

フレイルティ評価票【FR-IC^{*1} Index】 代替質問項目一覧表

★のついた項目は、心身の総合的能力を表す内在的能力（Intrinsic capacity、WHO 提唱）の算出に使用できます。

基本的日常生活活動 | 日常生活を送るために必要な動作を行うことができるかを評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE ^{*2} (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
1 全ての入浴動作が自分でできますか。 ※シャワー浴、自分で浴槽内に入浴。	CGA7 ^{*3} ▶「お風呂は自分ひとりで入って、洗うのに手助けは要りませんか」 Katz Index▶完全に1人で入浴が可能。または、背部や障害のある手足1カ所のみを洗うために介助が必要	ADL▶入浴	ICF ステージング ^{*5} ▶7a(入浴動作)
2 全ての衣類や靴、装具やコルセットの着脱ができますか。	Katz Index▶タンスや引き出しから衣類を出し、服・コート・装具を身につける（ファスナーを閉めることや靴ひもを結ぶことは除外する）	ADL▶更衣	ICF ステージング▶8c(衣服の着脱)
3 全てのトイレ動作が自分でできますか。 ※ポータブルトイレや尿器を使用して洗浄などもできる。手すりや福祉用具を使用しているが自分で全てできる。	CGA7▶「トイレで失敗してしまうことはありませんか」 Katz Index▶トイレに行き、便器に近づいたり離れたり、衣類を操作し、後始末ができる（夜間のみベッドで便器や自助具を使用してもよい）	ADL▶トイレ動作	ICF ステージング▶6a(排泄の動作)
4 車椅子やベッドの移乗が全て自分でできますか。	Katz Index▶自力でベッドに入り、ベッドから離れる。椅子に腰かけ、椅子から離れる（自助具を使用してもよい）	ADL▶椅子とベッド間の移乗	ICF ステージング▶2(基本動作)
5 失禁がなく排便や排尿コントロールが可能ですか。 ※坐薬や浣腸を使ってもよい。脊椎損傷者などは尿器の着脱や清掃管理ができています。	Katz Index▶排尿・排便操作が完全に自分でできる	ADL▶排尿コントロール	—
6 自分で食事をとり適切な時間内に食べることができますか。 ※自助具を自分で装着して食事を食べることができます。	Katz Index▶食事を皿からとり、口に入れる	ADL▶食事	ICF ステージング▶5b(食事動作および食事介助)

手段的日常生活活動 | 日常生活に必要な、比較的複雑な活動を行うことができるかを評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
7 一般的な家事を一人で大方こなすことができますか。 ※家事には、食事の準備や洗濯等以外に、日曜大工や庭仕事を含めてもよい。	Lawton ^{*6} ▶【家事】力仕事以外の家事を一人でこなすことができる DASC-21 ^{*7} ▶「自分で食事の準備はできますか」 FAI ^{*8} ▶家の修理（日曜大工等）や車の手入れをしている	—	リハビリテーションマネジメント可算▶活動(IADL)〔洗濯〕や〔掃除や整頓〕
8 携帯電話を使うことができますか。 ※スマートフォンを含む。	Lawton▶【電話をする能力】自分で番号を調べて電話をかけることが出来る DASC-21▶「電話をかけることができますか」 基本チェックリスト▶「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」	生活・認知機能尺度▶「テレビやエアコンなどの電化製品を操作できますか」	—

移動能力★ | 日常生活における移動能力について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
9 家（屋内）の中での移動は一人でできますか。	DASC-21▶「家の中での移動は一人でできますか」	ADL▶平地歩行	—
10 15分位続けて歩いていますか。 ※ふだん歩く機会のない方は、15分歩けるか。	基本チェックリスト▶「15分位続けて歩いていますか」 後期高齢者の質問票・簡易フレイルインデックス▶「以前に比べて歩く速さが遅くなってきたと思いますか」 J-CHS ^{*9} ▶歩行速度低下（実測（通常歩行速度 < 1.0 m/秒））	—	—

外出 | 日常生活における外出について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
11 週に1回以上、外出していますか。 ※デイサービス利用などを含む。	—	—	自立支援促進加算▶支援実績（1週間あたりの外出）

転倒 | 日常生活における転倒について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
12 転倒に対する不安がありますか。	基本チェックリスト▶「転倒に対する不安は大きいですか」	—	—

視力★ | 「見えづらい」といった視力の状態を評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
13 目がよく見えますか。 ※眼鏡・コンタクトなどの使用時を含む。	「雑誌や新聞の字が読みづらいことがありますか」	—	—

聴力★ | 「聞こえづらい」といった聴力の状態を評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
14 耳がよく聞こえますか。 ※補聴器などの使用時を含む。	「小声で話されると聞き取りづらいことがありますか」	—	—

※1 FR-IC : Frailty-Intrinsic Capacity、※2 LIFE : Long-term care Information system For Evidence (科学的介護情報システム)、※3 CGA7 : Comprehensive Geriatric Assessment、※4 ADL : Activities of daily living、※5 ICF ステージング : International Classification of Functioning, Disability and Health ステージング、※6 Lawton : Lawton Instrumental Activities of Daily Living Scale、※7 DASC-21 : The Dementia Assessment Sheet for Community-based Integrated Care System-21、※8 FAI : Frenchay Activities Index、※9 J-CHS : J-Cardiovascular Health Study、※10 PSQI : Pittsburgh Sleep Quality Index、※11 BMI : Body Mass Index、※12 AWGS : Asian Working Group for Sarcopenia、※13 CHS : Cardiovascular Health Study、※14 聖隷式 : 聖隷式嚙下質問紙、※15 老研式 : 老研式活動能力指標、※16 MMSE : Mini-Mental State Examination、※17 DBD13 : Dementia Behavior Disturbance scale13、※18 GDS-5 : Geriatric Depression Scale5、※19 JPHC Study : Japan Public Health Center-based Prospective Study

疾病 | 既往について確認します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
15 ~ 20 各疾病	—	診断名	自立支援促進加算▶現状の評価 (診断名)

服薬 | 処方薬に限らず市販薬を含め、服薬の状況 (多剤服用か) を評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
21 毎日、お薬を5種類以上飲んでますか。	—	服薬情報	かかりつけ医連携薬剤調整加算/薬剤管理指導▶服薬情報

睡眠 | 普段の睡眠状況について評価します。睡眠薬服用等の客観的な状況から評価することもできます。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
22 よく眠れていますか。※睡眠薬服用時は「いいえ」とする。	PSQI ^{※10} ▶睡眠の質の評価/睡眠薬の頻度	—	—

栄養 | 栄養状態について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
23 BMI ^{※10} (体格指数:体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))	AWGS ^{※12} ▶下腿周囲長 (男性 <34cm、女性 <33cm)	身長・体重	—
24 6か月間で、2kg以上の (意図しない) 体重減少はありましたか。	CHS ^{※13} ▶意図しない年間4.5kgまたは5%以上の体重減少 基本チェックリスト・後期高齢者の質問票・簡易フレイルインデックス▶「6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか」	体重をもとに算出	—

口腔・嚥下 | 食べるための機能について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
25 硬いものが食べにくいですか。 ※義歯などの使用時を含む。	後期高齢者質問票▶「半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか」※ささいか、たくあんなど 聖隷式 ^{※14} ▶「硬いものが食べにくくなりましたか」	—	栄養マネジメント強化可算/栄養アセスメント可算▶食生活状況等 (固形の食べ物を咀嚼しやすく中にむせる)
26 お茶や汁物などでむせることがありますか。	基本チェックリスト▶「お茶や汁物等でむせることがありますか」 聖隷式▶「お茶を飲むときにむせることがありますか」	口腔・栄養 [むせ]	栄養マネジメント強化可算/栄養アセスメント可算▶食生活状況等 (水分でむせる)

活力 | 食や周囲との関わりに対する意欲について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
27 食欲はありますか。	後期高齢者質問票▶「1日3食きちんと食べていますか」	Vitality Index▶食事 (自分から進んで食べようとする)	Vitality Index▶自分から進んで食べようとするか 栄養マネジメント強化可算/栄養アセスメント可算▶食生活状況等 (本人の意欲)
28 自分から挨拶したり、話しかけたりしますか。	—	Vitality Index▶自分から挨拶するか、話しかけるか	—

認知機能 | 「読む」「覚える」などの認知機能について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
29 新聞、本や雑誌などの書物を読んだり、テレビやラジオの教養番組を視聴したりしていますか。	老研式 ^{※15} ▶「新聞を読んでいますか」「本や雑誌を読んでいますか」	—	リハビリテーションマネジメント可算▶活動 (IADL) [読書]
30 周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあるとされますか。	基本チェックリスト▶「今日が何月何日かわからない時がありますか」 DASC-21▶「財布や鍵など、物を置いた場所がわからなくなることがありますか」「道に迷って家に帰ってこれなくなることがありますか」 MMSE ^{※16} ▶23点以下/24点以上	DBD13 ^{※17} ▶「忘れてしまうことが多いため、同じことを何度も聞いてしまう」	—

社会関係 | 高齢者の方が周囲の方々と関わる様子やその頻度について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
31 仕事・ボランティア・趣味の会などに参加していますか。社会参加が難しい場合には、施設や家庭などでの役割 (家事、人の世話、相談相手など) がありますか。	基本チェックリスト▶「家族や友人の相談にのっていますか」	—	自立支援促進可算▶支援実績 (1週間あたりの趣味・アクティビティ・役割活動) ICF ステージング▶9a (余暇) リハビリテーションマネジメント可算▶活動 (IADL) [趣味] [仕事] 興味・関心チェックシート▶ [友達とおしゃべり・遊ぶ] [デート・異性との交流] [居酒屋に行く] [ボランティア] [地域活動] [お参り・宗教活動]
32 一日一回以上、誰かと話をしていますか。 ※医療従事者等も含む。	後期高齢者質問票▶「ふだんから家族や友人と付き合いがありますか」	—	ICF ステージング▶9b (社会交流)
33 あなたに気を配ったり思いやりしてくれる人はいますか。※医療従事者等も含む。	後期高齢者質問票▶「体調が悪いときに、身近に相談できる人がいますか」	—	—

こころ | 日常生活における楽しみや人生の充実感について評価します。

項目	代替質問項目の例	LIFE (体制加算項目)	LIFE (体制加算項目以外)
34 生活のなかに何か楽しみがありますか。	後期高齢者質問票▶「毎日の生活に満足していますか」 GDS-5 ^{※18} ▶「生きていても仕方がないと思う気持ちになることがありますか」 JPHC Study ^{※19} ▶「ご自身の生活を楽しんでいると思われませんか」	—	自立支援促進可算▶支援実績 (1週間あたりの趣味・アクティビティ・役割活動)
35 振り返ってみると、「自分はよくやってきた」と思いますか。	基本チェックリスト▶「毎日の生活に充実感がない」「自分が役に立つ人間だと思えない」 CGA7▶「自分が無力だと思えますか」	—	—