

## 患者立脚肩関節評価法 Shoulder 36 (V 1.3)

回答日：20 年 月 日

名前( ) 年齢( 歳)

以下の( )のどちらかを○で囲んでください。

性別( 男性・女性 ) あなたの効き手は( 右・左 )側。

患側(悪い肩) は、( 右肩・左肩・両肩 )。

両肩とも正常でない場合は、今回どちらの肩について評価するかを決めてください。

今回は、( 右肩・左肩 )について回答します。(両肩とも悪い場合は、左右の肩それぞれについて、別個の質問票にお答えください。)

診断名( )

現在のあなたの患側の肩の状態を評価するために、以下の36項目の質問にお答えください。

重症度5段階(0～4)の点数で答えていただきます。値が大きいほど良好な状態であることを示します。医師など医療関係者の面前ではアンケートに回答しないようにしてください。

各質問項目が、

困難なく出来る場合は	4
やや困難だが出来る場合は	3
困難だが何とか自分で出来る場合は	2
かなり困難または他人の助けを借りないと出来ない場合は	1
全く出来ない場合は	0

を各項目の右の( 4・3・2・1・0 )のいずれかひとつを選び○で囲んで下さい。

普段行わない項目内容については、行った場合を想像した上でご記入下さい。項目内容がよく理解できない場合は、他のアンケート項目にお答えになった後に、医師(または担当者)にお聞きください。(極力回答してください。しかし、どうしても答えられない項目は無理に回答しなくて結構です。)

※ 本評価法を許可なく変更して使用することを禁ずる。(コピー使用可)

# 日本整形外科学会・日本肩関節学会

## 記入例

## 回答例

質問) 靴下をはく

( 4・③・2・1・0 )

それでは、以下の 36 の質問にお答えください。

回 答

1. 自宅での日常生活活動をする ( 4・3・2・1・0 )
2. 目の高さで新聞を大きく広げる ( 4・3・2・1・0 )
3. 患側の手でズボンの後ろポケットに手をのぼす ( 4・3・2・1・0 )
4. ジャケットの袖に患側の腕を通す ( 4・3・2・1・0 )
5. セーターを頭からかぶって着る ( 4・3・2・1・0 )
6. 衣服を脱ぐ ( 4・3・2・1・0 )
7. ジャケットをハンガーにかける ( 4・3・2・1・0 )
8. 頭の後ろで両手を組む ( 4・3・2・1・0 )
9. 両手で洗顔をする ( 4・3・2・1・0 )
10. 自分で髪をとかす ( 4・3・2・1・0 )
11. 患側の手で反対側のわきの下を洗う ( 4・3・2・1・0 )
12. 患側の手でシャワーヘッドを持って全身くまなく水を浴びる ( 4・3・2・1・0 )
13. タオルの両端をもって患側の手を上にして背中を洗う ( 4・3・2・1・0 )
14. 両手で雑巾 ( タオル ) を絞る ( 4・3・2・1・0 )
15. お盆 ( トレー ) でスープの入った皿を運ぶ ( 4・3・2・1・0 )
16. テーブル上の調味料 ( 醤油、食塩、コショウなど ) を患側の手を伸ばしてとる ( 4・3・2・1・0 )
17. 食事をする ( 4・3・2・1・0 )
18. エプロンのひもを後ろで結ぶ ( 4・3・2・1・0 )
19. 皿をスポンジで洗う ( 4・3・2・1・0 )
20. 患側の手で頭より上の棚に皿を置く ( 4・3・2・1・0 )

※ 本評価法を許可なく変更して使用することを禁ずる。 (コピー使用可)

## 日本整形外科学会・日本肩関節学会

- |  |               |
|--|---------------|
| 21. 患側の手で、水がいっぱい入ったやかんを持つ                    | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 22. 拍手を 10 回する                               | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 23. 両手を挙げて背伸びをする                             | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 24. 患側を下にして寝る                                | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 25. 十分な睡眠がとれる                                | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 26. 過去 1 週間疲れなく過せた                           | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 27. 両手を横に水平に挙げ 1 分間保つ                        | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 28. 左右の手を前後に振って歩く                            | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 29. 日常生活で、普段患側（悪い方）を使って行うことを、健側（良い方）を使わずに出来る | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 30. 患側の手で目の高さの窓を拭く                           | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 31. 自宅近くでの買い物をする                             | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 32. 傘（ワンタッチでないもの）を患側の手で開く                    | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 33. バスや電車を利用する                               | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 34. 患側の手でバスや電車のつり革につかまる                      | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 35. リクリエーションレベルの運動で肩（上肢）を使う                  | ( 4・3・2・1・0 ) |
| 36. 競技レベルの運動で肩（上肢）を使う                        | ( 4・3・2・1・0 ) |

アンケートは以上で終了です。ありがとうございました。以下は記入不要です。

### 評価

ドメイン	疼痛	可動域	筋力	健康感	日常生活動作	スポーツ能力
点数						

**All right reserved by the Japanese Orthopaedic Association (2010)**

※ 本評価法を許可なく変更して使用することを禁ずる。 (コピー使用可)