

(参考)

運動器の機能向上マニュアル

(平成17年12月、運動器の機能向上についての研究班)(抜粋)

3. サービスの内容 参照<5. 資料>

3.4. 介護予防特定高齢者施策

3.4.4. 事前アセスメント

(2) 体力測定

- － 握力
- － 開眼片足立ち時間
- － 機能的移動能力 (Timed Up & Go Test 等)
- － 歩行能力 (通常歩行速度、最大歩行速度)

3.4.9. 事後アセスメント

(2) 体力測定

- － 握力
- － 開眼片足立ち時間
- － 機能的移動能力 (Timed Up & Go Test 等)
- － 歩行能力 (通常、最大)

3.5. 新予防給付の場合

3.5.2. 事前アセスメント

(3) 体力測定

- － 握力
- － 下肢筋力
- － ファンクショナルリーチ
- － 開眼片足立ち時間
- － 機能的移動能力 (Timed Up & Go Test 等)
- － 歩行能力 (通常、最大)

※ 対象者が体力測定に不安を訴える場合は、無理をしない。

※ 体調に異変があった場合は、速やかに医師等医療従事者に伝える。

3.5.6. 事後アセスメント

(2) 体力測定

- － 握力
- － 下肢筋力
- － ファンクショナルリーチ
- － 開眼片足立ち時間
- － 機能的移動能力 (Timed Up & Go Test 等)
- － 歩行能力 (通常、最大)

5. 資料

<資料6. 身体機能評価マニュアル>

・片脚立ち時間 (開眼) - - - バランス能力

(1) 両手は側方に軽くおろし、片足を床から離し、次のいずれかの状態が発生するまでの時間を測定する。

(1) 支持脚の位置がずれたとき

- － 支持脚以外の体の一部が床に触れたとき
- － 支持脚が右か左かを記録しておく。

(2) 測定者は対象者の傍らに立ち、安全を確保する。

(3) 測定時間は60秒以内とし、2回測定する。

(4) 教示は「目を開けたまま、この状態をできるだけ長く保ってください」に統一する。