

立ち上がり動作分析 30 秒観察記録シート

A4 / 1 ページ

条件をそろえ、4 フェーズで観察し、1 行要約まで残すための実務シートです。A4 / 1 ページ

基本情報

患者 ID		評価日	
評価者		場所	
観察場面		備考	

観察前の整理

確認項目	確認	時間	視点	見る項目
椅子高さ・座面条件をそろえる	<input type="checkbox"/>	側面 0-20 秒	矢状面	足の引き込み / 前傾 / 離殿 / 伸展 / 再安定
足底接地・滑りを確認する	<input type="checkbox"/>	正面 20-30 秒	前額面	荷重左右差 / 膝の向き / 骨盤の逃げ
上肢支持の有無をそろえる	<input type="checkbox"/>			
体調・疼痛・めまいを確認する	<input type="checkbox"/>			

※ 修正は 1 つだけに絞ると比較しやすくなります。

※ 条件差がある場合は短く追記します。

4 フェーズ記録欄

フェーズ	見えたこと (事実)	修正 1 手	反応・メモ
① 準備			
② 離殿			
③ 伸展			
④ 再安定			

1 行要約・再評価メモ

1 行要約

相 → 事実 → 仮説 → 修正結果 の順で短く残します。

再評価 / 次回確認

条件差・前回との差・次に見ることを記録します。
