

デスクチェアの寸法



D : 背もたれ角度	製品名	普段の 角度	最大	最小
現状				
1		-		
2		-		
3		-		

C : 背もたれ高さ	製品名	普段の 高さ	最高	最低
現状				
1		-		
2		-		
3		-		

B : アームレスト高さ	製品名	普段の 高さ	最高	最低
現状				
1		-		
2		-		
3		-		

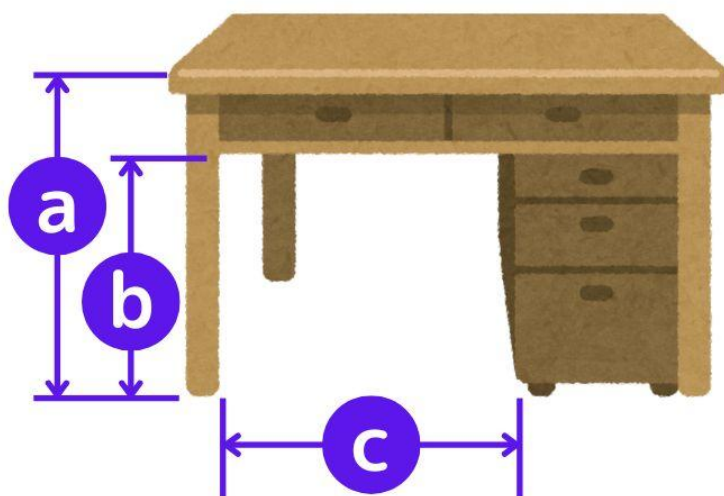
A : 座面高さ	製品名	普段の 高さ	最高	最低
現状				
1		-		
2		-		
3		-		



E : アームレスト 内側の距離	製品名	普段の 距離	最大	最小
現状				
1		-		
2		-		
3		-		

F : 椅子最大幅	製品名	-	最大	最小
現状		-		-
1		-		-
2		-		-
3		-		-

デスク環境の寸法と持ち物



現状の机まわり		寸法
a	机上高さ (試座の際の机を選ぶときに使う)	
b	机下高さ (アームレスト高さ (B) と比較)	
c	机下の幅 (椅子の最大幅 (F) と比較)	
d	机前縁から壁 (障害物) までの距離	

持ち物と動作のピックアップ

持ち物と服装ほか	チェック ☒	良くやる動作のピックアップ		
カバン	☐	タイピング	筆記	動画鑑賞
メジャー	☐	読書	スマホ操作	仮眠
カメラ (スマホ)	☐	ストレッチ	ロッキング	あぐら
水平器・水準器 (アプリ)	☐			
使い捨てスリッパなど	☐			
服装 (部屋着に近い服)	☐			
付添人	☐			

試座の手順（7ステップ）

試座の手順	チェック内容	チェック 
はじめに	事前に測った寸法と比較 (最低、BとFをチェック)	
ステップ1：最低高さの座面に座る	座面奥までしっかり座る	
ステップ2：座面高さを調節	かかとが着いた状態で、ひざは直角	
ステップ3：座面奥行きを調節	ひざ裏と座面前縁の間に指が2、3本入る程度 座面に違和感（広さ、圧迫感）は無い 座面高さを微調整	
ステップ4：背もたれを確認	高さ（調節） 幅の広さ カーブは体のラインにフィットするか ランバーサポートの位置（調節） ランバーサポートの硬さ	
ステップ5：リクライニングの確認	リクライニング角度は希望通りに調節できるか リクライニングのロック方式は想定通りか メカニズム（背もたれと座面の連動）に問題ないか リクライニングの反発力は十分な範囲に調節できるか？ ロッキングの感触は良いか (静音性、滑らかさ、最大・最小角度での衝撃など) 操作感（静音性、滑らかさ）に問題はないか？	

ステップ6：その他の機能の確認	-	-
6-1アームレストの確認	想定用途（タイピング・読書・スマホ操作など）に使えるか 調節（高さ、前後位置、幅、角度など） アームパッドの大きさ、形、柔らかさ、肌触り 操作性や静音性、ガタツキ	
6-2ヘッドレストの確認	位置と大きさ 柔らかさや肌触り	
6-3オットマン・フットレストの確認	位置と大きさ 柔らかさや肌触り 展開と収納が手間でないか 操作性や静音性、ガタツキ	
6-4前傾チルトの確認	想定した使い心地か 継続して使っていけそうか	
ステップ7：じっくり座って、じっくり確認	「はじめに」で寸法確認できてない箇所があれば、ここで確認 他のお客さんやお店に迷惑にならない範囲でじっくり座る お尻や腰、背中に違和感はないか リクライニングの角度は丁度良い角度に調節できるか 思う位置で止まるようにリクライニングの反発力を調節できるか ランバーサポートは当たりが強すぎないか ストレッチの際、ヘッドレストや背もたれが邪魔にならないか アームレストは腕の重さを肩に感じないくらい支えているか ヘッドレストは用途に対して適切にサポートできているか	