

設問1

フレイルの特徴として、誤っているものはどれか、一つ選べ。

A1	フレイルの発生や悪化と関連する要因には加齢の他、社会的な因子や環境因子も含まれる。
A2	フレイルを有する高齢者では、将来に転倒を発生する危険が高い。
A3	フレイルの状態に至ると改善が困難であるため、重症化の予防の対策が主となる。
A4	生活習慣が影響する疾患のリスク管理はフレイルの予防や改善に重要である。
A5	フレイルの認知的な側面や社会的な側面に対する介入支援も考慮すべきである。

正解 A3

フレイルの特徴のひとつに可逆性が含まれ、適切な介入や対処によって、予防や改善が期待される。

設問2

フレイルの評価方法である改訂日本語版Cardiovascular Health Study(J-CHS)基準について、正しいのはどれか、1つ選べ。

A1	精神・心理的側面の評価が含まれる。
A2	全25項目から構成されている。
A3	骨格筋量の測定が必須である。
A4	3項目以上該当した場合、フレイルと判定する。
A5	日本独自に開発された新しい評価方法である。

正解 A4

身体的側面を主とした5項目で構成され、3項目以上該当でフレイル、1～2項目該当でプレフレイル、0項目でロバスト(健常)と判定する。

設問3

労作時息切れの病態を理解する上で重要な概念である「Wassermanの歯車」を構成する臓器系に関して、次のうち構成要素に含まれるものはどれか、1つ選べ。

A1	心臓
A2	肝臓
A3	小腸
A4	胃
A5	大腸

正解 A1

「Wassermanの歯車」とは、運動時の呼吸生理や労作時息切れの病態を理解するために提唱された概念であり、主に以下の臓器・機能系の相互作用（呼吸器系）：酸素を取り込み、二酸化炭素を排出するガス交換を担う。

心臓（循環器系）：酸素を含む血液を全身に送り、特に運動時には骨格筋への血流供給が増大する。

骨格筋（末梢効果器）：酸素を用いてエネルギーを産生し、運動を実行する部位である。代謝需要が高まると、他の臓器への負担も増す。

この3つの要素（肺・心臓・骨格筋）が「歯車」として互いに作用することで、運動耐容能や呼吸困難の程度に影響すると考えられている。

設問4

フレイルについての説明で、誤っているものはどれか、一つ選べ。

A1	身体的、心理・精神的、社会的という多面的要素がある。
A2	可逆性がある（改善できる可能性がある）。
A3	運動による改善効果は期待できない。
A4	我が国では2014年に日本老年医学会が提唱した用語である。
A5	フレイルの予備軍をプレフレイルという。

正解 A3

運動による改善効果の期待が持たれている。理学療法ガイドライン第2版には、フレイル高齢者に対する運動による効果がまとめられている。

設問5

急性期医療における理学療法士が行うフレイル対策として、正しいものはどれか、1つ選べ。

A1	入院直後は状態が不安定のため、早期介入は避けるべきである。
A2	安静が最優先であり、理学療法はベッド上でのみ行う。
A3	理学療法士の病棟専従は、患者のADL維持・向上に有益である。
A4	医師、看護師は多忙のため、声をかけてはいけない。
A5	家族の来院時は、理学療法終了まで別室で待ってもらう。

正解 A3

急性期医療において、理学療法士が病棟専従として従事することは、早期介入、多職種連携、家族への情報共有などが可能となり、患者のADL向上、早期退院、社会参加促進となり、フレイル対策として有益である。

設問6

各都道府県の保健事業と介護予防の一体的実施事業を主体となって管理している部署はどれか、一つ選べ。

A1	市町村
A2	厚生労働省
A3	後期高齢者医療広域連合
A4	医師会
A5	住民

正解 A3

保険者である全国の各都道府県の後期高齢者医療広域連合（広域連合）が主体となって管理している。