

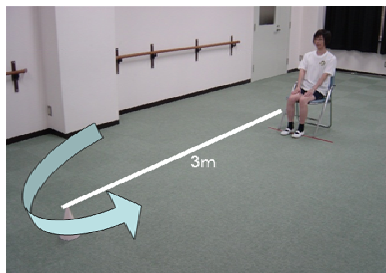
- 教示は「目を開けたまま、この状態をできるだけ長く保ってください」に統一する。



(a)

④ Timed up & go テスト - - - 複合的動作能力

- 椅子から立ち上がり 3m 先の目印を折り返し、再び椅子に座るまでの時間を計測する。
- スタート肢位は椅子の背もたれに背中をつけた姿勢とする。
- 測定者の掛け声に従い、対象者にとって快適かつ安全な速さで一連の動作を行わせる。
- 回り方は被験者の自由とする。
- 測定者は、対象者の背中が離れたときから、立ち上がって再び座るまでの時間（小数点第 2 位まで）をストップウォッチにて測定する。※体格が小さく、背もたれに背中が届かない場合は、動作の開始から測定する。
- 1 回の練習ののち 2 回測定を行う。
- 教示は「できるだけ速く回ってください」に統一する。※小走りも可であるが、転倒に十分気をつける。



⑤ 5m通常・最大歩行時間 - - - 歩行能力

- 予備路 3m ずつ、測定区間 5m の歩行路を教示に従い歩いてもらう。
- 遊脚相にある足部が測定区間始まりのテープ（3m 地点）を越えた時点から、測定区間終わりのテープ（8m 地点）を遊脚相の足部が越えるまでの所要時間をストップウォッチにて計測する。
- 教示は「前方の〇〇に向かっていつも歩いているように歩いてください」（最大歩行時間の場合は「前方の〇〇に向かってできるだけ速く歩いて下さい」）に統一する。

