

# 基本チェックリストについて

## 地域支援事業

地域支援事業は、介護予防事業、包括的支援事業（介護予防ケアマネジメント業務、総合相談支援業務、権利擁護業務及び包括的・継続的ケアマネジメント支援業務をいう。）及びその他の地域支援事業を行うことにより、被保険者が要介護状態又は要支援状態（以下「要介護状態等」という。）となることを予防するとともに、要介護状態等となった場合においても、可能な限り、地域において自立した日常生活を営むことができるよう支援することを目的とするものである。

## 介護予防事業

### ・二次予防事業

（目的）二次予防事業は、主として要介護状態等となるおそれの高い状態にあると認められる65歳以上の者を対象として実施することを基本とし、二次予防事業の対象者が要介護状態等となることを予防することを通じて、一人ひとりの生きがいや自己表現のための取組を支援し、活動的で生きがいのある生活や人生を送ることができるよう支援すること。

（種類）①二次予防事業の対象者把握事業

②通所型介護予防事業

③訪問型介護予防事業

④二次予防事業評価事業

（対象者）基本チェックリストにおいて、次の i から iv までのいずれかに該当する者を、要介護状態等となるおそれの高い状態にあると認められる者として、二次予防事業の対象者とする。

i 1 から 20 までの項目のうち 10 項目以上に該当する者

ii 6 から 10 までの 5 項目のうち 3 項目以上に該当する者

iii 11 及び 12 の 2 項目すべてに該当する者

iv 13 から 15 までの 3 項目のうち 2 項目以上に該当する者

また、要介護認定において、非該当と判定された者については、基本チェックリストを実施しなくても二次予防事業の対象者とする。

### ・一次予防事業

（目的）一次予防事業（主として活動的な状態にある高齢者を対象に生活機能の維持又は向上に向けた取組を行うことをいう。）に係る事業（以下「一次予防事業」）は、地域において介護予防に資する自発的な活動が広く実施され、地域の高齢者が自ら活動に参加し、介護予防に向けた取組が主体的に実施されるような地域社会の構築を目指して、健康教育、健康相談等の取組を通じて介護予防に関する活動の普及・啓発や地域における自発的な介護予防に資する活動の育成・支援を行うこと。

## 基本チェックリスト

No.	質問項目	回答	
		(いずれかに○をお付け下さい)	
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か月間で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            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言われますか	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で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未満の場合に該当とする。

## 基本チェックリストの質問項目と評価の視点

基本チェックリストの質問項目				評価の視点	
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	→	咀嚼機能の評価 咀嚼機能低下があっても食べるものを意識的にやわらかいものに変えている場合も多い。
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	→	はい	→	嚥下機能の評価 とろみのない液体はむせを生じやすい。
15	口の渴きが気になりますか	→	はい	→	口腔乾燥の評価 口腔内は唾液により潤いが保たれた状態が正常であり、乾燥すると飲み込みにくくなる。