

TUG (Timed Up and Go test) 記録用紙



Podsiadlo D, Richardson S. J Am Geriatr Soc. 1991;39(2):142-148.

氏名:	ID:
年齢: 歳	性別: M / F	発症日:	年 月 日
診断名:	麻痺側:	右 / 左
歩行補助具:	なし / T字杖 / 4点杖 / ロフトランド杖 / 歩行器 / その他 ()		

項目	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目
測定日	/ /	/ /	/ /	/ /	/ /
発症からの期間					
TUG (秒)					
使用した補助具					
MAS (足関節底屈筋)					

変化量の判定 (前回との比較)

判定項目	2回目-1回目	3回目-2回目	4回目-3回目	5回目-4回目
変化量 (秒)				
MDCを超えたか (Y/N)				
MCIDを超えたか (Y/N)				

SEM / MDC95 参照値 (慢性期脳卒中患者)

対象者	SEM (秒)	MDC95 (秒)	出典
慢性期・全体	1.14	2.9	Flansbjerg 2005
MAS 0	1.25	3.48	Hiengkaew 2012
MAS 1~1+	2.94	8.24	
MAS 2以上	3.18	8.82	

MCID (亜急性期): 約3.4~3.8秒

カットオフ値 早見表

TUG時間	解釈	出典
<10秒	完全に自立した移動能力	Podsiadlo 1991
<20秒	基本的な移乗は自立	
≥30秒	介助が必要な可能性	
≥13.49秒	脳卒中による機能低下の示唆	Chan 2017
15~19秒	脳卒中患者の転倒リスク	Oliveira 2024

≥13.5秒

高齢者の転倒リスク

Shumway-Cook 2000

規範値（健常高齢者）

年齢	男性	女性	出典
60代	約8秒	約8秒	Steffen 2002 / Tromsø Study
70代	約9秒	約9秒	
80代	約10秒	約11秒	

特記事項

この記録用紙はBRAIN Webサイトから無料でダウンロード
できます。

検査手順：Podsiadlo D, Richardson S. J Am Geriatr Soc.
1991;39(2):142-148.
参照値：Flansbjerg 2005 / Hiengkaew 2012 / Oliveira 2024