

# 身体活動・SB記録シート

身体活動量と座位行動（SB）を分けて確認するための記録シート

患者ID		評価日	年 月 日
評価者		主な生活場面	<input type="checkbox"/> 病棟 <input type="checkbox"/> 外来 <input type="checkbox"/> 在宅
歩行補助具	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 杖 <input type="checkbox"/> 歩行器 <input type="checkbox"/> 車椅子	活動量計	<input type="checkbox"/> あり <input type="checkbox"/> なし
確認時間帯	<input type="checkbox"/> 午前 <input type="checkbox"/> 午後 <input type="checkbox"/> 夕方		

## 1日の過ごし方：SB・LPA・MVPAを分けて記録

時間帯	SB（座位・臥位）	LPA（軽い活動）	MVPA（運動）	メモ
午前				
午後				
夕方				

## 確認チェック：身体活動量とSBの違いを整理

<input type="checkbox"/> リハ以外の座位・臥位が長い	<input type="checkbox"/> 外出・役割活動が少ない
<input type="checkbox"/> 1時間以上座りっぱなしがある	<input type="checkbox"/> 歩数だけで評価している
<input type="checkbox"/> 午後に活動量が落ちる	<input type="checkbox"/> 活動量計の装着時間を確認

## 再評価メモ：前回との差分を確認

項目	前回	今回	変化	解釈・メモ
SBが長い時間帯				
LPAの機会				
外出・役割活動				

## 介入アイデア・次回確認

今日の介入アイデア	次回確認ポイント
メモ	