|  |
| --- |
| 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。 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |