

⑨ 「100 から7を順に引いていってください。」

(5回計算した時点で終了する。)

《調査員註：例を示したり、補足したりしない。間違えた場合でも、訂正や制止をしないで続けてもらう。答えが5つ出たら終了。また本人が途中で拒否した場合も終了》

(実施・拒否・機能的不可)

--	--	--	--	--

MMSE [1・0] [1・0] [1・0] [1・0] [1・0]

MoCA [0・1・2・3] 《4問・5問正答：3点、2問・3問正答：2点、1問正答：1点、正答0問：0点》

⑩ 「これから私が、ある文章を読みます。同じように、繰り返し言っていただきますので、よく聞いて覚えてください。」

(実施・拒否・機能的不可)

太郎が 今日手伝うことしか 知りません

「それでは繰り返し言ってください。」

太郎が 今日手伝うことしか 知りません

MoCA [1・0]

「もうひとつ文章を読み上げます。先ほどと同じように正確に繰り返ししてください。」

犬が部屋にいる時は、猫はいつも椅子の下に隠れていました

犬が部屋にいる時は、猫はいつも椅子の下に隠れていました

MoCA [1・0]

- ⑪ 「これから私の言うひらがなで始まる言葉を、できるだけたくさん言ってください。言葉であれば何でも構いません。山田さんや山口県のような固有名詞、(やさしい)、(やさしさ)のような最後の文字だけを変える言葉は除いてください。時間は1分間です。準備はよろしいですか？」

《間をとる》「それでは、“か”で始まる言葉をできるだけたくさん言ってください。」

《60秒計測》「やめ。」

(回答をそのまま記入：11個以上生成で1点、カテゴリに該当しない語や繰り返しは除く)

《調査員註：繰り返しはカッコ書き》

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
⑪	⑫	⑬	⑭	⑮
⑯	⑰	⑱	⑲	⑳

単語数

MoCA [1・0]

(実施・拒否・機能的不可)

- ⑫ 「“バナナ”と“ミカン”はどのように似ていますか？」
 (もし対象者が具象的な共通部分を挙げた場合には、一度だけ次の教示を与える)
 「他の言い方はありませんか？」
 (対象者が適切な反応“果物”をしなかった場合には次の教示を与える)
 「そうですね、また両方とも果物でもあります。」
 (他の教示や明確な説明は与えない)
 (例題実施後)
 「それでは、“電車”と“自転車”はどのように似ていますか？」
 (回答後に次の問いを与える)
 「それでは、“ものさし”と“時計”はどのように似ていますか？」
 (追加の教示や手がかりは一切与えない)」

(回答をそのまま記入する)

電車——自転車	ものさし——時計

MoCA [1・0] [1・0]

(実施・拒否・機能的不可)

- ⑬ 「先ほどいくつかの単語を憶えて頂きました。今憶えている単語をできるだけ私に教えてください。」
 《手がかりのない状態で憶えていたものとして“自由再生”の欄にチェックを入れる。遅延自由再生に続き、再生できなかった単語についてカテゴリ(意味的な手がかり)を与え、再生できないものに“カテゴリ”の欄にチェックを入れる。カテゴリを与えても再生できない時には、多肢選択を与え“3択”の欄にチェックを入れる。》

(実施・拒否・機能的不可)

(回答をそのまま記入する)

自由再生					
カテゴリー	身体の一部	生地	建物	花	色
3択	<input type="checkbox"/> 顔 手	<input type="checkbox"/> 麻 木綿 絹	<input type="checkbox"/> 神社 学校 病院	<input type="checkbox"/> バラ 百合 椿	<input type="checkbox"/> 赤 青 緑

MoCA [1・0] [1・0] [1・0] [1・0] [1・0]

④ 「今日は、何年の何月何日何曜日ですか？」
 《答えなかった箇所について、再質問する》

「今年は何年ですか」	年	(不明・拒否)
「今は、何月ですか」	月	(不明・拒否)
「今日は、何日ですか」	日	(不明・拒否)
「今日は、何曜日ですか」	曜日	(不明・拒否)
「今の季節は、何ですか」		(不明・拒否)

MMSE	MoCA
[1・0]	[1・0]
[1・0]	[1・0]
[1・0]	[1・0]
[1・0]	[1・0]
[1・0]	

⑤ 「ここがどこか教えてください。」
 《ひとつずつ質問していく》

「ここは、都道府県でいうと、どこになりますか」		(不明・拒否)
「ここは、何区ですか」	区	(不明・拒否)
「日本の中で言うと何地方になりますか」 <small>(すぐにヒントを出さない。ヒント「青森県や秋田県は東北地方といいますよね。ではこのあたりは何地方ですか」)</small>	地方	(不明・拒否)
「ここはどこですか」 <small>(町名等や地域名を言った場合：この場所(建物)の名前はなんですか)</small>		(不明・拒否)
「ここは、何階ですか」	階	(不明・拒否)

MMSE	MoCA
[1・0]	
[1・0]	[1・0]
[1・0]	
[1・0]	[1・0]
[1・0]	

◎ 「今から、私が3つの言葉を、ゆっくりと、1回だけ言います。この3つの言葉を覚えてください。」

《調査員註：次の言葉を明瞭かつゆっくりと、1秒間に1個の間隔で言う》

本 トマト 自転車

「それでは、3つの言葉を言ってください。」

《調査員註：3個すべて言えるまで繰り返してもらおう⇒最大6回まで繰り返してもらおう》

(実施・拒否・機能的不可)

	単語 1	単語 2	単語 3
1回目	本	トマト	自転車

MMSE [1・0] [1・0] [1・0]

2回目	本	トマト	自転車
3回目	本	トマト	自転車
4回目	本	トマト	自転車
5回目	本	トマト	自転車
6回目	本	トマト	自転車

※ 《調査員註：課題施行後、教示》

「この3つの言葉を後程伺いますので、覚えておいてください。」

① 「今から、私がある言葉を言います。その言葉を反対から言ってください。」

《課題のやり方が伝わってない場合、「例えば、イヌはヌイとなります。」》

(実施・拒否・機能的不可)

フ ジ ノ ヤ マ

「それでは、反対から言ってください。」

(カナを以下に記入。途中で拒否した場合、残りには×印)

--	--	--	--	--

MMSE [1・0] [1・0] [1・0] [1・0] [1・0]

⑤ 「さきほど覚えてもらった3つの言葉を、もう1度言ってください。」

(実施・拒否・機能的不可)

本 トマト 自転車

--	--	--

MMSE [1・0] [1・0] [1・0]

⑥ 「今からお見せする物の名前を答えてください。」

《調査員註：少し距離を置いて見せる》

(実施・拒否・機能的不可)

(できた→○ できなかった→×)

時計	鉛筆
----	----

MMSE [1・0] [1・0]

⑦ 「これから私がある文章を読みます。同じように繰り返し言っていただきますので、よく聞いて覚えてください。」

みんなで 力を合わせて 綱を引きます

《耳の聞こえが悪く、聞き取れなかった場合には、繰り返してもよい》

《1回だけ実施》

(実施・拒否・機能的不可)

(正しく言えた→○ 間違えた→×)

みんなで 力を合せて 綱を引きます

MMSE [1・0]

④ 「今から言う指示に従ってください。」

(実施・拒否・機能的不可)

(できた→○ できなかった→×)

「右手にこの紙を持ってください」	
「それを半分に折りたたんでください」	
「机の上に置いてください」 (もし、机が無かったり、先に机に置いてしまったら、「私にください」と言う)	

MMSE

[1・0]

[1・0]

[1・0]

① 「この文章を読んでそのとおりしてください。」

(実施・拒否・機能的不可)

指示の書かれたカードを見せる

(できた→○ できない→×)

カード提示：「目を閉じてください」	
-------------------	--

MMSE [1・0]

- ① 「何か簡単な文章を思いつかべて、ここに書いてください。」
《調査員註：例文などは与えないこと。機能的不可の場合、口頭で文章を答えてもらい、調査員が代筆する》

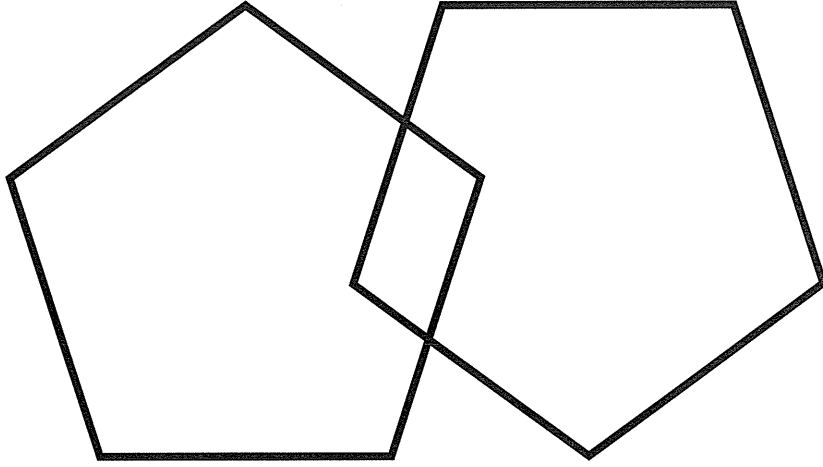
(実施・拒否・機能的不可)

MMSE [1・0]

Ⓚ 「この絵を、その下に書き写してください。」

(実施・拒否・機能的不可)

MMSE [1・0]



- ① 「今度は、動物の名前をできるだけたくさん言ってみてください。時間は1分間です。準備はよろしいですか？」
 《間をとる》「それでは、動物の名前をできるだけたくさん言ってください。」
 《60秒計測》「やめ。」

《調査員註：繰り返しはカッコ書き》

(回答をそのまま記入)

①	②	③	④	⑤
⑥	⑦	⑧	⑨	⑩
⑪	⑫	⑬	⑭	⑮
⑯	⑰	⑱	⑲	⑳

単語数	
-----	--

MMSE 得点 (暫定)	MMSE 得点 (決定)	MoCA 得点 (暫定)	MoCA 得点 (教育年数補正)	MoCA 得点 (決定)

備考欄 (メモ書き)

『長い間ご協力ありがとうございました』

2013年10月 板橋区お達者健診 検診票

お名前	実施日	受付番号 4ケタ

1. 全項目実施 5. 長期不在
 2. 一部未実施 6. 死亡 平成 年 月 日
 3. 拒否 7. その他 ()
 4. 入院・入所中 (8. 短期不在・留守)

〔身体計測〕 1. 身長 (靴なし) [][][] . [] cm 2. 体重 (補正值) [][][] . [] kg

3. 体脂肪 [心臓ペースメーカー使用] 0. なし (測定可) 1. あり (測定不可)

→ In Body [][][] . [] % → 1. 測定不能

〔血圧問診〕 血圧① 収縮期 [][][] mmHg 拡張期 [][][] mmHg 脈拍数 [][][] 拍/分

降圧剤 《 1. 指示厳守 2. 時々飲まず 3. ほとんど飲まず 4. 処方あるが飲まず 5. ない 》

血圧② 収縮期 [][][] mmHg 拡張期 [][][] mmHg 脈拍数 [][][] 拍/分

〔握力〕 握力 (利き腕) [][][] kg 部位 《 1. 右手 2. 左手 》

〔膝伸展力〕 (利き脚) ①力 [][][] N ②力 [][][] N 長さ [][][] . [] cm 《 1. 右脚 2. 左脚 》

〔筋厚(超音波)〕 大腿四頭筋 ①脂肪厚(AB) [][][] . [] mm ②筋厚(BD) [][][] . [] mm 膝伸展力測定と同側 《 1. 右脚 2. 左脚 》

〔歩行機能〕 ①通常速度歩行 ①所要時間 [][][] . [] 秒 ②所要時間 [][][] . [] 秒

① - μ [][][][] — [][][]

② - μ [][][][] — [][][]

②最大速度歩行 ①所要時間 [][][] . [] 秒 ②所要時間 [][][] . [] 秒

③加速度 ID 1310- [][][] - [][][]

〔キネマティック分析〕 Subject ID [][][][][] Trial 1 [][][][] Trial 2 [][][][]

〔Timed Up&Go〕 最大速度 TUG ①所要時間 [][][] . [] 秒 ②所要時間 [][][] . [] 秒

〔平衡性〕 開眼片足立ち時間① [][][] 秒 開眼片足立ち時間② [][][] 秒 《 最大 60 秒まで 》

検査項目	自記式アンケート	身長・体重 体脂肪 (In Body)	骨密度 (超音波法)	血圧 問診	歯科	握力	膝伸 展力	歩行 機能	筋厚	キネマ ティック	TUG	平衡性 (片足立ち)	採血	聴力	点検
担当者名															

問 1. 最近または以前（50歳より若かった頃）の食事の味、ニオイの感じ方、健康状態について、
おうかがいします。1～5までの当てはまる数字を1つ選んで、○をつけてください。

食事の味について

1. 以前、今と比べて、食事を楽しんで
いましたか？

- 1. 今よりずっと楽しんでいた
- 2. 今以上に楽しんでいた
- 3. 今と同じくらい楽しんでいた
- 4. 今より楽しんでいなかった
- 5. 今よりずっと楽しんでいなかった

2. 最近、何を食べても同じ味に感じ
ていますか？

- 1. 全くその通り
- 2. その通り
- 3. どちらでもない
- 4. 違う
- 5. 全く違う

3. 最近、食事の味は、以前に比べて、
どのように感じていますか？

- 1. とても低下した
- 2. 低下した
- 3. 同じである
- 4. 改善した
- 5. とても改善した

4. 今もおいしく食べていますか？

- 1. 全くその通り
- 2. その通り
- 3. どちらでもない
- 4. 違う
- 5. 全く違う

5. 以前、今と比べて、食事は楽しか
たですか？

- 1. 今よりずっと楽しかった
- 2. 今より楽しかった
- 3. 今と同じくらい楽しかった
- 4. 今より楽しくなかった
- 5. 今よりずっと楽しくなかった

6. 普段、食事の味は、どのように感
じていますか？

- 1. とてもおいしい
- 2. おいしい
- 3. どちらでもない
- 4. まずい
- 5. とてもまずい

7. 以前、食べることを楽しんでいま
したか？

- 1. 今よりずっと楽しんでいた
- 2. 今以上に楽しんでいた
- 3. 今と同じくらい楽しんでいた
- 4. 今より楽しんでいなかった
- 5. 今よりずっと楽しんでいなかった

8. 最近、どちらかと言えば、食べ物の
味がしないと感じますか？

- 1. 全くその通り
- 2. その通り
- 3. どちらでもない
- 4. 違う
- 5. 全く違う

ニオイの感じ方について

9. 以前、今に比べて、ニオイの感じ方はどうでしたか？

1. 今よりずっと鋭かった
2. 今より鋭かった
3. 今と同じくらい鋭かった
4. 今より鋭くなかった
5. 今よりずっと鋭くなかった

10. 以前、ほとんどの食べ物のニオイはどうでしたか？

1. 今よりずっと良いニオイがした
2. 今より良いニオイがした
3. 今と同じニオイがした
4. 今より悪いニオイがした
5. 今よりずっと悪いニオイがした

11. ニオイの感じ方は今よりも以前の方が良かったように思いますか？

1. 全くその通り
2. その通り
3. どちらでもない
4. 違う
5. 全く違う

12. 最近、ニオイを感じていますか？

1. とてもよく感じる
2. よく感じる
3. まあまあ感じる
4. あまり感じない
5. ほとんど感じない

13. 最近、すべてのものは同じニオイのように感じていますか？

1. 全くその通り
2. その通り
3. どちらとも言えない
4. 違う
5. 全く違う

14. 最近、色々なニオイを識別できないと感じていますか？

1. 全くその通り
2. その通り
3. どちらとも言えない
4. 違う
5. 全く違う

健康状態について

15. 最近、食事をした後に胃が重苦しい（もたれる）ことはありますか？

1. いつもある
2. しばしばある
3. たまにある
4. ほとんどない
5. 全くない

16. 最近、便秘になることはありますか？

1. いつもある
2. しばしばある
3. たまにある
4. ほとんどない
5. 全くない

同居されている家族の介護についてうかがいます。

問 2. あなたは、同居のご家族の介護をしていますか。

1. はい 2. いいえ

→ 「はい」の場合、何らかの介護サービスを受けていますか。
(介護保険によるサービスに限りません)

1. はい 2. いいえ

問 3-1. この1年間に配偶者を亡くしましたか。

1. はい 2. いいえ

→ ◆亡くなったのはいつですか。

○平成 24 年 月頃

○平成 25 年 月頃

◆それはあなたにどのくらい予想できましたか。

1. かなり予想していた
2. 予想していた
3. あまり予想していなかった
4. 全く予想していなかった

問 3-2. この1年間にあなたの両親、兄弟姉妹、子供の中でどなたか亡くなった方がいますか。

1. いた 2. いなかった

次の質問は、終末期についておたずねします。

終末期とは、「重い病気にかかっていて、あと3ヶ月くらいしか生きられないと判断された場合」や「重い認知症や脳卒中で意思疎通ができず、寝たきりで食べる事も自力できなくなった場合」とします。

※「終末期について考えたくない」「考えるのがつらい」と思われる方は、お答えいただかなくて結構です。ご回答いただいでよろしいですか？

1. はい 2. いいえ

問4. 家族と終末期における医療・介護について話し合ったことがありますか。

1. はい 2. いいえ 3. 家族がいない

→「はい」と答えた方におたずねします。
話し合った内容を書き残しましたか。

1. はい 2. いいえ

問5. 全員におたずねします。あなたは終末期の医療・介護について記録を残したいと思いませんか。

1. はい 2. いいえ 3. どちらでもない

問6. 身近な方で終末期となった。あるいは、終末期となる可能性があった方がいましたか。

1. 現在、終末期の近親者がいる
2. いたことがある
3. いたことはない

質問はこれで終わりです

ご協力いただきありがとうございました。

〔既往歴〕

1. 治療中に○印：医に○印→医療機関で、内服、点眼、注射、処置等の治療
他に○印→鍼、灸、あんま、マッサージ、指圧、接骨院、整体療法等で処理
2. 管理中に○印：医療機関で、検査のみ、栄養指導、生活療法、その他の指導等

◆ 『次の病気にかかったことがありますか。または、現在治療していますか』
《各病名の「0. なし」「1. あり」どちらかに必ず○印。「1. あり」の場合は、発病年齢を記入し、
病型、状況・対処に○印》

1. 高血圧

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

2. 脳卒中

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

→ 病型 (1. 脳出血 2. 脳梗塞 3. くも膜下出血 4. その他の脳卒中)

3. 心臓病

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

→ 病型 (1. 狭心症 2. 急性心筋梗塞 3. うっ血性心不全 4. 大動脈瘤
5. 不整脈 (ペースメーカーを含む) 6. その他の循環系の病気 (弁膜症など)

4. 糖尿病

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

5. 高脂血症 (高コレステロール・高中性脂肪)

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

6. 骨粗鬆症

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

7. 貧血 (現在通院中のみ)

0. なし 1. あり → (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

8. 慢性腎不全

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

→ 透析 1. はい 2. いいえ

9. 気管支喘息

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

10. 慢性閉塞性肺疾患 (COPD)

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

11. 変形性股関節症

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

12. 変形性膝関節症

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

13. 骨折歴 (60 歳以降)

0. なし 1. あり → ① () 歳骨折

部位 1. 大腿部頸部 (股関節) 2. その他の大腿 3. 下腿 4. 足 5. 背中
6. 腰 7. 胸 8. 腕 9. 手 10. その他 ()

→ ② () 歳骨折

部位 1. 大腿部頸部 (股関節) 2. その他の大腿 3. 下腿 4. 足 5. 背中
6. 腰 7. 胸 8. 腕 9. 手 10. その他 ()

14. 悪性新生物

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

→ 部位 1. 胃 2. 大腸 3. 食道 4. 肝臓 5. 胆嚢・胆道 6. 膵臓
7. 肺 8. 子宮 9. 乳房 10. 前立腺 11. 腎臓 12. 白血病
13. 悪性リンパ腫 14. その他 ()

15. うつ病

0. なし 1. あり → () 歳発病 (1. 治療中 (医・他) 2. 管理中 3. 治癒 4. 放置・中断)

〔介護保険について〕

◆『平成 12 年 4 月より施行された介護保険の認定申請をしたことがありますか』

1. あり 2. なし

→申請の結果は → (1. 認定された 2. 認定されなかった)

①最初に認定されたのは → 平成 年 月

②その時の認定は (○で囲んでください)

0. 要支援 1 6. 要支援 2 1. 要介護 1 2. 要介護 2 3. 要介護 3
(旧要支援含む)

4. 要介護 4 5. 要介護 5 9. 不明

③現在の認定は (○で囲んでください)

0. 要支援 1 6. 要支援 2 1. 要介護 1 2. 要介護 2 3. 要介護 3

4. 要介護 4 5. 要介護 5 8. 認定解除 9. 不明

〔おとしより相談センターの利用〕

◆おとしより相談センター(板橋区の地域包括支援センターの名称)を利用したことがありますか？

1. ある 2. ない 3. わからない

◆ 現在、次の薬を服用していますか（各項目ひとつだけ○印）。

《医療機関で処方された薬》

1. 抗炎症・鎮痛薬（内服） 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

2. ステロイド薬（内服） 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

3. 骨粗鬆症の薬 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

4. 催眠導入剤 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

5. 抗不安剤 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

6. 血圧降下剤 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上 《p.1 の降圧剤の服用を参照して聴取する》

7. 消化器用薬 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

8. 抗うつ剤 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

9. 認知症の薬 0. いいえ 1. 1年未満 2. 1年以上

◆ この処方箋は昨年・同時期と同じですか。

（この1年で、処方箋の内容が変わりましたか）《ジェネリックに変更の場合は「いいえ」》

0. いいえ 1. はい