**今までの生活　アセスメント**

**年　　月　　日**

**氏名**

* **松原市に住んで（　　　　　）年、結婚は（　　　　　）歳頃である。**
* **今までにお仕事（パートも含む）はされていましたか？　　　　　【　はい　・　いいえ　】**

**お仕事をされていた方にお聞きします。いくつまでお勤めされていましたか？**

**差し支えなければお仕事の内容もお教えください。**

* **1日の過ごし方をお伺いします。おおよそで結構です。**

**起床（　　　　時頃）　　　　　朝食（　　　　時頃）**

**◆午前中は、主に何をされていますか？**

**昼食（　　　　時頃）**

**◆午後は、主に何をして過ごされますか？**

**夕食（　　　　時頃）　　　入浴（　　　　時頃）　　　就寝（　　　　時頃）**

* **趣味・楽しみ・特技などありますか？**
* **社会参加やご近所の人との交流はありますか？当てはまるものに○をして下さい。**

**・老人会に入っている　　　　　・町会の役員をしている　　　　　・地区の委員をしている**

**・その他**

**◆近所の人との交流は？　　　　　【　多い　・　少ない　】**

* **日頃、足の筋力が落ちたとか運動不足だと感じる事はありますか？　　　　　【　はい　・　いいえ　】**

**あれば、具体的にどんな事ですか？**

* **毎日続けている運動はありますか？　あれば、具体的にお願いします。**
* **外出の機会はありますか？当てはまるものに○をして下さい。**

**1週間に（　　　　　回）くらいは外出する**

**・畑に行く　　　　　　　・買い物に行く　　　　　　　・犬の散歩（約　　　　分）　　　　　・習い事に行く**

**・お風呂に行く　　　　・病院に通院する　　　　　・その他**

* **食事の支度や掃除など、家事はどなたが行っていますか？**
* **健康面で気になる事や気をつけている事はありますか？あれば、具体的にお願いします。**

**例：高血圧があるので食事で減塩に心がけている。　持病はないが、健康の為に友人と会い気分転換をする等**