

# 【椅子の座り心地】チェックシート

椅子の「座り心地」をチェックしてみましょう。

まず、椅子にきちんと座ります。ご自分の座面高を測り、椅子を最適な高さに設定してください。座ったら、お尻と腿の感じを自覚してみてください。

次に、左右や前後に身体を傾けてみてください。感じが変わるでしょう。

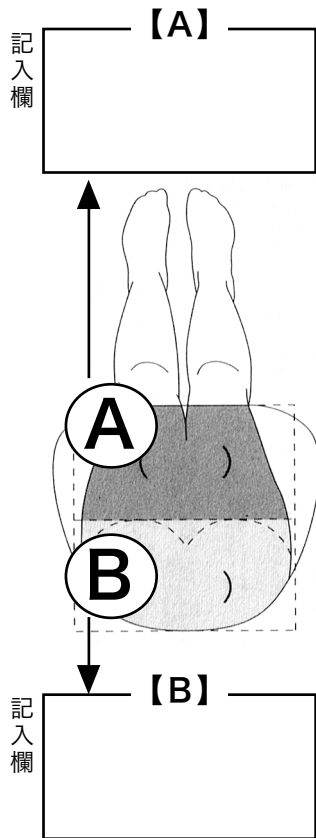
それでは、バランスよく座って、下記に記入してください。

## 【チェック1】

下図のAとBの部分の、座ったときに感じる印象を記入してください。

●強さについて (0~3) どれかひとつお選びください。

●性質について (A~X) いくつでもお選びください。



## 【強さ】

0. 当たっていることが感じられない
1. かすかに当たっている
2. やや当たっている
3. 強く当たっている

## 【性質】

- A. 深く沈み込む感じ
- B. コツンとあたる感じ
- C. 底付きの感じ
- D. 硬い感じ
- E. 跳ね返る感じ
- F. 締め付けられる感じ
- G. 食い込む感じ
- H. 冷たい感じ
- I. 蒸れる感じ
- J. 心地良い当たり
- K. 不快な当たり
- L. ソフトな当たり
- M. ハードな当たり
- X. その他

(回答例)

3 B K M、2 C D、  
1 A B G H など

( )

## 【チェック2】

下記のいずれかに○をしてください。

この椅子の座り心地の総合評価

よい

普通

悪い