

第1群**1-4 起き上がり（能力）**

1-4 起き上がり	評価軸：①能力
	<ol style="list-style-type: none"> 1. つかまらないでできる 2. 何かにつかまればできる 3. できない

(1) 調査項目の定義

「起き上がり」の能力を評価する項目である。

ここでいう「起き上がり」とは、身体の上にふとんをかけないで寝た状態から上半身を起こすことができるかどうかの能力である。

身体の上にふとん等をかけない時の状況で選択する。

調査対象者に実際に行ってもらい、あるいは調査対象者や介護者からの日頃の状況に関する聞き取り内容から、選択する。

(2) 選択肢の選択基準**「1. つかまらないでできる」**

- ・何にもつかまらないで自力で起き上がることができる場合をいう。習慣的に、体を支える目的ではなく、ベッド上に手や肘をつきながら起き上がる場合も含まれる。

「2. 何かにつかまればできる」

- ・ベッド柵、ひも、バー、サイドレール等、何かにつかまれば自力で起き上がりができる場合をいう。

「3. できない」

- ・介助なしでは自力で起き上がることができない等、起き上がりに介助が必要な場合をいう。途中で自分でできても最後の部分で介助が必要である場合も含まれる。

(3) 調査上の留意点及び特記事項の記載例

寝た状態から上半身を起こす行為を評価する項目であり、うつ伏せになってから起き上がる場合等、起き上がりの経路については限定しない。

自分の膝の裏をつかんで、反動を付けて起き上がれる場合等、自分の体の一部を支えにしてできる場合（支えにしないと起き上がれない場合）は、「2.何かにつかまればできる」を選択する。

体を支える目的で手や肘でふとんにしっかりと加重して起き上がる場合（加重しないと起き上がれない場合）は「2.何かにつかまればできる」を選択する。

① 調査対象者に実際に行ってもらった場合

調査対象者に実際に行ってもらった状況と、調査対象者や介護者から聞き取りした日頃の状況とが異なる場合は、一定期間（調査日より概ね過去1週間）の状況において、より頻回な状況に基づき選択を行う。

その場合、調査対象者に実際に行ってもらった状況と、日頃の状況の違い、選択した根拠等について、具体的な内容を「特記事項」に記載する。

常時、ギャッチアップの状態にある場合は、その状態から評価し、調査対象者に実際に行ってもらった状況と、日頃の状況の違い、選択した根拠等について、具体的な内容を「特記事項」に記載する。

◆特記事項の例◆

調査時には、ベッド柵につかまれば自力で「起き上がり」ができたが、家族の話では、日頃は、倦怠感が強く、「3.できない」状態のことが多いとのこと。より頻回な状況に基づき、「3.できない」を選択する。

② 調査対象者に実際に行ってもらえなかった場合

調査対象者に実際に行ってもらえなかった場合は、その理由や状況について、具体的な内容を「特記事項」に記載する。

一定期間（調査日より概ね過去1週間）の状況において、より頻回に見られる状況や日頃の状況で選択する。

また、調査対象者や介護者からの聞き取り内容、選択した根拠等についても、具体的な内容を「特記事項」に記載する。

◆特記事項の例◆

調査時、体調が少し悪いとすることで、調査対象者に実際に行ってもらえなかった。家族の話では、何かにつかまっても自力で「起き上がり」ができないということで、より頻回な状況に基づき、「3.できない」を選択する。

③ 福祉用具（補装具や介護用品等）や器具類を使用している場合

補装具を使用している場合は、使用している状況で選択する。ギャッチアップ機能がついている電動ベッド等の場合はこれらの機能を使わない状態で評価する。

(4) 異なった選択が生じやすい点

対象者の状況	誤った選択	正しい選択と留意点等
自分の膝の裏をつかんで、反動を付けて起き上がることができる。	「1.できる」	「2.何かにつかまればできる」を選択する。 自分の身体につかまってもできる場合は、「2.何かにつかまればできる」を選択する。