

基本チェックリスト

【様式8】

◎太線の枠内についてご記入下さい。判定欄のご記入は必要ありません。

被保険者番号										事業所番号		4	2	0	0	1	0	0				
記入日										氏名	フリガナ	性別	男・女	明・大・昭 年 月 日生 (歳)								
令和			年			月			日													
住所	長崎市 町 丁目 番 号										電話											

NO	質問事項	回答		判定
1	バスや電車で1人で外出していますか（付き添いなしで）	☐ はい	☐ いいえ	
2	日用品の買い物をしていますか（付き添いなしで）	☐ はい	☐ いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	☐ はい	☐ いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか（付き添いなしで）	☐ はい	☐ いいえ	
5	家族や友人の相談にのっていますか	☐ はい	☐ いいえ	
6	階段を手すりや壁を伝わらずに昇っていますか（ひとりで）	☐ はい	☐ いいえ	() / 5
7	いす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	☐ はい	☐ いいえ	
8	15分くらい続けて歩いていますか（付き添いなしで）	☐ はい	☐ いいえ	
9	この1年間に転んだことがありますか	☐ はい	☐ いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	☐ はい	☐ いいえ	
11	6ヶ月間で2～3Kg以上の体重減少がありましたか	☐ はい	☐ いいえ	
12	身長 . cm 体重 . kg			
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	☐ はい	☐ いいえ	
14	お茶や汁物でむせることがありますか	☐ はい	☐ いいえ	
15	口の渇きが気になりますか	☐ はい	☐ いいえ	
16	週に1回以上は外出していますか（付き添いなしで）	☐ はい	☐ いいえ	() / 2
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	☐ はい	☐ いいえ	
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか	☐ はい	☐ いいえ	
19	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	☐ はい	☐ いいえ	
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	☐ はい	☐ いいえ	
21	（ここ2週間）毎日の生活に充実感がない	☐ はい	☐ いいえ	() / 5
22	（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	☐ はい	☐ いいえ	
23	（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	☐ はい	☐ いいえ	
24	（ここ2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	☐ はい	☐ いいえ	
25	（ここ2週間）わけもなく疲れたような感じがする	☐ はい	☐ いいえ	

※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)が、18.5未満の場合に該当とする

(長崎市)