

Borgスケール記録シート

CR10・6-20対応 | 尺度・対象・時点・条件をそろえて記録

基本情報

氏名： _____ 日付： _____ 担当： _____
実施内容： _____

1. 使用尺度と評価対象を固定する

☐ CR10 ☐ 6-20 ※同一セッション・経時比較では同じ尺度を使用
評価対象 ☐ 息切れ ☐ 下肢疲労 ☐ 運動全体のきつさ ☐ その他
質問文・説明条件： _____

2. 運動・医療条件

運動方法： _____ 速度・負荷： _____
酸素条件： _____ 補助具： _____ 休憩： _____
体調・薬剤・疼痛など： _____

3. 時系列記録

取得時点	Borg値	HR	SpO2	血圧	症状・運動条件・対応
実施前	/				
運動中 ①					
運動中 ②					
終了直後					
回復期					

4. 終了理由・安全確認

☐ 予定終了 ☐ 症状 ☐ バイタル変化
主な終了理由： _____
中止・相談・報告： _____

5. 解釈・次回調整

前回比： _____
次回の負荷・条件： _____
共有事項： _____

安全上の注意

Borgは主観的指標です。数値だけで継続・中止を決めず、症状、HR、SpO2、血圧、施設基準、医師指示を統合してください。
正式なBorg尺度票は、所属施設で使用許諾を確認したものを使用してください。