

資料 8

介護予防関連体力測定記録用紙

年 クラス 番号： 氏名：

測定項目		事前 (/)		事後 (/)		変化					
健康状態		よい ・ 普通 ・ 悪い		よい ・ 普通 ・ 悪い							
握 力	①	kg	右 ・ 左	①	kg	右 ・ 左					
	②	kg		②	kg						
長座体前屈		①	cm	②	cm	①	cm	②	cm		
開眼片足立ち	①	秒	右 ・ 左	①	秒	右 ・ 左					
	②	秒		②	秒						
ファンクショナルリーチ	①	cm	右 ・ 左	①	cm	右 ・ 左					
	②	cm		②	cm						
Timed up & go テスト		①	秒	②	秒	①	秒	②	秒		
生 活 体 力	起居能力		①	秒	②	秒	①	秒	②	秒	
	歩行能力		①	秒	②	秒	①	秒	②	秒	
	手腕作業能力		①	秒	②	秒	①	秒	②	秒	
	身辺作業能力		①	秒	②	秒	①	秒	②	秒	
	総合動作能力		①	秒	②	秒	①	秒	②	秒	
歩 行 テ ス ト	通常歩行	①	秒	補助具使用	①	秒	補助具使用				
		②	秒	有 ・ 無	②	秒	有 ・ 無				
	最大歩行	①	秒	補助具使用	①	秒	補助具使用				
		②	秒	有 ・ 無	②	秒	有 ・ 無				

※補助具とは、杖、4点杖などを指す。