

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。

◎最近の３か月間の状態（問１～問１０）

合計得点〔 〕

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：モップや掃除機を使った清掃、衣類や身の回りの整理・整頓など
- ５．〔 〕 カ仕事：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旅行をすること。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めない

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