

## 付録1 日本語版 FAI (Frenchay Activities Index) 自己評価表

※普段の生活の様子に関する15の質問に対して、最も近い回答を選びその番号(0, 1, 2, 3)を  
〔 〕内に記入してください。

合計得点〔 〕

◎最近の3か月間の状態(問1~問10)

0:していない 1:週1回未満であるがしている 2:週1~2回程度している  
3:ほとんど毎日している

1. 〔 〕 食事の用意: 実際に献立、準備、調理をすること
2. 〔 〕 食事の片づけ: 食器類を運び、洗い、拭き、しまう

0:していない 1:月1回未満であるがしている 2:月1~3回程度している  
3:週1回以上している

3. 〔 〕 洗濯: 手洗い、コインランドリーなど洗濯方法は問わないが、洗い乾かすこと
4. 〔 〕 掃除や整頓: モップや掃除器を使った清掃、衣類や身の回りの整理・整頓など
5. 〔 〕 力仕事: 布団の上げ下ろし、雑巾で床を吹く、家具の移動や荷物の運搬など
6. 〔 〕 買い物: 品物の数や金額を問わないが、自分で選んだり購入したりすること
7. 〔 〕 外出: 映画、観劇、食事、酒飲み、会合などで出かけること
8. 〔 〕 屋外歩行: 散歩、買い物、外出などのために、少なくとも15分以上歩くこと
9. 〔 〕 趣味: 園芸、編物、スポーツなどを行う。テレビで見るだけでは趣味に含めない。自分で何かをすることが必要である
10. 〔 〕 交通手段の利用: 自転車、車、バス、電車、飛行機などを利用する

0:していない 1:週1回未満であるがしている 2:月1~3回程度している  
3:少なくとも毎週している

11. 〔 〕 旅行: 車、バス、電車、飛行機などに乗って楽しみのために両行をすること。出張など仕事のための旅行は含まない

0:していない 1:ときどき、草抜き、芝刈り、水まき、庭掃除などを行っている 2:定期的に行っている 3:定期的に行っている。必要があれば、掘り起こし、植え替えなどもしている

12. 〔 〕 庭仕事:

0:していない 1:電球その他の部品の取り換え、ネジ止めなどとしている 2:ペンキ塗り、室内の模様替え、車の点検・洗車などとしている 3:家の修理や車の整備をしている

13. 〔 〕 家や車の手入れ:

0:していない 1:半年に1回程度読んでいる 2:月1回程度読んでいる  
3:月2回以上読んでいる

14. 〔 〕 読書: 通常の本を対象とし、新聞、週刊誌、パンフレット類はこれに含まない

0:していない 1:週に10時間未満働いている 2:週に10~30時間働いている  
3:週に30時間以上働いている

15. 〔 〕 勤労: 常勤、非常勤、パートを問わないが、収入を得るもの。ボランティア活動は仕事に含めない

※備考欄

## 付録2 LSA(Life Space Assessment)評価シート・得点計算方法

### LSA(Life Space Assessment)評価シート

この4週間の活動範囲について、項目ごとにそれぞれ一つだけ選んでください。

生活空間レベル1	a.	この4週間、あなたは自宅で寝ている場所以外の部屋に行きましたか。	①はい ②いいえ
	b.	この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	①週1回未満 ②週1~3回 ③週4~6回 ④毎日
	c.	上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	①はい ②いいえ
	d.	上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	①はい ②いいえ
生活空間レベル2	a.	この4週間、玄関外、ベランダ、中庭、(マンションの)廊下、車庫、庭または敷地内の通路などの屋外に出ましたか。	①はい ②いいえ
	b.	この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	①週1回未満 ②週1~3回 ③週4~6回 ④毎日
	c.	上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	①はい ②いいえ
	d.	上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	①はい ②いいえ
生活空間レベル3	a.	この4週間、自宅の庭またはマンションの建物以外の近隣の場所に外出しましたか。	①はい ②いいえ
	b.	この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	①週1回未満 ②週1~3回 ③週4~6回 ④毎日
	c.	上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	①はい ②いいえ
	d.	上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	①はい ②いいえ
生活空間レベル4	a.	この4週間、近隣よりも離れた場所(ただし町内)に外出しましたか。	①はい ②いいえ
	b.	この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	①週1回未満 ②週1~3回 ③週4~6回 ④毎日
	c.	上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	①はい ②いいえ
	d.	上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	①はい ②いいえ
生活空間レベル5	a.	この4週間、町外に外出しましたか。	①はい ②いいえ
	b.	この4週間で、上記生活空間に何回行きましたか。	①週1回未満 ②週1~3回 ③週4~6回 ④毎日
	c.	上記生活空間に行くのに、補助具または特別な器具を使用しましたか。	①はい ②いいえ
	d.	上記生活空間に行くのに、他者の助けが必要でしたか。	①はい ②いいえ

## LSA (Life Space Assessment) 得点計算方法

a	①はい (※) ②いいえ (0点) ※レベル1 (1点) レベル2 (2点) レベル3 (3点) レベル4 (4点) レベル5 (5点)
b	①週1回未満 (1点) ②週1~3回 (2点) ③週4~6回 (3点) ④毎日 (4点)
c d	cd両方「②いいえ」→ (2点) cのみ「①はい」→ (1.5点) dのみ「①はい」、またはcd両方「①はい」→ (1点)

レベルごとに a、b、cd の点数を掛け合わせ、レベル1~5の合計点で0~120点の範囲

$$\begin{aligned} & \text{レベル1 (a} \times \text{b} \times \text{cd)} + \text{レベル2 (a} \times \text{b} \times \text{cd)} + \text{レベル3 (a} \times \text{b} \times \text{cd)} \\ & + \text{レベル4 (a} \times \text{b} \times \text{cd)} + \text{レベル5 (a} \times \text{b} \times \text{cd)} = \text{LSA 合計点数 (0} \sim \text{120 点)} \end{aligned}$$