

【特定高齢者・要支援高齢者別アウトカム指標の平均値と標準偏差】

		男性			女性		
		平均値	標準偏差	N	平均値	標準偏差	N
特定 高齢者	握力	27.1	7.3	335	18.6	4.9	1,056
	開眼片足立ち時間	13.9	16.4	325	15.1	17.3	1,037
	TUG	11.4	6.9	329	10.5	4.1	1,035
	5m歩行時間(通常)	6.7	7.6	249	5.8	3.2	891
	5m歩行時間(最大)	5.1	7.3	303	5.0	6.6	972
要 支援 者	握力	24.1	7.7	629	14.7	4.7	1,692
	開眼片足立ち時間	9.0	11.4	524	7.8	11.0	1,378
	TUG	17.6	10.2	609	17.9	9.4	1,611
	5m歩行時間(通常)	9.7	7.3	585	9.8	6.1	1,555
	5m歩行時間(最大)	7.4	5.5	597	8.1	5.8	1,590

【特定高齢者・要支援高齢者別アウトカム指標の5分類】(低いレベルは低体力であることを示す)

	レ ベル	握力	開眼片足立ち 時間	TUG	5m歩行時間 (通常)	5m歩行時間 (最大)
特定 高齢者	1	<=20.9	<=2.6	13.0+	7.2+	5.4+
	2	21.0 - 25.3	2.7 - 4.7	12.9 - 11.0	7.1 - 5.7	5.3 - 4.4
	3	25.4 - 29.2	4.8 - 9.5	10.9 - 9.1	5.6 - 4.8	4.3 - 3.7
	4	29.3 - 33.0	9.6 - 23.7	9.0 - 7.5	4.7 - 4.2	3.6 - 3.1
	5	33.1+	23.8+	<=7.4	<=4.1	<=3.0
男性	1	<=17.9	<=1.9	23.0+	11.9+	9.3+
	2	18.0 - 22.3	2.0 - 3.6	22.9 - 16.6	11.8 - 8.6	9.2 - 6.6
	3	22.4 - 25.4	3.7 - 6.0	16.5 - 13.0	8.5 - 7.0	6.5 - 5.2
	4	25.5 - 30.0	6.1 - 13.9	12.9 - 10.2	6.9 - 5.6	5.1 - 4.2
	5	30.1+	14.0+	<=10.1	<=5.5	<=4.1
要 支援 者	1	<=14.9	<=3.0	12.8+	6.9+	5.5+
	2	15.0 - 17.6	3.1 - 5.5	12.7 - 10.2	6.8 - 5.4	5.4 - 4.4
	3	17.7 - 19.9	5.6 - 10.0	10.1 - 9.0	5.3 - 4.8	4.3 - 3.8
	4	20.0 - 22.4	10.1 - 24.9	8.9 - 7.6	4.7 - 4.1	3.7 - 3.2
	5	22.5+	25.0+	<=7.5	<=4.0	<=3.1
女性	1	<=10.9	<=1.4	23.2+	12.3+	10.2+
	2	11.0 - 13.4	1.5 - 2.8	23.1 - 17.7	12.2 - 9.1	10.1 - 7.3
	3	13.5 - 15.9	2.9 - 5.0	17.6 - 13.8	9.0 - 7.3	7.2 - 5.9
	4	16.0 - 18.4	5.1 - 11.0	13.7 - 10.9	7.2 - 6.0	5.8 - 4.7
	5	18.5+	11.1+	<=10.8	<=5.9	<=4.6

<資料 5：運動器の機能向上プログラム報告書の様式の一部：予防給付・地域支援事業（介護予防特定高齢者施策）版>

運動器の機能向上プログラム報告書(例)

氏名	年 月 日生 (歳)	評価者名
要介護度【 要支援1 ・ 要支援2 】		

介護予防ケアプランの目標(ニーズ)
達成状況
プログラムの目標
達成状況

達成状況	到達目標	コメント
1ヶ月目		
2ヶ月目		
3ヶ月目		

項目	開始前 平成 年 月 日	終了後 平成 年 月 日	改善・維持
----	--------------	--------------	-------

運動器疾患対策のための評価

JKOM	VAS mm	25項目 点	VAS mm	25項目 点	
JLEQ	VAS mm	30項目 点	VAS mm	30項目 点	
転倒不安感尺度		点		点	

体力測定

握力	1.(kg) 右・左 2.(kg) 右・左	1.(kg) 右・左 2.(kg) 右・左	
開眼片足立ち	1.(秒) 右・左 2.(秒) 右・左	1.(秒) 右・左 2.(秒) 右・左	
TUG	1.(秒) 2.(秒)	1.(秒) 2.(秒)	
5m通常歩行時間	1.(秒) 【補助具使用(有・無)】	1.(秒) 【補助具使用(有・無)】	
5m最大歩行時間	1.(秒) 【補助具使用(有・無)】	1.(秒) 【補助具使用(有・無)】	

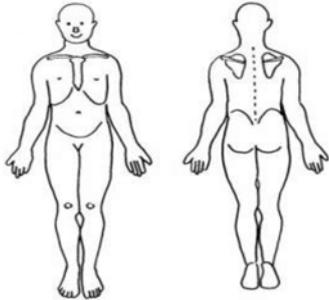
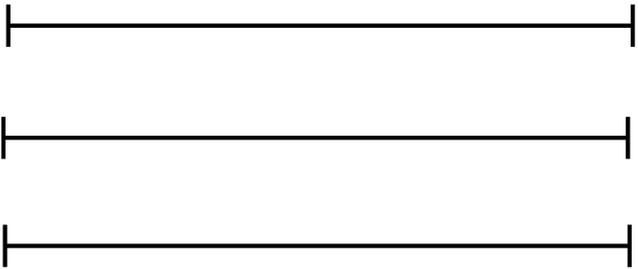
主観的健康観

開始前	1, 2, 3, 4, 5, 6	
開始後	1, 2, 3, 4, 5, 6	

1:最高によい、2:とても良い、3:良い、4:あまり良くない、5:良くない、6:全然良くない

コメント:

<資料6：医学的側面からの評価に関する様式の一部>

運動器の機能向上プログラム 理学療法評価	
評価実施日 年 月 日 (回目評価)	
氏名 年 月 日生 (歳)	評価者名
実施プログラム	
ニーズ	
痛みの評価	
痛みの部位	痛みの既往歴
	
痛みの質的評価 (S&S、P1・P2、T1・T2・T3)	
身体アライメント	VAS(visual analogue scale)
	
日常生活活動能力	
評価時の特記事項:	

S&S：症状と兆候、P1：痛みが始まる関節可動域、P2：痛みでそれ以上動かせなくなる関節可動域
 T1：運動を始めてから痛みが起こるまでの時間、T2：痛みの出る動作を続けられる時間、T3：痛みが緩和するような努力を始めてから痛みが消失するまでの時間

<資料7：転倒リスク評価表>

転倒リスク評価表

評価実施日		年	月	日	(回目評価)
氏名	年	月	日生	(歳)	評価者名

転倒スコア	はい	いいえ
1 つまずくことがありますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 手すりにつかまらず、階段の昇り降りができますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 歩く速度が遅くなってきましたか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 横断歩道を青のうちにわたりきれますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 1キロメートルくらい続けて歩けますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 片足で5秒くらい立つことができますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 杖をつかっていますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 タオルは固く絞れますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 めまい、ふらつきがありますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 背中が丸くなってきましたか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 膝が痛みますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 目が見えにくいですか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 耳が聞こえにくいですか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 もの忘れが気になりますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 転ばないかと不安になりますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 毎日、お薬を5種類以上飲んでいきますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 家の中で歩くと暗く感じますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 廊下、居間、玄関によけて通るものがありますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 家の中に段差がありますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 階段を使わなくてはなりませんか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 生活上、家の近くの急な坂道を歩きますか	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
はいの合計数		個