

塩竈市基本チェックリスト

被 保 険 者	被保険者番号	0	0	0	0							記入日	令和	年	月	日	
	フリガナ											生年月日	年	月	日	性 別	男・女
	氏名																
	住所											電話番号		-	-		
	状態区分	なし・要支援()・要介護()		世帯状況		一人暮らし・高齢者世帯・その他()人											
	相談内容																
	希望するサービス	1. 通所サービス 2. 訪問サービス 3. その他()															

記 入 者	氏名	続柄()			連絡先	-	-
	住所						

No.	質 問 項 目	回答：いずれかに○をお付けください	
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
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
11	6カ月間で2～3kg 以上の体重減少がありましたか	1.はい	0. いいえ
12	身長と体重を記入してください 【身長 cm、体重 kg、(BMI=) (注)】		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0. いいえ
14	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
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0. いいえ
16	週に1回以上は外出していますか	0.はい	1. いいえ
17	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
18	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
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	0.はい	1. いいえ
20	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
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	1.はい	0. いいえ
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	1.はい	0. いいえ
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今はおっくうに感じられる	1.はい	0. いいえ
24	(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
25	(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

(注) 「BMI」 = 「体重 (kg)」 ÷ 「身長 (m)」 ÷ 「身長 (m)」 が 18.5 未満の場合に該当する

※ 介護予防サービス等の利用にあたり、地域包括支援センターに情報提供いたします。