
5. 手・腕の骨折 6. その他