

小学生用

学校生活管理指導表（心臓病・腎臓病・ ）用

※複写式ではありません。コピーをしてお使いください。

西暦 年 月 日

原本(学校用)

氏名 \_\_\_\_\_ 男・女 \_\_\_\_\_ 年 月 日生( 才) 学校名 \_\_\_\_\_ 年 組 番 \_\_\_\_\_

|            |  |                                   |                                    |                    |
|------------|--|-----------------------------------|------------------------------------|--------------------|
| ① 診断名(所見名) | ② 指導区分<br>A・B・C・D・E・管理不要<br>※○印を1つつけてください。 | ③ 運動クラブ活動<br>( )クラブ<br>可(ただし、 )・禁 | ④ 次回受診<br>( )年( )ヵ月後<br>または異常があるとき | 医療機関<br>医師 _____ ⑤ |
|------------|--|-----------------------------------|------------------------------------|--------------------|

【指導区分：A…在宅医療・入院が必要 B…登校はできるが運動は不可 C…軽い運動は可 D…中等度の運動まで可 E…強い運動も可】

| 体育活動                   |         | 運動強度   |                      | 軽い運動（C・D・Eは “可”）                                   | 中等度の運動（D・Eは “可”）   | 強い運動（Eのみ “可”）  | 医療機関での実施項目                       |                              |
|------------------------|---------|--|----------------------|--|--|--|----------------------------------|------------------------------|
| 運                      | ※体づくり運動 | 体ほぐしの運動遊び<br>多様な動きをつくる運動遊び   | 1・2年生                | 体のバランスをとる運動遊び<br>(寝転ぶ、起きる、座る、立つなどの動きで構成される遊びなど)    | 用具を操作する運動遊び<br>(用具を持つ、降ろす、回す、転がす、くぐるなどの動きで構成される遊びなど)                         | 体を移動する運動遊び(這う、走る、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される遊び)<br>力試しの運動遊び(人を押す、引く、運ぶ、支える、力比べで構成される遊び)                | ① 聴打診<br>(異常なし 異常あり)             |                              |
|                        |         | 体ほぐしの運動<br>多様な動きをつくる運動   | 3・4年生                | 体のバランスをとる運動<br>(寝転ぶ、起きる、座る、立つ、ケンケンなどの動きで構成される運動など) | 用具を操作する運動<br>(用具をつかむ、持つ、回す、降ろす、なわなどの動きで構成される遊びなど)                            | 体を移動する運動(這う、走る、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動)<br>力試しの運動(人を押す、引く動きや力比べをする動きで構成される運動)<br>基本的な動きを組み合わせる運動 |                                  | ② 胸部X線<br>(異常なし 異常あり)        |
|                        |         | 体ほぐしの運動<br>体力を高める運動  | 5・6年生                | 体の柔らかさを高める運動(ストレッチングを含む)、軽いウォーキング                  | 巧みな動きを高めるための運動<br>(リズムに合わせての運動、ボール・輪・棒を使った運動)                                | 動きを継続する能力を高める運動(短なわ、長なわ跳び、持久走)<br>力強い動きを高める運動  |                                  |                              |
| 動                      | 陸上運動系   | 走・跳の運動遊び   | 1・2年生                | いろいろな歩き方、ゴム跳び遊び                                    | ケンパー跳び遊び   | 全力でのかけっこ、折り返しリレー遊び<br>低い障害物を用いてのリレー遊び  | ④ 運動負荷心電図<br>マスター<br>(異常なし 異常あり) |                              |
|                        |         | 走・跳の運動   | 3・4年生                |  |  | 全力でのかけっこ、周回リレー、小型ハードル走<br>短い助走での幅跳び及び高跳び   |                                  | ⑤ 超音波断層(心エコー)<br>(異常なし 異常あり) |
|                        |         | 陸上運動   | 5・6年生                | ウォーキング、軽い立ち幅跳び                                     | ゆっくりとしたジョギング、軽いジャンプ動作(幅跳び・高跳び)   | 全力での短距離走、ハードル走<br>助走をした走り幅跳び、助走をした走り高跳び  |                                  |                              |
| 領                      | ボール運動系  | ゲーム、ボールゲーム・鬼遊び(低学年)、<br>ゴール型・ネット型・ベースボール型ゲーム(中学年)  | 1・2年生                | その場でボールを投げたり、ついたり、捕ったりしながら行う的当て遊び                  | ボールを蹴ったり止めたたりして行う的当て遊びや蹴り合い<br>陣地を取り合うなどの簡単な鬼遊び                              |  | ⑥ ホルター心電図<br>(異常なし 異常あり)         |                              |
|                        |         |  | 3・4年生                | 基本的な操作   | 簡易ゲーム<br>(場の工夫、用具の工夫、ルールの工夫を加え、基本的操作を踏まえたゲーム)                                | ゲーム(試合)形式  |                                  | ⑦ 心臓カテーテル<br>(異常なし 異常あり)     |
|                        |         | ボール運動  | 5・6年生                | (パス、キャッチ、キック、ドリブル、シュート、バッティングなど)                   |  |  |                                  |                              |
| 域                      | 器械運動系   | 器械・器具を使つての運動遊び   | 1・2年生                | ジャングルジムを使った運動遊び                                    | 雲梯、ろく木を使った運動遊び   | マット、鉄棒、跳び箱を使った運動遊び   | ⑧ その他                            |                              |
|                        |         | 器械運動   | 3・4年生                | 基本的な動作<br>マット(前転、後転、壁倒立、ブリッジなどの部分的な動作)             | 基本的な技<br>マット(前転、後転、開脚前転・後転、壁倒立、補助倒立など)                                       | 連続技や組合せの技  |                                  |                              |
|                        |         | マット、跳び箱、鉄棒   | 5・6年生                | 跳び箱(開脚跳びなどの部分的な動作)<br>鉄棒(前回り下りなどの部分的な動作)           | 跳び箱(短い助走での開脚跳び、抱え込み跳び、台上前転など)<br>鉄棒(補助逆上がり、転向前下り、前方支持回転、後方支持回転など)            |  |                                  |                              |
| 等                      | 水泳系     | 水遊び  | 1・2年生                | 水に慣れる遊び<br>(水かけっこ、水につかっの電車ごっこなど)                   | 浮くもぐるなどの運動遊び<br>(壁につかまっの伏し浮き、水中でのジャンケン・にらめっこなど)                              | 水につかっのリレー遊び、バブリング・ポビングなど   | ⑨ 心臓カテーテル<br>(異常なし 異常あり)         |                              |
|                        |         | 水泳運動   | 3・4年生                | 浮く運動(伏し浮き、背浮き、くらげ浮きなど)                             | 浮く動作(け伸びなど)  | 補助具を使ったクロール、平泳ぎのストロークなど  |                                  |                              |
|                        |         |  | 5・6年生                | 泳ぐ動作(ばた足、かえる足など)                                   | 泳ぐ動作(連続したポビングなど)   | クロール、平泳ぎ   |                                  |                              |
| 表現運動系                  | 表現リズム遊び | 1・2年生  | まねっこ遊び(鳥、昆虫、恐竜、動物など) | まねっこ遊び(飛行機、遊園地の乗り物など)                              | リズム遊び(弾む、回る、ねじる、スキップなど)  | ⑩ 心臓カテーテル<br>(異常なし 異常あり)   |                                  |                              |
|                        | 表現運動    | 3・4年生  |                      |  | 変化のある動きをつなげた表現(ロック、サンバなど)  |  |                                  |                              |
|                        |         | 5・6年生  | その場での即興表現            | 軽いリズムダンス、フォークダンス、日本の民謡の簡単なステップ                     | 強い動きのある日本の民謡   |  |                                  |                              |
| 雪遊び、氷上遊び、スキー、スケート、水辺活動 |         | 雪遊び、氷上遊び   |                      | スキー・スケートの歩行、水辺活動                                   | スキー・スケートの滑走など  |  |                                  |                              |
| 文化的活動                  |         | 体力の必要な長時間の活動を除く文化活動  |                      | 右の強い活動を除くほとんどの文化活動                                 | 体力を相当使って吹奏楽器(トランペット、トロンボーン、オーボエ、バスーン、ホルンなど)、リズムのかなり速い曲の演奏や指揮、行進を伴うマーチングバンドなど |  |                                  |                              |
| 学校行事、その他の活動            |         | ▼運動会、体育祭、球技大会、新体力テストなどは上記の運動強度に準ずる。<br>▼指導区分、“E”以外の児童の遠足、宿泊学習、修学旅行、林間学校、臨海学校などの参加について不明な場合は学校医・主治医と相談する。<br>▼陸上運動系・水泳系の距離(学習指導要領参照)については、学校医・主治医と相談する。 |                      |  |  |  |                                  |                              |

その他注意すること

定義 《軽い運動》 同年齢の平均的児童にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動。  
《中等度の運動》 同年齢の平均的児童にとって、少し息がはずむが息苦しくない程度の運動。パートナーがいれば楽に会話ができる程度の運動。  
《強い運動》 同年齢の平均的児童にとって、息がはずみ息苦しさを感ずるほどの運動。  
心疾患では等尺運動の場合は、動作時に歯を食いしばったり、大きな掛け声を伴ったり、動作中や動作後に顔面の紅潮、呼吸促拍を伴うほどの運動。  
\*新体力テストで行われるシャトルラン・持久走は強い運動に属することがある。

|   |                                       |   |
|---|---------------------------------------|---|
| 医療機関での実施項目<br>※腎臓検診関連；<br>尿検査；(早朝尿、来院時尿) 蛋白 潜血糖 沈渣<br>血液検査；BUN クレアチニン 総蛋白 アルブミン<br>総コレステロール ASO IgA C3<br>血圧測定<br>超音波検査<br>※糖尿病関連；OGTT 血糖(空腹時・随時) HbA1c | 異常結果があれば結果をお知らせください。<br>(検査結果のコピー添付可) | 治療；薬物名( )<br>食事制限；( )<br>予防注射；可 禁<br>その他の疾患；<br>(喘息等) |
|---|---------------------------------------|---|

|       |         |
|-------|---------|
| 診断コード | 管理区分コード |
|       |         |

[注意] この管理指導区分は学校におけるものなので、家庭では主治医とよくご相談の上慎重に行ってください。

学校医 \_\_\_\_\_

検診機関：公益財団法人栃木県保健衛生事業団

心臓疑診断