

社会的自立支援アウトカム尺度 Ver.5.0

Social Independence Support Outcome Scale

下位尺度	評価項目	配点	最高点
活動 (Activities)	設問 1 : 移動範囲 (Moving range) 設問 2 : セルフケア (Self-care) 設問 3 : 家事 (Household tasks) 設問 4 : 運動習慣 (Exercise habit)	1－5点 1－5点 1－5点 1－5点	20点
参加 (Participation)	設問 5 : 家庭での役割 (Role in the family) 設問 6 : 社会参加 (Participation in society)	0－10点 0－10点	20点
主体性 (Identity)	設問 7 : 自己効力感 (Self - efficacy) 設問 8 : 他者とのかかわり (Commitment and engagement) 設問 9 : 主体的意思決定 (Self-decision making) 設問10 : 自己管理 (Personal control) 設問11 : 知識と理解 (Knowledge and understanding)	0－4点 0－4点 0－4点 0－4点 0－4点	20点

INDEX

1 表紙	
2 利用者様アンケート	01～03
3 各設問への答え方 Q&A	04～07
4 設問構成と評価の留意点	08～20
※自記式でご記入いただく際は、2. と 3. をご使用ください。	

施設名

氏名

記入上の注意

1. 該当する項目は、文頭の ☐ に ☒ を記入して下さい。
2. 「該当するもの 1つ」と「該当するもの すべて」の質問があります。
3. 「該当する位置に○」と書かれた質問は下の例のように記入して下さい。

0 1 2 ③ 4

1. 該当するものすべてに印をつけて下さい。介護者や同伴者の有無は問いません。

- ☐ 自宅から一番近い店に買い物に出かけられる
- ☐ 自家用車に同乗、またはタクシーで市区町村の外まで出かけられる
- ☐ バスや電車で市区町村の外まで出かけられる
- ☐ 鉄道や飛行機で遠方まで出かけられる(乗車・搭乗1時間以上)
- ☐ 自分で自転車、または自動車を運転して移動できる

2. 該当するものすべてに印をつけて下さい。

- ☐ ひとりで入浴またはシャワー浴ができる ☐ ひとりで着替えができる
- ☐ ひとりで歯磨きと手足の爪切りの両方ができる ☐ ひとりで食べ物が食べられる
- ☐ ひとりでトイレを済ますことができる ☐ ひとりで健康診断や予防注射が受けられる

3. 以下の質問で、3つの中から該当するもの1つに印をつけて下さい。

(自分でするほうが多い場合は「いつも」、週に数回ほどなら「たまに」を選びます)

	以前			現在		
	いつも	たまに	しない	いつも	たまに	しない
自分で調理をしていますか？	☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で調理の材料を入手していますか？	☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で衣服の洗濯と乾燥をしていますか？	☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で家の掃除をしていますか？	☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で生活ゴミを捨てていますか？	☐	☐	☐	☐	☐	☐

4. 該当するものすべてに印をつけて下さい。

- ☐ 健康のために、より多く歩くように心がけている
- ☐ 健康のために、歩く以外の自主的な運動をしている
- ☐ 歩く以外の自主的な運動は、週2回以上の頻度で行っている
- ☐ 歩く以外の自主的な運動は、6ヶ月以上継続している

5. 以下の項目のうち、ご自宅で行っているものすべてに印をつけて下さい。

(一部だけ実施または介助を受けての実施も可。ここ1ヶ月の状態で判断します)

以前 現在

- ☐ ☐ ① 家庭用品の使用と管理
(例)アイロンがけ、靴の手入れ、季節の衣替え・寝具替え、冷暖房器具の出し入れ、節電用品の出し入れ、不要品・粗大ごみの廃棄、自転車・自動車の手入れ

- ☐ ☐ ② 住居の手入れ(業者依頼も含みます)
(例)壁や床の手入れ・補修、雨戸や網戸の清掃・補修、浴室の防カビ、押入れ通風、排水管清掃、害虫駆除、屋根・外壁・塀・雨どいの補修、除雪

- ☐ ☐ ③ 庭や植物の手入れ(業者依頼も含みます)
(例)植木に水・肥料を与える、雑草取り、植木の剪定、自家用野菜・花の栽培、落葉清掃

- ☐ ☐ ④ 日常品の貯蔵
(例)漬け物などの保存食を作る、災害用品を備蓄する、灯油を備蓄する

- ☐ ☐ ⑤ 家計・財産の管理
(例)収入の維持管理、預金・貯金出し入れ、請求の支払い

- ☐ ☐ ⑥ 家族・親族の介護(出向いて行う場合も含みます)

- ☐ ☐ ⑦ 育児、子供やペットの世話(出向いて行う場合も含みます)

- ☐ ☐ ⑧ 訪問者や電話への対応

- ☐ ☐ ⑨ ご近所づきあい

- ☐ ☐ ⑩ 家族・親族の相談相手

- ☐ ☐ ⑪ 神棚・仏壇の管理

- ☐ ☐ ⑫ 墓参り・法要の準備

6. 社会参加に関する以下の項目のうち、行っているものすべてに印をつけて下さい。

(介助を受けての実施も可。ここ1ヶ月の状態で判断します)

以前 現在

- ☐ ☐ ① 報酬がある仕事(家業の手伝いを含む)

- ☐ ☐ ② 報酬のない奉仕活動
(例)清掃活動、防災活動、防犯活動、交通安全活動、児童・幼児の健全育成に関する活動、障害者・高齢者の福祉活動

- ☐ ☐ ③ 地域行事、敬老会、シニアクラブへの参加(直近の機会で判断)

- ☐ ☐ ④ 町内会・自治会・住居管理組合などの団体活動

- ☐ ☐ ⑤ 結婚式、葬儀、入学・卒業式、同窓会への参加(直近の機会で判断)

- ☐ ☐ ⑥ 市民講座・講演会、カルチャーセンターなどでの学習活動・技能研修活動

- ☐ ☐ ⑦ 区市町村による介護予防・趣味活動など地域活動・集いの場への参加

- ☐ ☐ ⑧ 友人・親戚を訪問、親族・友人と旅行

- ☐ ☐ ⑨ スポーツ・運動(⑦以外で散歩や屋外での体操など外出を伴うもの)

- ☐ ☐ ⑩ 芸術・文化・趣味に関する余暇活動(⑦以外で外出を伴うもの)
(例)映画、博物館、図書館、手工芸、園芸、華道、茶道、舞踊、囲碁、将棋、麻雀、釣り、写真撮影、ギャンブル

- ☐ ☐ ⑪ 宗教関係の活動(神社仏閣巡り、教会礼拝など)

- ☐ ☐ ⑫ 選挙権の行使(直近の機会で判断します)

- ☐ ☐ ⑬ ネットなどの通信手段で人や社会とのかかわる活動、オンラインでの運動、芸術、文化、趣味活動

7. ご自身の健康や生活にさまざまな問題があっても、自分は活動的な生活を送っていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。



8. ご自身の思いや希望をどれだけ他者（支援の専門家を含む）に伝えられていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。



9. ご自身がより活動的な生活を送るための意思決定は、自分でどれだけできていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。



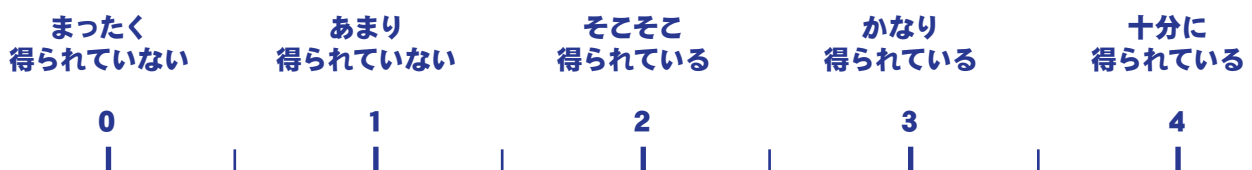
10. ご自身がより活動的な生活を送るための取り組みは、自分でどれだけ実行できていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

ここでの取り組みとは、身体づくりや、必要となる手助け・道具・手段の手配や調整を指します。



11. ご自身の健康や生活をよりよくするための情報をどれだけ得られていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

ここでの情報とは、医療的な情報や、日々の生活や活動に役立つさまざまな情報を指します。



以上です。ご回答ありがとうございました。

各設問への答え方 Q&A

1. 該当するものすべてに印をつけて下さい。介護者や同伴者の有無は問いません。

回答に悩んだら…

- | | |
|--|---|
| <p>Q 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？</p> <p>A 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。調査日前の1週間で1度でも出来たか、出来る状態であったら該当とします。</p> <p>Q 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？</p> <p>A 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。</p> | <p>Q 「市区町村外」とはどのような距離をさしますか？</p> <p>A 自家用車やタクシーで10分以上かかる距離と考えて下さい。</p> <p>Q 出掛けられるが、出不精で外出していない場合は「できる」としていいですか？</p> <p>A 本人の忌避で外出が行われていなくても、その能力があれば「できる」とします。</p> |
|--|---|

2. 該当するものすべてに印をつけて下さい。

回答に悩んだら…

- | | |
|--|--|
| <p>Q 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？</p> <p>A 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。調査日前の1週間で1度でも出来たか、出来る状態であったら該当とします。</p> <p>Q 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？</p> <p>A 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。</p> | <p>Q 食事準備をしてもらっていても「食べ物が食べられる」は「できる」としていいですか？</p> <p>A ひとりで食べられれば「できる」とします。</p> <p>Q 「健康診断や予防注射が受けられる」は「病院に行ける」と同じと考えてよいですか？</p> <p>A 同じと考えて下さい。</p> |
|--|--|

3. 以下の質問で、3つの中から該当するもの1つに印をつけて下さい。

（自分でするほうが多い場合は「いつも」、週に数回ほどなら「たまに」を選びます）

回答に悩んだら…

- | | |
|--|--|
| <p>Q 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？</p> <p>A 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。調査日前の1週間で1度でも出来たか、出来る状態であったら該当とします。</p> <p>Q 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？</p> <p>A 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。</p> <p>Q 「調理」には、後片付けやお茶などを入れることは含まれますか？</p> <p>A 「配下膳、後片付け」「食材の買い物」「お茶・コーヒー等の準備」は含みません。</p> | <p>Q 自分でやればできるが、する必要がない場合はできると考えてよいですか？</p> <p>A あくまで実際に自分でやっているかどうかで選択して下さい。</p> <p>Q 「調理」には、お菓子作りは含まれますか？</p> <p>A 含まれます。おせち料理などの季節や節日が限定された料理も含みます。</p> |
|--|--|

4. 該当するものすべてに印をつけて下さい。

回答に悩んだら…

- Q** 訪問リハビリや通所施設の機能訓練で行っている運動は含まれますか？
- A** 含まれません。訪問や通所で指導された運動を訪問・通所以外の時間に行っている場合は含まれます。
- Q** 風邪や体調不良があった期間だけ運動をお休みしたら、継続が途切れたことになりますか？
- A** 体調が回復してから運動を再開した場合は、継続しているとします。

5. 以下の項目のうち、ご自宅で行っているものすべてに印をつけて下さい。

(一部だけ実施または介助を受けての実施も可。ここ1ヶ月の状態で判断します)

回答に悩んだら…

- Q** 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？
- A** 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。
- Q** 福祉用具(杖や補装具等)を使用している場合も「できる」としていいですか？
- A** 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。
- Q** 身寄りがまったくない独居の方では「家族・親族の介護」や「家族・親族の相談相手」は非該当になりますか？
- A** 身寄りが一人もいない方でも家族と同様に思える知人などの介護や相談相手をされていれば該当します。疎遠であっても、遠方であっても、親族がおられる場合には「家族や親族の相談相手」は該当になります。
- Q** 自分でやればできるが、する必要がない場合はできると考えてよいですか？
- A** あくまで実際に自分で行っているかどうかで選択して下さい。
- Q** 「ご近所づきあい」には、挨拶程度の場合は含まれますか？
- A** 含みます。「ご近所づきあい」ができていと感じていれば選択して下さい。
- Q** 「介護」には、様子を見たり話し相手をしたりする場合は含まれますか？
- A** 含みます。介護が必要な人の力になっていると感じていれば選択して下さい。

6. 社会参加に関する以下の項目のうち、行っているものすべてに印をつけて下さい。

(介助を受けての実施も可。ここ1ヶ月の状態で判断します)

回答に悩んだら…

- Q** 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？
- A** 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。
- Q** 福祉用具(杖や補装具等)を使用している場合も「できる」としていいですか？
- A** 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。
- Q** する機会に恵まれない場合はどう考えればよいですか？
- A** あくまで実際にやっているかどうかで選択して下さい。
- Q** オンラインでの、運動、芸術、文化、趣味活動にはどんなものが該当しますか？
- A** 自宅にいながらオンラインで参加する介護予防教室や⑩で示した例に該当する活動があれば該当します。
- Q** 友人を訪問するのではなく、友人が訪問してくる場合は該当しますか？
- A** 該当になります。
- Q** 親戚・友人と旅行というほどではない外出はしますが該当しますか？
- A** 食べ歩きやショッピングも旅行と同様に考えて該当になります。
- Q** ネットなどの通信手段には郵便や電話も入りますか？
- A** 他者や社会と関わることを直接の目的としていれば該当になります。

7. ご自身の健康や生活にさまざまな問題があっても、自分は活動的な生活を送っていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

回答に悩んだら…

- Q** 「活動的」とは、どんなことを指しますか？
A ご自分で考え、ご自分で決定し、ご自分で行動する状態を指します。もちろん部分的であっても構いません。
- Q** 外出が多いほど「活動的」だと判断してよいですか？
A ご自分の意思が反映されての外出であれば、そう判断されて構いません。ただし、外出の頻度だけでなく、ご自身が主体的に日々の暮らしでの活動を決めていると思えるなら活動的だと考えて下さい。
- Q** 「活動的な生活」には通所サービスの利用を含めてよいですか？
A ご自身の意思に基づく活動が出来ていれば活動的と判断します。通所サービス利用も活動的と捉える対象になりますが、あくまでご自身の主体的な選択であることが条件です。
- Q** 体調に波があるのですがどう判断すればよいですか？
A 体調が良好なときを基準に回答して下さい。

8. ご自身の思いや希望をどれだけ他者（支援の専門家を含む）に伝えられていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

回答に悩んだら…

- Q** 「他者」には、家族を含みますか？
A 含みます。
- Q** 相手によって話せる人と話せない人がいますが、どのように答えればよいですか？
A ご自分で伝えたいと思うことがあるどの相手にも、伝えられているかどうかで判断して下さい。
- Q** 他の人にできるだけ頼らないように心がけています。どう判断すればよいですか？
A 実は伝えたいと思うことがあるのでしたら、それを伝えられているかどうかで判断して下さい。
- Q** 「他者」に伝えたいと思うことがありません。どのように答えればよいですか？
A 日頃から他者には何も伝えていないと考えて、「伝えられていない」を選択して下さい。

9. ご自身がより活動的な生活を送るための意思決定は、自分でどれだけできていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

回答に悩んだら…

- Q** 「活動的」とは、どんなことを指しますか？
A ご自分で考え、ご自分で決定し、ご自分で行動する状態を指します。もちろん部分的であっても構いません。
- Q** 外出が多いほど「活動的」だと判断してよいですか？
A ご自分の意思が反映されての外出であれば、そう判断されて構いません。ただし、外出の頻度だけでなく、ご自身が主体的に日々の暮らしでの活動を決めていると思えるなら活動的だと考えて下さい。
- Q** 「活動的な生活」には通所サービスの利用を含めてよいですか？
A ご自身の意思に基づく活動が出来ていれば活動的と判断します。通所サービス利用も活動的と捉える対象になりますが、あくまでご自身の主体的な選択であることが条件です。
- Q** 活動的に生活したいのですが、家族に止められます。どう判断すればよいですか？
A ご自分で意思決定が思うようにできていないと判断して下さい。
- Q** 活動的に生活する必要性をまったく感じません。どう判断すればよいですか？
A 日頃から意思決定をしていないと考えて、「できていない」を選択して下さい。
- Q** 体調に波があり、意思決定もそれに併せてできたりできなかったりしているのですがどう判断すればよいですか？
A 体調が良好なときを基準に回答して下さい。

10. ご自身がより活動的な生活を送るための取り組みは、自分でどれだけ実行できていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

ここでの取り組みとは、身体づくりや、必要となる手助け・道具・手段の手配や調整を指します。

回答に悩んだら…

Q 「活動的な生活を送るための取り組み」とは、どんなことを指しますか？

A ご自分で意思決定された活動的な生活を実現するために身体を鍛えたり、ご自宅の内外の環境をより安全になるよう整えたり、必要に応じて移動手段や付き添いなどの手助けを得るための手配や調整を取り組みと考えます。それらがどの程度ご自分でできているかで判断して下さい。

Q 「活動的な生活」とは、どんなことを指しますか？

A ご自分で考え、ご自分で決定し、ご自分で行動する生活を指します。そのために必要な行動がご自分でどの程度できているかで判断して下さい。

Q 「活動的な生活」とは外出することですか？

A 必ずしもそれだけではありません。ご自分が主体的に日々の暮らしの意思決定とその行動を行っていれば、活動的な生活と考えて下さい。

Q 「活動的な生活」には通所サービスの利用を含めてよいですか？

A ご自身の意思に基づく活動が出来ていれば活動的と判断します。通所サービス利用も活動的と捉える対象になりますが、あくまでご自身の主体的な選択であることが条件です。

Q 活動的に生活したいのですが、家族に止められます。どう判断すればよいですか？

A 現在は活動的な生活ができていなくても、それに向けた準備をご自分で主体的に実行しているかどうかで判断して下さい。

Q 活動的に生活する必要性をまったく感じません、どう判断すればよいですか？

A 日頃から取り組みを実行していないと考えて、「できていない」を選択します。

Q 体調に波があり、意思決定もそれに併せてできたりできなかったりしているのですがどう判断すればよいですか？

A 体調が良好なときを基準に回答して下さい。

11. ご自身の健康や生活をよりよくするための情報をどれだけ得られていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

ここでの情報とは、医療的な情報や、日々の生活や活動に役立つさまざまな情報を指します。

回答に悩んだら…

Q 友人や隣人、テレビなどから得た情報も対象ですか？

A 対象になります。ご自分が欲しいと思う情報がどの程度得られているかを基準に選択して下さい。

設問構成と評価の留意点（設問1）

1. 該当するものすべてに印をつけて下さい。介護者や同伴者の有無は問いません。

- ☐ 自宅から一番近い店に買い物に出かけられる
- ☐ 自家用車に同乗、またはタクシーで市区町村の外まで出かけられる
- ☐ バスや電車で市区町村の外まで出かけられる
- ☐ 鉄道や飛行機で遠方まで出かけられる（乗車・搭乗1時間以上）
- ☐ 自分で自転車、または自動車を運転して移動できる

調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
移動範囲	活動	1点： 該当0項目 2点： 該当1項目 3点： 該当2項目 4点： 該当3項目 5点： 該当4～5項目	d460・d470 d4602：屋外の移動 d4701：私的交通機関の利用 d4702：公共交通機関の利用 d4702：公共交通機関の利用 d4750：運転や操作

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？
- A** 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。
調査日前の1週間で1度でも出来たか、出来る状態であったら該当とします。
- Q** 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？
- A** 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。
- Q** 「市区町村外」とはどのような距離をさしますか？
- A** 自家用車やタクシーで10分以上かかる距離と考えて下さい。
- Q** 出掛けられるが、出不精で外出していない場合は「できる」としていいですか？
- A** 本人の忌避で外出が行われていなくても、その能力があれば「できる」とします。

設問構成と評価の留意点（設問2）

2. 該当するものすべてに印をつけて下さい。

- ☐ ひとりで入浴またはシャワー浴ができる ☐ ひとりで着替えができる
- ☐ ひとりで歯磨きと手足の爪切りの両方ができる ☐ ひとりで食べ物が食べられる
- ☐ ひとりでトイレを済ませることができる ☐ ひとりで健康診断や予防注射が受けられる

調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
セルフケア	活動	1点： 該当0～1項目 2点： 該当2～3項目 3点： 該当4項目 4点： 該当5項目 5点： 該当6項目	d510-d570 d510：自分の身体を洗うこと d520：身体各部を手入れ d530：排泄 d540：更衣 d550：食べること d570：健康に注意すること

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？
- A** 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。
調査日前の1週間で1度でも出来たか、出来る状態であったら該当とします。
- Q** 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？
- A** 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。
- Q** 食事準備をしてもらっていても「食べ物が食べられる」は「できる」としていいですか？
- A** ひとりで食べられれば「できる」とします。
- Q** 「健康診断や予防注射が受けられる」は「病院に行ける」と同じと考えてよいですか？
- A** 同じと考えて下さい。

設問構成と評価の留意点（設問3）

3. 以下の質問で、3つの中から該当するもの1つに印をつけて下さい。 (自分でするほうが多い場合は「いつも」、週に数回ほどなら「たまに」を選びます)		以前			現在		
		いつも	たまに	しない	いつも	たまに	しない
自分で調理をしていますか？		☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で調理の材料を入手していますか？		☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で衣服の洗濯と乾燥をしていますか？		☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で家の掃除をしていますか？		☐	☐	☐	☐	☐	☐
自分で生活ゴミを捨てていますか？		☐	☐	☐	☐	☐	☐
調査項目名	下位尺度	評価の基準			対応ICFコード		
家事	活動	合計点で判定（1～5点） いつも：1点 たまに：0.5点 しない：0.2点			d630：調理 d6200：買い物 d6400：衣服や衣類の洗濯と乾燥 d6402：居住部分の掃除 d6405：ゴミ捨て		

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？
- A** 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。
調査日前の1週間で1度でも出来たか、出来る状態であったら該当とします。
- Q** 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？
- A** 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。
- Q** 「調理」には、後片付けやお茶などを入れることは含まれますか？
- A** 「配下膳、後片付け」「食材の買い物」「お茶・コーヒー等の準備」は含みません。
- Q** 自分でやればできるが、する必要がない場合はできると考えてよいですか？
- A** あくまで実際に自分で行っているかどうかで選択して下さい。
- Q** 「調理」には、お菓子作りは含まれますか？
- A** 含まれます。おせち料理などの季節や節日が限定された料理も含みます。

設問構成と評価の留意点（設問4）

4. 該当するものすべてに印をつけて下さい。

- ☐ 健康のために、より多く歩くように心がけている
- ☐ 健康のために、歩く以外の自主的な運動をしている
- ☐ 歩く以外の自主的運動は、週2回以上の頻度で行っている
- ☐ 歩く以外の自主的運動は、6ヶ月以上継続している

調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
運動習慣	活動	1点： 該当0項目 2点： 該当1項目 3点： 該当2項目 4点： 該当3項目 5点： 該当4項目	d230：日課の遂行 d410：基本的な姿勢の変換 d450：歩行 d570：健康に注意すること

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 訪問リハビリや通所施設の機能訓練で行っている運動は含まれますか？
A 含まれません。
訪問や通所で指導された運動を訪問・通所以外の時間に行っている場合は含まれます。
- Q** 風邪や体調不良があった期間だけ運動をお休みしたら、継続が途切れたことになりますか？
A 体調が回復してから運動を再開した場合は、継続しているとします。

設問構成と評価の留意点（設問5）

5. 以下の項目のうち、ご自宅で行っているものすべてに印をつけて下さい。

（一部だけ実施または介助を受けての実施可。ここ1ヶ月の状態で判断します）

以前 現在

☐ ☐ ① 家庭用品の使用と管理
(例) アイロンがけ、靴の手入れ、季節の衣替え・寝具替え、冷暖房器具の出し入れ、節電用品の出し入れ、不要品・粗大ごみの廃棄、自転車・自動車の手入れ

☐ ☐ ② 住居の手入れ(業者依頼も含みます)
(例) 壁や床の手入れ・補修、雨戸や網戸の清掃・補修、浴室の防カビ、押入れ通風、排水管清掃、害虫駆除、屋根・外壁・塀・雨どいの補修、除雪

☐ ☐ ③ 庭や植物の手入れ(業者依頼も含みます)
(例) 植木に水・肥料を与える、雑草取り、植木の剪定、自家用野菜・花の栽培、落葉清掃

☐ ☐ ④ 日常品の貯蔵
(例) 漬け物などの保存食を作る、災害用品を備蓄する、灯油を備蓄する

☐ ☐ ⑤ 家計・財産の管理
(例) 収入の維持管理、預金・貯金出し入れ、請求の支払い

☐ ☐ ⑥ 家族・親族の介護(出向いて行う場合も含みます)

☐ ☐ ⑦ 育児、子供やペットの世話(出向いて行う場合も含みます)

☐ ☐ ⑧ 訪問者や電話への対応

☐ ☐ ⑨ ご近所づきあい

☐ ☐ ⑩ 家族・親族の相談相手

☐ ☐ ⑪ 神棚・仏壇の管理

☐ ☐ ⑫ 墓参り・法要の準備

調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
家庭での役割	参加	0個： 0点	①d6500：衣服の作製と補習 ①d6502：家庭内器具の手入れ
		1個： 1点	①d6503：乗り物の手入れ ①d6403：家庭用器具の使用
		2個： 2点	②d6501：住居と家具の手入れ
		3個： 3点	③d6505：屋内外の植物の手入れ
		4個： 4点	④d6404：日常必需品の貯蔵
		5個： 5点	⑤d860：基本的な経済的取引 ⑤d870：経済的自給
		6個： 6点	⑥⑦d660：他者への援助
		7個： 7点	⑦d6506：動物の世話
		8個： 8点	⑧d730：よく知らない人との関係 ⑧d740：公的な関係
		9個： 9点	⑧d750：非公式な社会的関係
		10個以上： 10点	⑨d7501：隣人との非公式な関係 ⑨d9205：社交 ⑩d7600：子どもとの関係 ⑩d7601：親との関係 ⑩d7602：兄弟姉妹との関係 ⑩d7603：親戚との関係 ⑪⑫d930：宗教とスピリチュアリティ

評価の留意点（想定される質問とその回答）

Q 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？

A 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。

Q 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？

A 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。

Q 自分でやればできるが、する必要がない場合はできると考えてよいですか？

A あくまで実際に自分で行っているかどうかで選択して下さい。

Q 「介護」には、様子を見たり話し相手をしたりする場合は含まれますか？

A 含みます。介護が必要な人の力になっていると感じていれば選択して下さい。

Q 身寄りがまったくいない独居の方では「家族や親族の介護」や「家族や親族の相談相手」などは非該当になりますか？

A 身寄りが一人もいない方でも家族と同様に思える知人などの介護や相談相手をされていれば該当します。疎遠であっても、遠方であっても、親族がおられる場合には「家族や親族の相談相手」は該当になります。

Q 「ご近所づきあい」には、挨拶程度の場合は含まれますか？

A 含みます。「ご近所づきあい」ができていると感じていれば選択して下さい。

設問構成と評価の留意点（設問6）

6. 社会参加に関する以下の項目のうち、行っているものすべてに印をつけて下さい。

（介助を受けての実施も可。ここ1ヶ月の状態で判断します）

以前 現在

- ☐ ☐ ① 報酬がある仕事（家業の手伝いを含む）
- ☐ ☐ ② 報酬のない奉仕活動
（例）清掃活動、防災活動、防犯活動、交通安全活動、児童・幼児の健全育成に関する活動、障害者・高齢者の福祉活動
- ☐ ☐ ③ 地域行事、敬老会、シニアクラブへの参加（直近の機会で判断）
- ☐ ☐ ④ 町内会・自治会・住居管理組合などの団体活動
- ☐ ☐ ⑤ 結婚式、葬儀、入学・卒業式、同窓会への参加（直近の機会で判断）
- ☐ ☐ ⑥ 市民講座・講演会、カルチャーセンターなどでの学習活動・技能・研修・活動
- ☐ ☐ ⑦ 区市町村による介護予防・趣味活動などの地域活動・集いの場への参加
- ☐ ☐ ⑧ 友人・親戚を訪問、親族・友人と旅行
- ☐ ☐ ⑨ スポーツ・運動（⑦以外で散歩や屋外での体操など外出を伴うもの）
- ☐ ☐ ⑩ 芸術・文化・趣味に関する活動（⑦以外で外出を伴うもの）
（例）映画、博物館、図書館、手工芸、園芸、華道、茶道、舞踊、囲碁、将棋、麻雀、釣り、写真撮影、ギャンブル
- ☐ ☐ ⑪ 宗教関係の活動（神社仏閣巡り、教会礼拝など）
- ☐ ☐ ⑫ 選挙権の行使（直近の機会で判断します）
- ☐ ☐ ⑬ ネットなどの通信手段で人や社会とかわかる活動、オンラインでの運動、芸術、文化、趣味活動

調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
移動範囲	活動	0個： 0点	①d850：報酬を伴う仕事
		1個： 1点	②d855：無報酬の仕事
		2個： 2点	③d9100：非公式の団体
		3個： 3点	④d9101：公式の団体
		4個： 4点	⑤d9102：式典
		5個： 5点	⑥d810：非公式な教育
		6個： 6点	⑦d839：その他の特定の教育
		7個： 7点	⑦⑬d920：レクリエーションとレジャー
		8個： 8点	⑧d9205：社交
		9個： 9点	⑧d9208：その他の特定のレクリエーションとレジャー
		10個以上： 10点	⑨d9201：スポーツ
			⑩d9200：遊び ⑩d9202：芸術と文化
			⑩d9203：工芸 ⑩d9204：趣味
			⑪d930：宗教とスピリチュアリティ
			⑫d950：政治活動と市民権
			⑬d910：コミュニティライフ
			⑬d3600：遠隔通信器具の利用

評定の留意点(想定される質問とその回答)

Q 時間帯や体調等によって状況が異なる場合はどう回答すればよいですか？

A 良好な体調の際に出来ていれば該当とします。

Q 福祉用具（杖や補装具等）を使用している場合も「できる」としていいですか？

A 福祉用具の有無にかかわらず該当するものを選択します。

Q する機会に恵まれない場合はどう考えればよいですか？

A あくまで実際に行っているかどうかで選択して下さい。

Q 友人を訪問するのではなく、友人が訪問してくる場合は該当しますか？

A 該当になります。

Q 親戚・友人と旅行というほどではない外出はしますが該当しますか？

A 食べ歩きやショッピングも旅行と同様に考えて該当になります。

Q ネットなどの通信手段には郵便や電話も入りますか？

A 他者や社会と関わることを直接の目的としていれば該当になります。

Q オンラインでの運動、芸術、文化、趣味活動にはどんなものが該当しますか？

A 自宅にいながらオンラインで参加する介護予防教室や⑩で示した例に該当する活動があれば該当します。

設問構成と評価の留意点（設問7）

7. ご自身の健康や生活にさまざまな問題があっても、自分は活動的な生活を送っていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。



調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
自己効力感	主体性	0 - 4 点 スケールの印から判断 (0.5点刻みで読み取る)	

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 「活動的」とは、どんなことを指しますか？
- A** ご自分で考え、ご自分で決定し、ご自分で行動する状態を指します。もちろん部分的であっても構いません。
- Q** 外出が多いほど「活動的」と判断してよいですか？
- A** ご自分の意思が反映されての外出であれば、そう判断されて構いません。ただし、外出の頻度だけでなく、ご自分が主体的に日々の暮らしでの活動を決めていると思えるなら活動的だと考えて下さい。
- Q** 「活動的な生活」には通所サービスの利用を含めてよいですか？
- A** ご自身の意思に基づく活動が出来ていれば活動的と判断します。通所サービス利用も活動的と捉える対象になりますが、あくまでご自身の主体的な選択であることが条件です。
- Q** 体調に波があるのですがどう判断すればよいですか？
- A** 体調が良好なときを基準に回答して下さい。

設問構成と評価の留意点（設問8）

8. ご自身の思いや希望をどれだけ他者（支援の専門家を含む）に伝えられていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。



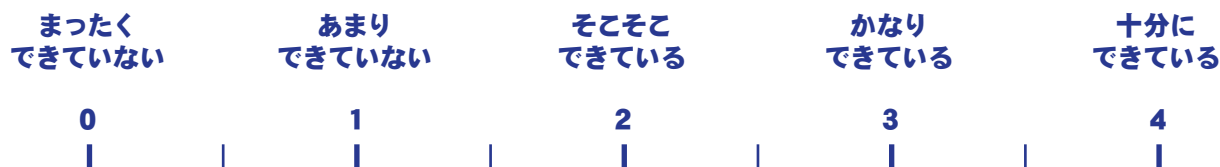
調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
他者との関わり	主体性	0 - 4 点 スケールの印から判断 (0.5点刻みで読み取る)	

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q 「他者」には、家族を含みますか？
- A 含みます。
- Q 相手によって話せる人と話せない人がいますが、どのように答えればよいですか？
- A ご自分で伝えたいと思うことがあるどの相手にも、伝えられているかどうかで判断して下さい。
- Q 他の人にできるだけ頼らないように心がけています。どう判断すればよいですか？
- A 実は伝えたいと思うことがあったら、それを伝えられているかどうかで判断して下さい。
- Q 「他者」に伝えたいと思うことはありません。どのように答えればよいですか？
- A 日頃から他者には何も伝えていないと考えて、「伝えられていない」を選択して下さい。

設問構成と評価の留意点（設問9）

9. ご自身がより活動的な生活を送るための意思決定は、自分でどれだけでできていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。



調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
主体的意思決定	主体性	0 - 4 点 スケールの印から判断 (0.5点刻みで読み取る)	

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 「活動的な生活」とは、どんなことを指しますか？
- A** ご自分で考え、ご自分で決定し、ご自分で行動する生活を指します。
そのために必要なご自分での意思決定がどの程度できているかで判断して下さい。
- Q** 外出が多いほど「活動的な生活」だと判断してよいですか？
- A** ご自分の意思が反映されての外出であれば、そう判断されて構いません。
ただし、外出の頻度だけでなく、ご自身が主体的に日々の暮らしの意思決定を行っているかどうかで判断して下さい。
- Q** 「活動的な生活」には通所サービスの利用を含めてよいですか？
- A** ご自身の意思に基づく活動が出来ていれば活動的と判断します。
通所サービス利用も活動的と捉える対象になりますが、あくまでご自身の主体的な選択であることが条件です。
- Q** 活動的に生活したいのですが、家族に止められます。どう判断すればよいですか？
- A** ご自分で意思決定が思うようにできていないと判断して下さい。
- Q** 活動的に生活する必要性をまったく感じません、どう判断すればよいですか？
- A** 日頃から意思決定をしていないと考えて、「できていない」を選択して下さい。
- Q** 体調に波があり、意思決定もそれに併せてできたりできなかったりしているのですがどう判断すればよいですか？
- A** 体調が良好なときを基準に回答して下さい。

設問構成と評価の留意点（設問10）

10. ご自身がより活動的な生活を送るための取り組みは、自分でどれだけ実行できていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

ここでの取り組みとは、身体づくりや、必要となる手助け・道具・手段の手配や調整を指します。



調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
自己管理	主体性	0 - 4 点 スケールの印から判断 (0.5点刻みで読み取る)	

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 「活動的な生活を送るための取り組み」とは、どんなことを指しますか？
- A** ご自分で意思決定された活動的な生活を実現するために身体を鍛えたり、ご自宅の内外の環境をより安全になるよう整えたり、必要に応じて移動手段や付き添いなどの手助けを得るための手配や調整を取り組みと考えます。それらがどの程度ご自分でできているかで判断して下さい。
- Q** 「活動的な生活」とは、どんなことを指しますか？
- A** ご自分で考え、ご自分で決定し、ご自分で行動する生活を指します。そのために必要な行動がご自分でどの程度できているかで判断して下さい。
- Q** 「活動的な生活」とは外出することですか？
- A** 必ずしもそれだけではありません。ご自身が主体的に日々の暮らしの意思決定とその行動を行っていれば、活動的な生活と考えて下さい。
- Q** 「活動的な生活」には通所サービスの利用を含めてよいですか？
- A** ご自身の意思に基づく活動が出来ていれば活動的と判断します。通所サービス利用も活動的と捉える対象になりますが、あくまでご自身の主体的な選択であることが条件です。
- Q** 活動的に生活したいのですが、家族に止められます。どう判断すればよいですか？
- A** 現在は活動的な生活ができていなくても、それに向けた準備をご自分で主体的に実行しているかどうかで判断して下さい。
- Q** 活動的に生活する必要性をまったく感じません、どう判断すればよいですか？
- A** 日頃から取り組みを実行していないと考えて、「できていない」を選択します。
- Q** 体調に波があり、意思決定もそれに併せてできたりできなかったりしているのですがどう判断すればよいですか？
- A** 体調が良好なときを基準に回答して下さい。

設問構成と評価の留意点（設問11）

11. ご自身の健康や生活をよりよくするための情報をどれだけ得られていると思いますか？該当する位置に○をつけてください。

ここでの情報とは、医療的な情報や、日々の生活や活動に役立つさまざまな情報を指します。



調査項目名	下位尺度	評価の基準	対応ICFコード
知識と理解	主体性	0 - 4 点 スケールの印から判断 (0.5点刻みで読み取る)	

評価の留意点（想定される質問とその回答）

- Q** 友人や隣人、テレビなどから得た情報も対象ですか？
- A** 対象になります。ご自分が欲しいと思う情報がどの程度得られているかを基準に選択して下さい。