

更衣・食事動作 観察ミニ記録シート（上肢 ADL）

条件 → ボトルネック → 次の一手を 3 行で残す（忙しい日用）

患者 ID： _____ 病棟/病期： _____

観察場面： ☐ 更衣 ☐ 食事 両姿勢： ☐ 座位 ☐ 立位

更衣（観察チェック）

- ☐ 条件：支持物/テーブル高/衣類固定
- ☐ 開始：麻痺側→袖/脚（可・不可）
- ☐ 把持：袖口/裾保持（滑る/離す/握り直し）
- ☐ 到達：背部/腰部（肩挙上/体幹側屈）
- ☐ 両手協調：固定手×操作手（崩れる/保てる）
- ☐ 安全：立位ふらつき/片脚支持長い（あり/なし）

メモ（更衣）：

3 行記録（固定テンプレ）

1) 条件（姿勢/環境/道具）：

2) ボトルネック（止まる場面）：

3) 次の一手（工夫/介入仮説）：

結果（今日の到達点）

更衣： ☐ 自立 ☐ 一部介助 ☐ 全介助
食事： ☐ 自立 ☐ 一部介助 ☐ 全介助

所要時間： _____ 分 休憩： _____
ムセ： ☐ なし ☐ あり

食事（観察チェック）

- ☐ 姿勢：骨盤後傾/前傾、体幹安定（崩れる/保てる）
- ☐ 距離：テーブル遠い/近い（調整可・不可）
- ☐ 配置：取りにくい方向（左前/右前/正面）
- ☐ 操作：箸/スプーン/コップ（何で安定？）

メモ（食事）：

次回までの方針（1 つだけ）

目的：

試すこと（環境/手順/道具）：