

8 人工的な閉経の場合、どんな方法によりますか？（いくつ○を付けても結構です。）

- 1) 子宮を手術で取った () 歳の時
- 2) 卵巣を二つとも手術で取った () 歳の時
- 3) 卵巣を片方、手術でとった () 歳の時
- 4) 卵巣に放射線をあてた () 歳の時
- 5) その他 () () 歳の時

9 閉経時に次のような症状がありましたか？あれば○を付けて下さい。

（いくつ○を付けても結構です。）

- 1) のぼせや顔面の紅潮
- 2) 気分がふさいだりいらいらしたりする
- 3) 不眠
- 4) その他 ()

10 閉経前後に女性ホルモンの治療を受けましたか？

- 1) はい
- 2) いいえ

→ 1) はい と答えた方は、女性ホルモンの治療を1年以上続けましたか？

- 1) はい
- 2) いいえ

23. 生活機能チェックシート

基本チェックリスト（厚生労働省作成）

暮らしぶり その1

1 バスや電車で1人で外出していますか？
0) はい 1) いいえ

2 日用品の買い物をしていますか？
0) はい 1) いいえ

3 預貯金の出し入れをしていますか？
0) はい 1) いいえ

4 友人の家を訪ねていますか？
0) はい 1) いいえ

5 家族や友人の相談にのっていますか？
0) はい 1) いいえ

運動器関係

6 階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか？
0) はい 1) いいえ

7 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ますか？
0) はい 1) いいえ

8 15分間位続けて歩いていますか？
0) はい 1) いいえ

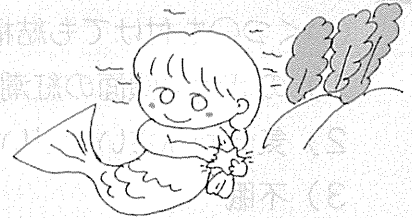
9 この1年間に転んだことがありますか？
1) はい 0) いいえ

10 転倒に対する不安は大きいですか？
1) はい 0) いいえ

栄養・口腔機能等の関係

11 6ヶ月間で2～3kg以上の体重減少はありましたか？
1) はい 0) いいえ

12 半年前に比べて堅いものが食べにくくなりましたか？
1) はい 0) いいえ



13 お茶や汁物等でむせることがありますか？

1) はい 0) いいえ

14 口の渇きが気になりますか？

1) はい 0) いいえ

暮らしぶり その2

15 週に1回以上は外出していますか？

0) はい 1) いいえ

16 昨年と比べて外出の回数が減っていますか？

1) はい 0) いいえ

17 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？

1) はい 0) いいえ

18 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？

0) はい 1) いいえ

19 今日が何月何日かわからない時がありますか？

1) はい 0) いいえ

こころ

20 (ここ2週間) 毎日の生活に充実感がない。

1) はい 0) いいえ

21 (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。

1) はい 0) いいえ

22 (ここ2週間) 以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる。

1) はい 0) いいえ

23 (ここ2週間) 自分が役に立つ人間だと思えない。

1) はい 0) いいえ

24 (ここ2週間) わけもなく疲れたような感じがする。

1) はい 0) いいえ

介護認定について

現在、介護認定を受けていますか？受けている方は、その等級に○を付けてください。

1. 受けている(要支援1、要支援2、要介護1、要介護2、要介護3、要介護4、要介護5)

→ 認定日はいつですか？(年 月)

2. 受けていない

24. ロコチェック

- 1 片脚立ちで靴下がはけない。
1) はい 2) いいえ
- 2 家のなかでつまずいたり滑ったりする。
1) はい 2) いいえ
- 3 階段を上るのに手すりが必要である。
1) はい 2) いいえ
- 4 横断歩道を青信号で渡りきれない。
1) はい 2) いいえ
- 5 15分くらい続けて歩けない。
1) はい 2) いいえ
- 6 2kg程度の買い物をして持ち帰るのが困難である。
(1リットルの牛乳パック2個程度)
1) はい 2) いいえ
- 7 家のやや重い仕事が困難である。
(掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど)
1) はい 2) いいえ

これで質問は全部終わりです。

ご協力どうもありがとうございました。

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色
(2 難食要, 1 難食要, 8 難食要, 5 難食要, 1 難食要, 5 難食要, 1 難食要) ふひひ(0) ふひひ(1)

(目 手) ？ 低くもひきあごころさひうきあひ茶色

ふひひ(0) ふひひ(1)

