

Functional Balance Scale

被検者名 _____ 性別 男・女 _____ 年齢 _____ 検査日 _____ 年 月 日

<p>1. 椅座位から立ち上がり 指示「手を使わずに立ってください」</p> <p>4 : 立ち上がり可能, 手を使用せずに安定して可能 3 : 手を使用して一人で立ち上がりが可能 2 : 数回の施行後, 手を使用して立ち上がりが可能 1 : 立ち上がり, または安定のために最小の介助が必要 0 : 立ち上がりに中等度ないし高度の介助が必要</p>	<p>8. 上肢前方到達 指示「上肢を90°屈曲し, 指を伸ばして前方へできる限り手を伸ばして下さい。」</p> <p>4 : 25cm以上前方到達可能 3 : 12.5cm以上前方到達可能 2 : 5cm以上前方到達可能 1 : 手を伸ばせるが監視が必要 0 : 転倒を防ぐための介助が必要</p>
<p>2. 立位保持 指示「つかまらずに2分間立ってください」</p> <p>4 : 安全に2分間の立位保持が可能 3 : 監視下で2分間の立位保持が可能 2 : 30秒間立位保持が可能 1 : 数回の施行にて30秒間立位保持が可能 0 : 介助なしには30秒間立位保持不能 2分間安全に立位保持ができれば座位保持の項目は4点とし, 着座の項目に進む。</p>	<p>9. 床から物を拾う 指示「足の前にある靴を拾って下さい」</p> <p>4 : 安全かつ簡単に靴を拾うことが可能 3 : 監視下にて靴を拾うことが可能 2 : 拾えないが靴まで2.5~5cmくらいの所まで手を伸ばすことができ, 自分で安定を保持できる 1 : 拾うことができず, 監視が必要 0 : 転倒を防ぐための介助が必要</p>
<p>3. 座位保持(両足を床に着け, もたれずに座る) 指示「腕を組んで2分間座ってください」</p> <p>4 : 安全に2分間の座位保持が可能 3 : 監視下で2分間の座位保持が可能 2 : 30秒間の座位保持が可能 1 : 10秒間の座位保持が可能 0 : 介助なしには10秒間の座位保持不能</p>	<p>10. 左右の肩越しに後ろを振り向く 指示「左肩越しに後ろを振り向き, 次に右を振り向いてください」</p> <p>4 : 両側から後ろを振り向くことができ, 体重移動が良好 3 : 片側のみ振り向くことができ, 他方は体重移動が少ない 2 : 側方までしか振り向けないが安定している 1 : 振り向く時に監視が必要 0 : 転倒を防ぐための介助が必要</p>
<p>4. 着座 指示「座ってください」</p> <p>4 : ほとんど手を用いずに安全に座れる 3 : 手を用いてしゃがみ込みを制御する 2 : 下腿後面を椅子に押しつけてしゃがみ込みを制御する 1 : 一人で座れるがしゃがみ込みを制御できない 0 : 座るのに介助が必要</p>	<p>11. 360°回転 指示「完全に1周回転し止まって, 反対側に回転して下さい」</p> <p>4 : それぞれの方向に4秒以内で安全に360°回転が可能 3 : 一側のみ4秒以内で安全に360°回転が可能 2 : 360°回転が可能だが, 両側とも4秒以上かかる 1 : 近位監視, または言語指示が必要 0 : 回転中介助が必要</p>
<p>5. 移乗 指示「椅子からベッドに移り, また椅子に戻ってください。まず肘掛けを使用して移り, 次に肘掛けを使用しないで移って下さい」</p> <p>4 : ほとんど手を用いずに安全に移乗が可能 3 : 手を用いれば安全に移乗が可能 2 : 言語指示, あるいは監視下にて移乗が可能 1 : 移乗に介助者1名が必要 0 : 安全確保のために2名の介助者が必要</p>	<p>12. 段差踏み換え 指示「台上に交互に足を乗せ, 各足を4回ずつ台に乗せて下さい」</p> <p>4 : 支持なしで安全かつ20秒以内に8回踏み換えが可能 3 : 支持なしで8回踏み換えが可能だが, 20秒以上かかる 2 : 監視下で補助具を使用せず4回の踏み換えが可能 1 : 最小限の介助で2回以上の踏み換えが可能 0 : 転倒を防ぐための介助が必要, または施行困難</p>
<p>6. 閉眼立位保持 指示「目を閉じて10秒間立っていて下さい」</p> <p>4 : 安全に10秒間, 閉眼立位保持可能 3 : 監視下にて10秒間, 閉眼立位保持可能 2 : 3秒間の閉眼立位保持可能 1 : 3秒間の閉眼立位保持できないが安定して立ってられる 0 : 転倒を防ぐための介助が必要</p>	<p>13. 片足を前に出して立位保持 指示「片足を他方の足のすぐ前に, まっすぐ出して下さい。困難であれば, 前の足を後ろの足から十分離してください」</p> <p>4 : 自分で継ぎ足位をとり, 30秒間保持可能 3 : 自分で足を他方の足の前に置くことができ, 30秒間保持可能 2 : 自分で足をわずかにずらし, 30秒間保持可能 1 : 足を出すのに介助を要するが, 15秒間保持可能 0 : 足を出す時, または立位時にバランスを崩す</p>
<p>6. 閉脚立位保持 指示「足を閉じてつかまらずに立っていて下さい」</p> <p>4 : 自分で閉脚立位ができ, 1分間安全に立位保持が可能 3 : 自分で閉脚立位ができ, 監視下にて1分間立位保持可能 2 : 自分で閉脚立位ができるが, 30秒間の立位保持不能 1 : 閉脚立位をとるのに介助が必要だが, 閉脚で15秒間保持可能 0 : 閉脚立位をとるのに介助が必要で, 15秒間保持不能</p>	<p>14. 片足立ち保持 指示「つかまらずにできる限り長く片足で立って下さい」</p> <p>4 : 自分で片足を挙げ, 10秒間以上保持可能 3 : 自分で片足を挙げ, 5~10秒間保持可能 2 : 自分で片足を挙げ, 3秒間以上保持可能 1 : 片足を挙げ3秒間保持不能であるが, 自分で立位を保てる 0 : 検査施行困難, または転倒を防ぐための介助が必要</p>

検者名 _____

得点 _____ / 56 (_____ %)