

Modified Norris Scale

Limb Norris Scale

	普通にできる	幾分支障がある	十分にはできない	全くできない
1. 仰臥位で頭をあげる	3 普通にできる 約 60 度屈曲を保持可能	2 床から約 30 度以上屈曲し保持できる	1 床から 30 度以下だが屈曲できる	0 床から頭を持ち上げられない
2. 寝返りをする	3 普通にできる	2 ひとりでできるが相当の努力と時間を要する	1 人手をかりればできる。手摺のみでは困難	0 全くできない
3. 仰臥位から座位まで起き上がれる	3 普通にできる	2 ひとりでできるが相当の努力と時間を要する	1 人手をかりなければできない	0 全くできない
4. 名前を書く	3 普通にできる	2 時間をかければボールペンで読める字を書ける	1 太めのマジックであれば、何と判読可能	0 全くできない
5. シャツ・ブラウスを自分で着る	3 普通にできる	2 通常のものであれば時間をかければひとりでできる	1 一部介助が必要	0 全くできない
6. シャツ・ボタンをかける(ファスナーのあけしめができる)	3 普通にできる	2 時間をかければひとりでできる	1 一部介助が必要あるいは、一部のボタンしかかけられない	0 全くできない
7. スポン・スカートを自分ではく	3 普通にできる	2 時間をかければひとりでできる(座位か立位...を明記)	1 時間がかかりすぎて実用的でない。かなりの介助が必要	0 全くできない
8. 定規をあてて線を引く	3 普通にできる	2 線はなんとか実的に引ける	1 線は引けるが実用性にかける。自助具を使えば線は引ける	0 全くできない
9. フォークまたはスプーンを握る	3 普通にできる	2 握る力は弱いが何とか実的に握れる	1 握る力は弱く実用性にかける(自助具を使うか、柄に布を巻き太くする事で何とか実用になる)	0 全くできない
10. 急須から茶碗にお茶を入れそれを飲む	3 普通にできる	2 時間がかかるが実用的である	1 自助具を使うか一部介助をすれば何とかできる	0 全くできない
11. 立ち上がってお辞儀をする	3 普通にできる	2 時間をかければできる	1 立ち上がれないか又は頭を十分下げられない	0 全くできない
12. 髪をとかす櫛が使える)	3 普通にできる	2 時間をかければできる	1 自分の思うようにできない又は一部介助が必要	0 全くできない
13. 歯ブラシを使う	3 普通にできる	2 時間はかかるが実用的である	1 自助具を使用するか一部介助すれば何とかできる。電動歯ブラシしかつかえない	0 全くできない

Limb Norris Scale

	普通にできる	幾分支障がある	十分にはできない	全くできない
14. 本や盆を持ち上げる	3 普通にできる	2 筋力は弱い が軽いものなら持ち上げることはでき、実用的である	1 空の盆又は新書本程度なら持ち上げることができる	0 全くできない
15. 鉛筆やペンを持ち上げる	3 普通にできる	2 筋力は弱い が持ち上げることができ実用的である	1 書字が可能な形でもち上げるのは困難	0 全くできない
16. 腕の位置をかえる	3 普通にできる	2 筋力は弱い が位置を変えることができ実用的である	1 人手あるいは反対側の手による介助があればできる	0 全くできない
17. 階段を昇る	3 普通にできる	2 時間がかかる が実用的である手摺があれば実用的に昇れる	1 側に人がいれば何とか昇れる(手摺が必要)	0 全くできない
18. 50m歩く	3 普通にできる	2 時間はかかる が歩ける	1 50mまでは歩けない	0 全くできない
19. 独りで歩く	3 普通にできる	2 時間はかかる がどこでも行ける	1 歩ける場所、距離は限られる(家の中程度)	0 歩けない
20. 介助(杖・歩行器・人手)により歩く	3 介助なしで歩ける	2 介助(杖、歩行器、人手)により歩ける。時間がかかるが実用的である	1 介助(杖、歩行器、人手)により 1m 位歩ける	0 介助があっても歩けない
21. 座位より立ち上がる	3 普通にできる	2 時間をかければひとりでできる	1 独りでは困難 介助が必要	0 全くできない

総点

点

Norris Bulbar Scale

	普通にできる	幾分支障がある	十分にはできない	全くできない
1. 息を一気に吹き出す	3 普通にできる	2 弱いが吹き出せる	1 鼻にもれる	0 全くできない
2. 口笛を吹く(口とがらしができる)	3 普通にできる	2 弱いが口笛らしく聞こえる	1 口笛の形にはなるが音はでない	0 全くできない
3. 頬をふくらます	3 普通にできる	2 頬を押すと息が漏れる	1 口唇は閉じるが頬は膨らまない	0 口唇も閉じない
4. 顎を動かす	3 あらゆる方向に動かせる	2 左右上下に動かせるが、ゆっくりで弱い	1 きわめてゆっくりで動く範囲も狭い	0 全くできない
5. ラララと言う	3 普通にできる	2 ゆっくりとなら言える	1 ラの発音が不明瞭	0 全くラとはいえない
6. 舌を突き出す	3 普通にできる	2 口唇より外に出せる	1 歯列までだせる	0 歯列を超えない
7. 舌を頬の内側につける	3 舌を頬の内側につけて強く舌を収縮できる	2 つけることができるが収縮が弱い	1 頬にふれることができるが収縮しない	0 つく所までいけない
8. 舌を上顎につける	3 舌を上顎につけて強く押すことができる	2 接触して維持できる	1 上に向かって舌が動く	0 舌は殆ど動かない
9. 咳払いをする	3 普通にできる	2 痰が切れる程度にできる	1 痰が切れる所まで行かない	0 全くできない
	なし	少しはある	ある	程度がひどい
10. 流涎	3 なし	2 下を向く、食事中、会話などにある	1 食事、会話などをしなくとも時々ある。あるいは時々よだれを拭く必要がある	0 絶えず流涎がある
11. 鼻声	3 なし	2 少しはある	1 はっきりと分かる程度	0 話の内容がわからない程度
12. 口ごもり、内容不明瞭	3 なし	2 ととき解らない言葉が混じる	1 ととき解る言葉が混じる	0 殆どわからない
13. 食事内容	3 常食	2 軟食	1 きざみ食	0 反流動食

総点

点

日本語版 ALSAQ-40

このアンケートは、ここ2週間であなたが生じたかもしれない問題についての40の質問です。質問に対する答えには、正しい答え、間違った答えはありません。質問を読んであなたが最初に感じたことがもっとも正確な答えといえるでしょう。ご自分の体験、感じたことにもっともよくあてはまる番号に○印をつけてください。

質問の中には、他の質問に似ているもの、あるいはあなたに関係ないものもあるかもしれませんが、すべての質問に答えるようにして下さい。

次の1~10は、ここ2週間であなたが歩いているときに生じたかもしれない問題について説明したものです。それぞれについて状況がどれくらいあなたに起こったか、最もあてはまる番号にひとつだけ○印をつけてください。

	まったく なかった	ほとん どなかつ た	ときど きあつ た	しばし ばあつ た	いつも そうだ つた	ま つ た く で き な い
1) たとえば家のまわりなど、短い距離を歩くのがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5	
2) 歩いている途中で、転んだことがある	→ 1 2 3 4 5	
3) 歩いている、つまずいたり、よろけたりしたことがある	→ 1 2 3 4 5	
4) 歩いている途中で、バランスを失ったことがある	→ 1 2 3 4 5	
5) 歩くことに神経を集中しなければ歩けなかったことがある	→ 1 2 3 4 5	
6) 歩いている、へとへとに疲れていたことがある	→ 1 2 3 4 5	
7) 歩いている、足に痛みを感じたことがある	→ 1 2 3 4 5	
8) 階段ののぼりおりがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5	
9) 立っているのがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5	
10) いすから立ち上がるのがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5	

FAX 0463-91-4993

次の 11～20 は、ここ 2 週間であなたが生じたかもしれない問題について説明したものです。それぞれについてその状況がどれくらいあなたに起こったか、最もあてはまる番号にひとつだけ○印をつけて下さい。

	まったくなかった	ほとんどなかった	ときどきあった	しばしばあった	まったくできない いつもそうだった
11) 腕や手を動かすのがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
12) 寝床で寝がえりをうつのがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
13) ものをひろい上げることがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
14) 本や新聞をつかんだり、ページをめくったりすることがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
15) ものをはっきり書くことがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
16) 家事をすることがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
17) 自分で食事をすることがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
18) 髪をとかしたり、歯磨きをすることがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
19) 服を着ることがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
20) 洗面台で洗うことがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5

次の 21～30 は、ここ 2 週間であなただが生じたかもしれない問題について説明したものです。それぞれについてその状況がどれくらいあなたに起こったか、最もあてはまる番号にひとつだけ○印をつけて下さい。

	まったくなかった	ほとんどなかった	ときどきあった	しばしばあった	まったくできない いつもそうだった
21) 飲み込むことがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
22) 固形のを食べるのがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
23) 液体を飲むことがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
24) 会話に参加することがむずかしかったことがある	→ 1 2 3 4 5
25) 自分が話したことが理解されにくかったと感じたことがある	→ 1 2 3 4 5
26) 話している途中で言葉がはっきりしなくなったりどもったりしたことがある	→ 1 2 3 4 5
27) 非常にゆっくりとしか話せなかったことがある	→ 1 2 3 4 5
28) 以前より話さなくなった	→ 1 2 3 4 5
29) 思うように話せなくていられたことがある	→ 1 2 3 4 5
30) 話すときにまわりを気にしたことがある	→ 1 2 3 4 5

次の 31～40 は、ここ 2 週間であなたが生じたかもしれない問題について説明したものです。それぞれについてその状況がどれくらいあなたに起こったか、最もあてはまる番号にひとつだけ○印をつけて下さい。

	ま っ た く な か っ た	ほ と ん ど な か っ た	と き ど き あ っ た	し ば し ば あ っ た	い つ も そ う だ っ た
31) さみしいと思ったことがある	→ 1 2 3 4 5
32) 退屈だと思ったことがある	→ 1 2 3 4 5
33) マナーと違うことをして、はずかしい と思ったことがある	→ 1 2 3 4 5
34) 将来に希望がもてないと思ったこと がある	→ 1 2 3 4 5
35) 自分は他の人にとって負担になって いるのではないかと心配したことが ある	→ 1 2 3 4 5
36) 自分はなぜ今の生活を続けていける のかと思ったことがある	→ 1 2 3 4 5
37) この病気のために腹を立てたことが ある	→ 1 2 3 4 5
38) ゆうつな気分になったことがある	→ 1 2 3 4 5
39) 将来、この病気によってどのような影 響を受けるのか心配になったことが ある	→ 1 2 3 4 5
40) 自分にはまったく自由がないのでは ないかと感じたことがある	→ 1 2 3 4 5