

患者 ID :	評価日 :
評価者 :	場所 :
対象・疾患（任意） :	留意点（転倒不安・疼痛など） :

## 評価前に固定する 6 点セット（再評価の再現性）

固定項目	チェック（固定できたら □ に✓）	メモ
路面・環境（屋内／平坦／交通量）	<input type="checkbox"/>	
ポール設定（長さ・ストラップ）	<input type="checkbox"/>	
先端（ゴム／スパイク）	<input type="checkbox"/>	
開始条件（体調／睡眠／疼痛）	<input type="checkbox"/>	
安全（胸部症状・めまいの有無）	<input type="checkbox"/>	
目標強度（RPE 11～13／会話可）	<input type="checkbox"/>	

## 実施記録（1 回分 | 点数ではなく“反応”を残す）

項目	目安	記録	根拠メモ（短文）
実施時間	合計 20～40 分（初期：10～15 分 × 2）		
頻度（週）	週 3～5 回		
強度	RPE 11～13／会話可能		
歩数／距離	任意（主指標 1 つ）		
SpO2（必要時）	個別の目標域		
症状	痛み／ふらつき／息切れ（増えない）		
路面・地形	平坦 → 歩数 → 地形（坂は後）		
次回の調整（時間 → 歩数 → 地形）			

## 再評価メモ（イベント・条件差・介入更新など）
