

測定

患者番号

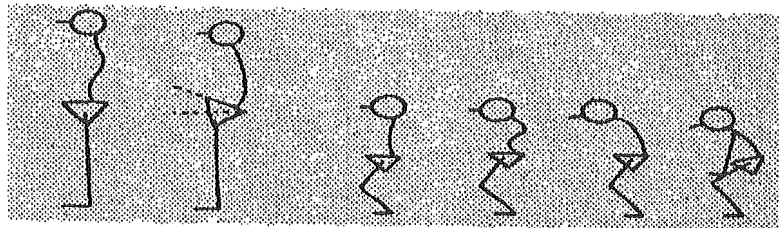
1. 名前

2. 施設名

3. 年齢 ( ) 歳

4. 性別 1. 男 2. 女

①体重	kg
②身長	cm
③BMI	
④収縮期血圧	mmHg
⑤拡張期血圧	mmHg
⑥姿勢 (立位可能)	



1. 標準 2. 脊柱屈曲 膝伸展 3. 脊柱伸展 膝屈曲 4. 逆S字 5. 脊柱 膝屈曲 6. 手膝上

⑦ 深部腱反射

- |             |       |       |       |
|-------------|-------|-------|-------|
| 71. PTR (右) | 1. 正常 | 2. 亢進 | 3. 低下 |
| 72. PTR (左) | 1. 正常 | 2. 亢進 | 3. 低下 |
| 73. ATR (右) | 1. 正常 | 2. 亢進 | 3. 低下 |
| 74. ATR (左) | 1. 正常 | 2. 亢進 | 3. 低下 |

⑧ 知覚障害

- |                    |        |        |        |       |
|--------------------|--------|--------|--------|-------|
| 81. 知覚障害の有無        | 1. あり  | 2. なし  |        |       |
| 82. 部位 (91 で 2 のみ) | 1. 両上肢 | 2. 右上肢 | 3. 左上肢 |       |
|                    | 4. 両下肢 | 5. 右下肢 | 6. 左下肢 | 7. 四肢 |

⑨ 運動障害

- |                    |        |        |        |       |
|--------------------|--------|--------|--------|-------|
| 91. 運動障害の有無        | 1. あり  | 2. なし  |        |       |
| 92. 部位 (91 で 2 のみ) | 1. 両上肢 | 2. 右上肢 | 3. 左上肢 |       |
|                    | 4. 両下肢 | 5. 右下肢 | 6. 左下肢 | 7. 四肢 |

93. 運動障害の種類

1. 痙性 2. 弛緩性 3. 固縮 4. 失調 5. 不随意運動 (振戦、アトニー)

⑩関節拘縮

101. 股関節（屈曲拘縮の有無） 1. あり（右 度、左 度） 2. なし  
 102. 膝関節（屈曲拘縮の有無） 1. あり（右 度、左 度） 2. なし  
 103. 足関節（尖足変形） 1. あり（右 度、左 度） 2. なし

⑪重心計

1. 重心動揺の軌跡(外周面積)	
2. 重心移動速度	
3. 移動した重心の長さ	
4. 左右方向の動揺	
5. 前後方向の動揺	

⑫骨密度（踵骨骨密度）

1. YAM	
2.	

⑬生活体力

①起居能力		秒	秒
		秒	秒
②身辺作業能力			
③手腕作業能力 ペグボード			
④10m障害歩行			

⑭体力（その他）

① 筋力（体重比）

11.	Kg		16. 握力 右	Kg	
12. 膝 伸展	右	左	17. 握力 左		
13. 膝 屈曲			18. 肘関節 伸展	右	左
14. 足関節伸展			19. 肘 屈曲		
15 屈曲					

②閉眼右片脚起立時間	秒			
③棒反応時間	1回目	cm	2回目	cm
④座位前屈距離(柔軟性)	cm			
⑤タッピング（10秒間）	右	回	左	回

⑮日整会頸部脊椎症性脊髄症判定基準

( ) 点

氏名		地域番号		
----	--	------	--	--

地域高齢者の健康生活に関する質問紙調査

2001.8

下記の質問の当てはまる番号に、○印をつけ、空欄には文字や数字をご記入ください。

問 1. あなた自身についてお伺いします。

- 1) 性別 :      1. 男性              2. 女性
- 2) 年齢 : (              ) 歳
- 3) 現在、仕事をされておられますか      1. 無職              2. 仕事をしている
- 4) 現在、ご家族は何人ですか      総計(              )人      (あなたも入れて)
1. 1人暮らし      2. 夫婦のみ      3. 息子又は娘と同居      4. 三世代以上同居
5. その他

問 2. 最近12ヶ月間に転倒（ころぶこと）がありましたか。転んだ回数を思い出してください。

1. 0回      2. 1回      3. 2回      4. 3回      5. 4回以上

問 3. 転倒についてはどのように考えていますか。（ひとつだけ）

1. 以前より注意していた。
2. 最近、注意している。
3. 注意のみならず予防策（例：運動靴、靴、照明、整理整頓、手すり）を立てている。
4. 転倒にはほとんど関心がない。
5. 転倒について全く注意していない。

問 4. 血圧についておたずねします。

- 1) 今までに血圧が高いと言われたことがありますか？      1. はい、2. いいえ
- 2) 「塩っぱいものは、血圧を上げる」と言われていますが、  
    普段から塩気をひかえていますか？      1. はい、2. いいえ
- 3) 「太りすぎは血圧を上げる」と言われていますが、  
    太りすぎにならないように注意していますか？      1. はい、2. いいえ
- 4) 血圧のお薬をのむように言われていますか？      1. はい、2. いいえ
- 5) 4) で「はい」と答えられた方は以下の質問にお答え下さい。
- イ) 血圧のお薬をきちんとのんでいますか？      1. はい、2. いいえ
- ロ) 血圧のお薬は、のんでも体調に変わりがない場合、  
        調子が悪いときだけのみみますか？      1. はい、2. いいえ

問 5. 毎日の生活について伺います。(やろうと思えばできることをお答えください)

- |                            |       |        |
|----------------------------|-------|--------|
| 1) バスや電車を使って1人で外出できますか     | 1. はい | 2. いいえ |
| 2) 日用品の買い物ができますか           | 1. はい | 2. いいえ |
| 3) 自分で食事の用意ができますか          | 1. はい | 2. いいえ |
| 4) 請求書の支払いができますか           | 1. はい | 2. いいえ |
| 5) 銀行貯金・郵便貯金の出し入れが自分でできますか | 1. はい | 2. いいえ |
| 6) 年金などの書類が自分で書けますか        | 1. はい | 2. いいえ |
| 7) 新聞を読んでいますか              | 1. はい | 2. いいえ |
| 8) 本や雑誌を読んでいますか            | 1. はい | 2. いいえ |
| 9) 健康についての記事や番組に関心がありますか   | 1. はい | 2. いいえ |
| 10) 友達の家を訪ねることがありますか       | 1. はい | 2. いいえ |
| 11) 家族や友達の相談にのることがありますか    | 1. はい | 2. いいえ |
| 12) 病気の方を見舞うことができますか       | 1. はい | 2. いいえ |
| 13) 若い人に自分から話かけることがありますか   | 1. はい | 2. いいえ |

問 6. 最近の自分の生活全体について満足していますか。

0

100%

全く満足していない

満足

(マークを入れて下さい)

問 7. あなたにとって最近で、一番うれしかったことはなんですか。お聞かせください。

(それはいつ頃、どんなことでしたか)

ご協力ありがとうございました。

( 日尾 ) 地区 番号 \_\_\_\_\_

**女性**

氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 歳 ( 19 年生 )

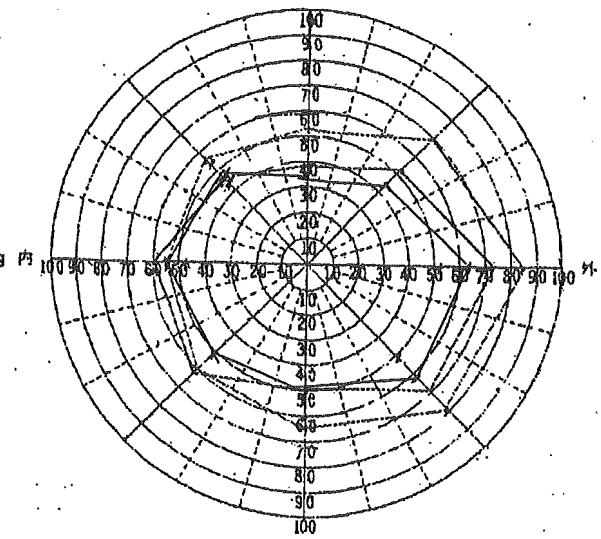
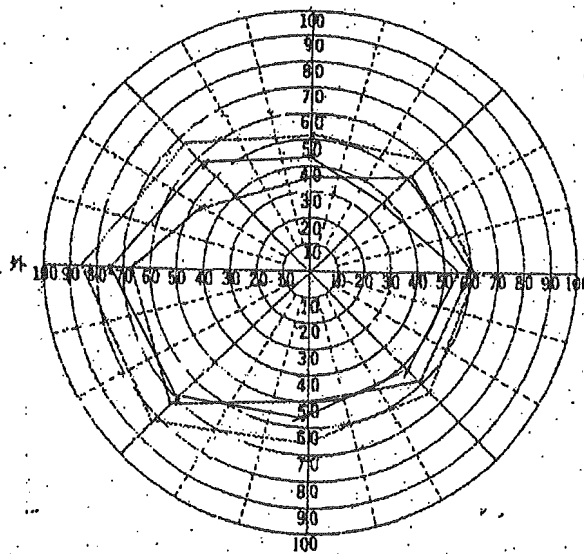
①			② 血 圧	③ 骨密度	④ 握 力
身長	体 重	体脂肪率			
cm	kg	%	~		左
		BMI			%
⑤ 平 衡 機 能			⑥ 重 心 動 揺		
下肢筋力	開眼片脚起立	A	B	C	
kg	秒	D	E	F	
		Abn.		%	

⑦ 視 野 測 定 視力：左 右

	左回しより	左 眼 (L)	右 眼 (R)
1. 0	↑ 上		
2.	↓ 下		
3. 右45度	↖ 左上		
4.	↘ 右下		
5. 右90度	← 左		
6.	→ 右		
7. 右-45度	↙ 左下		
8.	↗ 右上		

左眼

右眼



氏名		年齢		地域番号	
----	--	----	--	------	--

	体格指数	血 圧(mmHg)	骨密度(%)	下肢筋力(kg)	握力(kg)	上体起こし(回)	長座位前屈(cm)
①検査日		収縮期血圧： 拡張期血圧：			左 右		
②検査日		収縮期血圧： 拡張期血圧：					
③検査日		収縮期血圧： 拡張期血圧：					
評 価	①>25 肥満 ②18.5≤ <25 普通 ③<18.5 やせ	治療の必要性	・骨量減少 ・やや減少 ・普通				
平均値		収縮期血圧： ①60歳 140~160以上 ②70歳 160~170以上 ③80歳 160~180以上 拡張期血圧： 各年代とも90以上		①60歳 19.9±3.9 ②70歳 18.6±4.1 ③75歳 16.9±4.1 ④80歳 14.8±3.9	左 右 21.0 22.6 19.8 21.3 17.7 18.6 13.7 15.9	4.5 3.4 2.8 2.1	33±8 32±8 29±8 28±8

標準値・平均値は、年齢・性別などにより多少異なりますので、参考としてください。

	開眼片脚起立 (秒)	10m 障害歩行 (秒)	6 分間歩行 (m)	視 力	視 野	重心動揺		
						動揺の広がり (cm)	前後の動揺 (cm)	ロンベルグ率 (倍)
①検査日	左 右			左 右				
②検査日								
③検査日								
評 価					・普通 ・やや狭小 ・狭小化			
平均値				左視力 右視力				
①65歳	39.2 42.8	9.3±2.4	452±115	0.61-0.69 0.6-0.7	5.9±4.8	-0.7±1.5	1.8±1.0	
②70歳	29.4 29.4	10.4±2.8	419±78	0.5-0.6 0.5-0.6	6.6±5.2	-0.5±1.5	1.7±1.0	
③75歳	18.9 19.9	11.6±3.7	390±80	0.4-0.5 0.4-0.5	6.6±5.1	-0.5±1.6	1.7±0.8	
④80歳	10.4 11.8	12.9±4.6	359±60	0.3-0.4 0.3-0.4	8.9±8.4	-0.8±1.3	2.0±1.3	

標準値・平均値は、年齢・性別などにより多少異なりますので、参考としてください。