5回立ち上がりテスト｜5STS

A｜開始合図から、5回目の着座までを計時

氏名／ID：_____ 評価日：_____ 評価者：_____

実施手順

1 43〜45 cm程度の椅子を用い、実測高・肘掛け・設置条件を記録する。背を背もたれにつけ、腕を胸の前で組む。脳卒中で困難な麻痺側上肢の位置は別記する。

2 合図後、完全に立って座る動作を5回できるだけ速く行うよう説明。施設で採用する手順に従い練習・試行数を決め、再評価で統一する。

3 「開始」の合図で計時し、5回目に臀部が座面へ戻った時点で終了。各回の伸展と着座を確認する。

評価・記録

条件・結果	記録
座面高／足／上肢	____ cm／_____
練習・試行数・休息	_____
時間（採用試行）	_____ 秒
終了位置	5回目の着座
完遂・中止・未実施／理由	
修正条件・身体介助／途中回数	

5回目の立位で終えるSPPB等の手順とは異なる。未完遂は回数と理由を記録し、0秒という時間に置き換えない。採用手順の「不能を0と符号化」は、0秒で完遂した意味ではない。

実施条件・症状／標準手順から変更したこと

出典・版の確認

Moore et al.（2018）：神経疾患のコア評価指針 ↗

ANPT：5TSTS実施・採点資料 ↗

測定手順・評価要素を出典に基づき独自に整理した記録用紙です。メーカー・学会の公式様式ではありません。

5回立ち上がりテスト｜5STS

B｜追加の臨床記録 ― 評価本体の得点には加えません。

氏名／ID：_____ 評価日：_____ 評価者：_____

01 結果と生活場面をつなぐ

時間だけでなく、上肢支持・身体介助・疲労・疼痛と日常の立ち上がりを確認します。

本人が困っている具体的な場面／本人・家族の言葉

検査で観察した事実／生活で確かめること

02 支援を一つ試す

記入例（架空）：腕の支持が必要で標準条件を完遂できない。修正条件の時間は別記し、支援を減らせたかを追う。

目標と、試す支援・環境・介助条件

実施日・場面	本人の行動・結果	必要な援助・負担

03 再評価

前回：_____ 今回：_____ 条件の違い：_____

次回確認すること・担当者・予定日

追加観察はSTROKE LAB独自欄です。検査の得点と、生活で実際にできたことを分けて共有します。