

車椅子ずり落ち・仙骨座り 5分チェック記録シート

患者ID： _____	評価日： _____
評価者： _____	場所： _____
車椅子・座面条件： _____	確認時姿勢： _____

1. ずり落ち原因の5分チェック（Yesがあれば右から調整）

確認項目	Yes	原因の当たり	先にやる調整・メモ
膝裏がシート前縁に当たる	<input type="checkbox"/>	座奥行が長い	膝裏に余裕を作る／クッション位置を確認
踵が浮く・足が遠い	<input type="checkbox"/>	足底支持不足	フットサポート高さ・前後位置を調整
腰背部が丸まりやすい	<input type="checkbox"/>	背もたれ支持不足	後方骨盤と腰背部の支持を作る
座面がたわむ・沈み込む	<input type="checkbox"/>	座面条件の不安定	シート張り・ベース・沈み込みを確認

2. 最初に触る3点：1箇所ずつ調整して再評価

調整点	調整内容	再評価で見える変化	所見・次回へのメモ
座奥行	膝裏の圧迫を減らす	骨盤後傾／前方滑り	
フットサポート	踵が浮かない足底接地	体幹安定／大腿の押し上げ	
背もたれ	腰背部・後方骨盤の支持	体幹屈曲／仙骨荷重	

3. 先に避けたい対応（原因を切り分けてから判断）

やりがち	起きやすい問題	先に確認すること
滑り止めだけで止める	摩擦・せん断が増えやすい	座奥行と足底支持
ベルトで引き戻す	不快感や別の崩れ方が出る	背もたれ支持と目的
毎回違う方法で座り直す	再現性がなく再発しやすい	条件と記録の型を統一

4. 記録メモ（調整点・条件・変化を短く残す）

例：座奥行を短縮し膝窩部圧迫を軽減。足底接地を確認後、10分後も前方滑り少なく不快感なし。
