

手段的日常生活動作 (IADL) 尺度

	項目	採点	
		男性	女性
A	電話を使用する能力		
	1. 自分から電話をかける (電話帳を調べたり、ダイヤル番号を回すなど)	1	1
	2. 2、3 のよく知っている番号をかける	1	1
	3. 電話に出るが自分からかけることはない	1	1
	4. 全く電話を使用しない	0	0
B	買い物		
	1. すべての買い物は自分で行う	1	1
	2. 少額の買い物は自分で行える	0	0
	3. 買い物に行くときはいつも付き添いが必要	0	0
	4. 全く買い物はできない	0	0
C	食事の準備		
	1. 適切な食事を自分で計画し準備し給仕する		1
	2. 材料が供与されれば適切な食事を準備する		0
	3. 準備された食事を温めて給仕する、あるいは食事を準備するが適切な食事内容を維持しない		0
	4. 食事の準備と給仕をしてもらう必要がある		0
D	家事		
	1. 家事を 1 人でこなす、あるいは時に手助けを要する (例: 重労働など)		1
	2. 皿洗いやベッドの支度などの日常的仕事はできる		1
	3. 簡単な日常的仕事はできるが、妥当な清潔さの基準を保てない		1
	4. すべての家事に手助けを必要とする		1
	5. すべての家事にかかわらない		0
E	洗濯		
	1. 自分の洗濯は完全に行う		1
	2. ソックス、靴下のすすぎなど簡単な洗濯をする		1
	3. すべて他人にしてもらわなければならない		0
F	移送の形式		
	1. 自分で公的機関を利用して旅行したり自家用車を運転する	1	1
	2. タクシーを利用して旅行するが、その他の公的輸送機関は利用しない	1	1
	3. 付き添いがいたり皆と一緒に公的輸送機関で旅行する	1	1
	4. 付き添いか皆と一緒に、タクシーか自家用車に限り旅行する	0	0
	5. 全く旅行しない	0	0
G	自分の服薬管理		
	1. 正しいときに正しい量の薬を飲むことに責任がもてる	1	1
	2. あらかじめ薬が分けて準備されていていれば飲むことができる	0	0
	3. 自分の薬を管理できない	0	0
H	財産取り扱い能力		
	1. 経済的問題を自分で管理して (予算、小切手書き、掛金支払い、銀行へ行く) 一連の収入を得て、維持する	1	1
	2. 日々の小銭は管理するが、預金や大金などでは手助けを必要とする	0	0
	3. 金銭の取り扱いができない	0	0

採点法は各項目ごとに該当する右端の数値を合計する (男性 0 ~ 5、女性 0 ~ 8 点) 点数が高いほど自立していることを表す。

(出典: Lawton MP, et al: Gerontologist 1969; 9: 168-79. より)
(日本老年医学会編集/発行, 健康長寿診療ハンドブック 2011 137 ページより転載)