

車椅子ずり落ち・仙骨座り 5分チェック＆再評価シート

3点で初期確認 → 原因候補を1つ選んで調整 → 同条件で再評価 → 改善しなければ評価を広げる

対象者		実施日		評価者	
車椅子		クッション			

1 | 最初に3点を確認する

確認点	観察	適合の目安	原因候補	判定	メモ
座奥行	膝裏が前縁に当たらない／深く座れる	骨盤を後方へ位置させても膝裏に余裕がある	長すぎる座奥行・クッション位置	☐ 適合 ☐ 要調整 ☐ 未確認	
フットサポート	足部が安定して支持される／大腿が過度に持ち上がらない	高さ・前後位置が下腿長、靴、クッション厚に合う	高い/低いで決めず、身体寸法との適合	☐ 適合 ☐ 要調整 ☐ 未確認	
背もたれ	背にもたれても骨盤が前へ逃げにくい	角度・高さ・形状が骨盤と体幹を無理なく支持する	後傾しすぎ・支持位置/形状の不適合	☐ 適合 ☐ 要調整 ☐ 未確認	

2 | 原因候補を1つ選び、1箇所だけ調整する

原因候補（1つ選ぶ）	☐ 座奥行 ☐ フットサポート ☐ 背もたれ ☐ 座面/クッション ☐ その他：
今回変えた条件	
変えずにそろえた条件	車椅子／クッション／足部支持／座り直し方法／その他：

3 | 同じ条件で再評価する

再評価項目	見るポイント	調整前	調整後	変化	メモ
骨盤後傾	前後で骨盤位置・傾きを比較			☐ 改善 ☐ 不変 ☐ 悪化	
前方滑り	坐骨・骨盤の前方移動が減ったか			☐ 改善 ☐ 不変 ☐ 悪化	
座位保持時間	同程度の時間で再びずれないか			☐ 改善 ☐ 不変 ☐ 悪化	
疼痛・不快感	新たな痛み・圧迫感がないか			☐ 改善 ☐ 不変 ☐ 悪化	
皮膚	発赤など新しい問題がないか			☐ 改善 ☐ 不変 ☐ 悪化	
活動性	上肢活動・操作・食事などを妨げないか			☐ 改善 ☐ 不変 ☐ 悪化	

再評価の結論 ☐ 改善あり → 有効な条件を共有・継続 ☐ 改善不十分 → 下の追加評価へ

4 | 改善しなければ、身体要因・座面条件へ評価を広げる

追加確認	確認の視点	所見	メモ
股関節屈曲可動域	必要な屈曲が得られず骨盤後傾で代償していないか	☐ 問題なし ☐ 要確認	
ハムストリングス	下肢位置により骨盤が後方へ引かれていないか	☐ 問題なし ☐ 要確認	
筋緊張	伸展方向などの筋緊張が前滑りに関与していないか	☐ 問題なし ☐ 要確認	
脊柱・骨盤の固定性	修正可能か、固定姿勢を支持すべきか	☐ 問題なし ☐ 要確認	
座面・クッション	沈み込み、形状、たわみ、骨盤支持は適切か	☐ 問題なし ☐ 要確認	
移乗後の初期位置	移乗直後から骨盤が前方へ位置していないか	☐ 問題なし ☐ 要確認	

支持具の扱い | クッション・骨盤ベルト等は一律に避けるのではなく、目的・位置・皮膚・医療機器への影響を評価して使用する。

注意 | 発赤・疼痛、固定変形、呼吸/嚥下/活動性の悪化、転落リスクがある場合は、単純な調整だけで完結せずシーティング評価を広げる。