

SPPB 測定・採点・再評価支援シート

4m版 | 立位バランス・4m歩行・5回立ち上がり 合計点だけでなく、実測値・条件・内訳を残す

患者ID

氏名

評価日

評価者

1 | 立位バランス

得点 / 4

姿勢	保持	記録
Side-by-side	☐ 10秒可 ☐ 不可	保持時間： 秒
Semi-tandem	☐ 10秒可 ☐ 不可	前脚： ☐ 右 ☐ 左 / 保持時間： 秒
Tandem	前脚： ☐ 右 ☐ 左 / 保持時間： 秒 (最大10秒)	

採点：Side-by-side 10秒不可=0 | Side-by-side可・Semi-tandem 10秒不可=1 | Semi-tandem可・Tandem 3秒未満=2 | Tandem 3.00-9.99秒=3 | Tandem 10秒=4

2 | 4m歩行 (普段の速さ)

得点 / 4

試行1	試行2	採用時間	歩行速度	実施可否
秒	秒	秒	m/s	☐ 可 ☐ 不可

歩行補助具

見守り・介助

靴・装具

採点：実施不可=0 | 8.70秒超=1 | 6.21-8.70秒=2 | 4.82-6.20秒=3 | 4.82秒未満=4 速度 = 4 ÷ 採用時間 (秒)

3 | 5回立ち上がり

得点 / 4

単回起立 (腕を胸の前で組む)
☐ 可 ☐ 不可

5回立ち上がり
所要時間： 秒 ☐ 完遂 ☐ 中止

椅子・座面高

上肢使用
☐ なし ☐ あり

中止・非完遂理由

採点：完遂不可または60秒超=0 | 16.70-60.00秒=1 | 13.70-16.69秒=2 | 11.20-13.69秒=3 | 11.19秒以下=4

4 | 合計・内訳・測定条件

再評価では条件も比較

SPPB 合計
/ 12

バランス
/ 4

4m歩行
/ 4

立ち上がり
/ 4

歩行指示	☐ 普段の速さ ☐ その他 ()
前回との条件差	☐ なし ☐ あり → 内容：

5 | 質的所見

点数では表れない変化も残す

立位バランス

4m歩行

5回立ち上がり

6 | 再評価メモ

点数+実測値+条件差

比較	合計	Balance	4m歩行	5回起立	条件差・所見
前回	/12	/4	秒	秒	
今回	/12	/4	秒	秒	

臨床判断の流れ：合計点 → 低い項目 → 実測値・観察事実 → 原因仮説 → 次の評価・介入

注意：本シートはrehabilikunblog独自の測定・採点・再評価支援用紙であり、公式SPPBスコアシートの複製ではありません。実施時は使用するSPPBプロトコルと所属施設の安全管理・記録ルールを優先してください。
採点基準参照：National Institute on Aging, Short Physical Performance Battery (SPPB); Guralnik JM, et al. J Gerontol. 1994;49(2):M85-M94.