

Barthel Index
 基本的生活動作

設問	質問内容	回答	得点
1	食事 ● 自立、自助具などの装着可、標準的時間内に食べ終える ● 部分介助（たとえば、おかずを切って細かくしてもらう） ● 全介助	1 0	
		5	
		0	
2	車椅子からベッドへの移動 ● 自立、ブレーキ、フットレストの操作も含む（非行自立も含む） ● 軽度の部分介助または監視を要する ● 座ることは可能であるがほぼ全介助 ● 全介助または不可能	1 5	
		1 0	
		5	
		0	
3	整容 ● 自立（洗面、整髪、歯 磨き、ひげ剃り） ● 部分介助または不可能	5	
		0	
4	トイレ動作 ● 自立、衣服の操作、後始末を含む、ポータブル便器などを使用している場合はその洗浄も含む ● 部分介助、体を支える、衣服、後始末に介助を要する ● 全介助または不可能	1 0	
		5	
		0	
5	入浴 ● 自立 ● 部分介助または不可能	5	
		0	
6	歩行 ● 4 5 m以上の歩行、補装具（車椅子、歩行器は除く）の使用の有無は問わ ● 4 5 m以上の介助歩行、歩行器の使用を含む ● 歩行不能の場合、車椅子にて45M以上の操作可能 ● 上記以外	1 5	
		1 0	
		5	
		0	
7	階段昇降 ● 自立、手すりなどの使用の有無は問わない ● 介助または監視を要する ● 不能	1 0	
		5	
		0	
8	着替え ● 自立、靴、ファスナー、装具の着脱を含む ● 部分介助、標準的な時間内、半分以上は自分で行える ● 上記以外	1 0	
		5	
		0	
9	排便コントロール ● 失禁なし、浣腸、坐薬の取り扱いも可能 ● ときに失禁あり、浣腸、坐薬の取り扱いに介助を要する者も含む ● 上記以外	1 0	
		5	
		0	
10	排尿コントロール ● 失禁なし、収尿器の取り扱いも可能 ● ときに失禁あり、収尿器の取り扱いに介助を要する者も含む ● 上記以外	1 0	
		5	
		0	
合計得点		/ 1 0 0	

※ 代表的な ADL 評価法である。100 点満点だからといって独居可能というわけではない

Mahoney.F.L & Barthel et al: Maryland.State.Mad.J.14:61-65,1965

鳥羽研二監修, 高齢者総合的機能評価ガイドライン, 厚生科学研究所 2003

日本老年医学会編集/発行, 健康長寿診療ハンドブック, 2011

別紙 4 IADL 尺度(Lawton & Brody)

手段的日常生活活動(IADL)尺度

項 目	採点	男性	女性
A 電話を使用する能力			
1. 自分から電話をかける(電話帳を調べたり、ダイヤル番号を回すなど)	1	1	
2. 2,3のよく知っている番号をかける	1	1	
3. 電話に出るが自分からかけることはない	1	1	
4. 全く電話を使用しない	0	0	
B 買い物			
1. 全ての買い物は自分で行う	1	1	
2. 小額の買い物は自分で行える	0	0	
3. 買い物に行くときはいつも付き添いが必要	0	0	
4. 全く買い物はできない	0	0	
C 食事の準備			
1. 適切な食事を自分で計画し準備し給仕する			1
2. 材料が供与されれば適切な食事を準備する			0
3. 準備された食事を温めて給仕する、あるいは食事を準備するが適切な食事内容を維持しない			0
4. 食事の準備と給仕をしてもらう必要がある			0
D 家事			
1. 家事を一人でこなす、あるいは時に手助けを要する(例: 重労働など)			1
2. 皿洗いやベッドの支度などの日常的仕事はできる			1
3. 簡単な日常的仕事はできるが、妥当な清潔さの基準を保てない			1
4. 全ての家事に手助けを必要とする			1
5. 全ての家事にかかわらない			0
E 洗濯			
1. 自分の洗濯は完全に行う			1
2. ソックス、靴下のゆすぎなど簡単な洗濯をする			1
3. 全て他人にしてもらわなければならない			0
F 移送の形式			
1. 自分で公的機関を利用して旅行したり自家用車を運転する	1	1	
2. タクシーを利用して旅行するが、その他の公的輸送機関は利用しない	1	1	
3. 付き添いがいたり皆と一緒に公的輸送機関で旅行する	1	1	
4. 付き添いか皆と一緒に、タクシーか自家用車に限り旅行する	0	0	
5. まったく旅行しない	0	0	
G 自分の服薬管理			
1. 正しいときに正しい量の薬を飲むことに責任が持てる	1	1	
2. あらかじめ薬が分けて準備されていれば飲むことができる	0	0	
3. 自分の薬を管理できない	0	0	
H 財産取り扱い能力			
1. 経済的問題を自分で管理して(予算、小切手書き、掛金支払い、銀行へ行く)一連の収入を得て、維持する	1	1	
2. 日々の小銭は管理するが、預金や大金などでは手助けを必要とする	1	1	
3. 金銭の取り扱いができない	0	0	

採点法は各項目ごとに該当する右端の数値を合計する(男性0~5、女性0~8点)

(Lawton, M.P & Brody, E.M. Assessment of older people :Self - Maintaining and instrumental activities of daily living. Geroulogist. 9: 179-168, 1969 より)

身体活動能力質問表

(Specific Activity Scale)

●問診では、下記について質問してください。

(少しつらい、とてもつらいはどちらも「つらい」に○をしてください。わからないものには「？」に○をしてください)

- | | | | |
|---|----|-----|---|
| 1. 夜、楽に眠れますか？(1Met 以下) | はい | つらい | ？ |
| 2. 横になっていると楽ですか？(1Met 以下) | はい | つらい | ？ |
| 3. 一人で食事や洗面ができますか？(1.6Mets) | はい | つらい | ？ |
| 4. トイレは一人で楽にできますか？(2Mets) | はい | つらい | ？ |
| 5. 着替えが一人でできますか？(2Mets) | はい | つらい | ？ |
| 6. 炊事や掃除ができますか？(2~3Mets) | はい | つらい | ？ |
| 7. 自分で布団を敷けますか？(2~3Mets) | はい | つらい | ？ |
| 8. ぞうきんがけはできますか？(3~4Mets) | はい | つらい | ？ |
| 9. シャワーを浴びても平気ですか？(3~4Mets) | はい | つらい | ？ |
| 10. ラジオ体操をしても平気ですか？(3~4Mets) | はい | つらい | ？ |
| 11. 健康な人と同じ速度で平地を 100~200m 歩いても平気ですか。(3~4Mets) | はい | つらい | ？ |
| 12. 庭いじり(軽い草むしりなど)をしても平気ですか？(4Mets) | はい | つらい | ？ |
| 13. 一人で風呂に入れますか？(4~5Mets) | はい | つらい | ？ |
| 14. 健康な人と同じ速度で2階まで昇っても平気ですか？(5~6Mets) | はい | つらい | ？ |
| 15. 軽い農作業(庭掘りなど)はできますか？(5~7Mets) | はい | つらい | ？ |
| 16. 平地で急いで 200m 歩いても平気ですか？(6~7Mets) | はい | つらい | ？ |
| 17. 雪かきはできますか？(6~7Mets) | はい | つらい | ？ |
| 18. テニス(又は卓球)をしても平気ですか？(6~7Mets) | はい | つらい | ？ |
| 19. ジョギング(時速 8km 程度)を 300~400m しても平気ですか？(7~8Mets) | はい | つらい | ？ |
| 20. 水泳をしても平気ですか？(7~8Mets) | はい | つらい | ？ |
| 21. なわとびをしても平気ですか？(8Mets 以上) | はい | つらい | ？ |

症状が出現する最小運動量 _____ Mets

心臓機能障害と心機能 (Mets)

(8) 心疾患による障害の程度を一般状態区分表で示すと次のとおりである。

一般状態区分表

区 分	一 般 状 態
ア	無症状で社会活動ができ、制限を受けることなく、発病前と同等にふるまえるもの
イ	軽度の症状があり、肉体労働は制限を受けるが、歩行、軽労働や座業はできるもの 例え、軽い家事、事務など
ウ	歩行や身のまわりのことはできるが、時に少し介助が必要なこともあり、軽労働はできないが、日中の50%以上は起居しているもの
エ	身のまわりのある程度のことはできるが、しばしば介助が必要で、日中の50%以上は就床しており、自力では屋外への外出等がほぼ不可能となったもの
オ	身のまわりのこともできず、常に介助を必要とし、終日就床を強いられ、活動の範囲がおおむねベッド周辺に限られるもの

(参考) 上記区分を身体活動能力にあてはめると概ね次のとおりとなる。

区 分	身 体 活 動 能 力
ア	6 Mets 以上
イ	4 Mets 以上 6 Mets 未満
ウ	3 Mets 以上 4 Mets 未満
エ	2 Mets 以上 3 Mets 未満
オ	2 Mets 未満