

チェックテスト 解答

4章 応用動作, IADL

1 調理活動 (p.161)

①

基本的には立位作業が多く、30分から1時間程度の継続的な作業となるため、立位保持能力と動的立位バランス機能に加えて耐久性も必要である。具体的な動作には、冷蔵庫や収納棚などから食材を取り出し、食材を切ったりする下ごしらえ、鍋やフライパンなどの調理器具を取り出し、コンロにかけ、油や調味料などを取り出して調理し、食器に盛りつけるといった動作である

②

①献立を決める、②食材の準備をする、③食材の下ごしらえをする（皮をむく、切るなど）、④調理をする（茹でる、焼く、炒めるなど）、⑤味付けをする、⑥盛り付けをする、⑦片付けをする、といった一連の活動である

③

遂行機能、注意機能、ワーキングメモリ

④

固定金具付きまな板、重し、ぬれ布巾、滑り止めマット、スライサー、ピーラー、トンガ、キッチンバサミ、ワゴンなど

⑤

関節保護とエネルギー保存

⑥

収納品の確認ができるよう、対象者の目線の高さを上限とし、下限はリーチ範囲内とする

2 家事動作：掃除・洗濯 (p.167)

①

ほうきで床を掃く、掃除機をかける、床を拭く、

テーブルや棚などを拭く、整理整頓などがある

②

掃除は基本的に立位での動的作業が多く、独歩やしゃがみ動作が可能な下肢機能とバランスを得ていることが望ましい

③

コードレス掃除機、ロボット掃除機、床用モップ、シートモップ、ハンディモップ、掃除用ウェットペーパー、本型雑巾、電動ポリッシャーなど

④

大きな洗濯ネットを使用する。室内用物干しを利用する。ピンチハンガーから衣服をはずす場合、大きめの洗濯かごを下に置き、洗濯ばさみをつまんで洗濯物をかごに落としてとりこむ、など

3 育児 (p.173)

①

授乳、おむつ交換、だっこ、沐浴、移動方法など

②

生まれて28日未満の新生児期、28日以降から1歳未満の乳児期、満1歳から小学校就学の直前に達するまでの幼児期

③

「食物（乳）を与える」「排泄物の処理、衛生的な環境管理」「安全な環境を作る」

④

脊髄損傷女性では、性ホルモンによって卵巣・子宮は機能しており、妊娠・出産は基本的に可能。基本的にハイリスク妊娠だが、産科医による適切な管理を行えば安全に妊娠・出産することが可能

⑤

脊髄損傷者は尿路感染を起こしやすいため、妊

娠がわかった時点から陰部の清潔に留意する。妊娠 8～10 週（3 カ月）は一般妊婦において流産が起こる確率が最も高い時期であるため、腹部を圧迫したり重い物を持ったりしないように注意する。その他、体重増加による褥瘡、腹部増大による ADL 低下などにも注意が必要である

4 外出 (p.183)

①

Timed Up and Go test (TUG) : カットオフ値 13.5 秒

Functional Reach Test (FRT) : カットオフ値 15.3cm

Functional Balance Scale (FBS) : カットオフ値 45 点

Performance Oriented Mobility Assessment (POMA) : 19～24 点で中等度の転倒の危険、19 点未満で高い転倒の危険がある、とされている

②

交通機関と外出先建造物のバリアフリー、途中の障害者用トイレのチェックなど

③

屋外 : 1/20 以下 屋内 : 1/12 以下

④

できない

5 余暇活動 (p.191)

①

余暇活動の充実は心身の活動性を高め、コミュニケーションや社会参加を促し、QOL を高める可能性がある

②

興味・関心チェックシート（日本作業療法士協会、生活行為聞き取りシート（日本作業療法士協会 : MTDLP）、NPI 興味チェックリスト、日本

版・高齢者版興味チェックリスト

③

編み物、絵手紙、塗り絵、カラオケ、ゲーム、読書、園芸など

④

アクセシビリティ機能

6 スポーツ (p.195)

①

身体機能が向上し、精神的には爽快感や達成感が得られることから、ストレス発散ができ、睡眠も良くとれるようになり、心身の両面にわたって良い効果が期待できる。また他者との交流やチームプレーによる連帯感などの精神的な充足ももたらす

②

体力を向上させ、潜在的運動能力を引き出し、トリックモーションなどの代償機能の開発と習熟につながる。車いす操作能力の向上も期待できる

③

介護予防、転倒予防、認知機能向上が期待できる