

日本語版 Multidimensional Falls Efficacy Scale (MdFES-J)

転倒のリスクを予防・対処する能力に対するあなたの自信について、いくつか質問をさせていただきます。続く質問それぞれにおいて、下に示されているスケールを用いて、0 から 4 の数字であなたの自信の程度を評価してください。

あなたの選択できる自信のレベルは、次のとおりです。

0 = 全く自信がない

1 = わずかに自信がある

2 = ある程度自信がある

3 = かなり自信がある

4 = 非常に自信がある

全ての質問に対して、あなたの能力の得点を、自身の判断に基づいて回答してください。

1. 安定して歩く自信はどのくらいありますか？

全く自信がない (0)	わずかに 自信がある (1)	ある程度 自信がある (2)	かなり 自信がある (3)	非常に 自信がある (4)
----------------	----------------------	----------------------	---------------------	---------------------

2. あなたがバランスを崩した時、転ばずに踏みとどまる自信はどのくらいありますか？

全く自信がない (0)	わずかに 自信がある (1)	ある程度 自信がある (2)	かなり 自信がある (3)	非常に 自信がある (4)
----------------	----------------------	----------------------	---------------------	---------------------

3. もし転倒した時、自分自身を守れる自信はどのくらいありますか？

全く自信がない (0)	わずかに 自信がある (1)	ある程度 自信がある (2)	かなり 自信がある (3)	非常に 自信がある (4)
----------------	----------------------	----------------------	---------------------	---------------------

4. 転倒した後に、地面や床から立ち上がる自信はどのくらいありますか？

全く自信がない (0)	わずかに 自信がある (1)	ある程度 自信がある (2)	かなり 自信がある (3)	非常に 自信がある (4)
----------------	----------------------	----------------------	---------------------	---------------------

Please contact Dr Ryuchi Sawa for more information: r.sawa.ia@juntendo.ac.jp