

※①～④を記入してください。ただし、①診断名(所見名)が「異常なし」の場合→②③④は記入せず斜線を引いてください。

※②指導区分が「管理不要」の場合→③④は記入せず斜線を引いてください。

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 A・B・C・D・E・管理不要 ※○印を1つつけてください。	③ 運動部活動 ()部 可(ただし、)・禁	④ 次回受診 ()年()ヵ月後 または異常があるとき
------------	--	-------------------------------	------------------------------------

医療機関

医師 _____

㊦

【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			
運動領域	運	*体づくり運動	体ほぐしの運動 体力を高める運動	仲間と交流するための手軽な運動、律動的な運動 基本の運動(投げる、打つ、捕る、蹴る、跳ぶ)	体の柔らかさおよび巧みな動きを高める運動、力強い動きを高める運動、動きを持続する能力を高める運動	最大限の持久運動、最大限のスピードでの運動、最大筋力での運動	① 聴打診 (異常なし 異常あり) ② 胸部X線 (異常なし 異常あり) ③ 心電図 (異常なし 異常あり) ④ 運動負荷心電図 マスター (異常なし 異常あり) トレッドミル (異常なし 異常あり) エルゴメーター (異常なし 異常あり) ⑤ 超音波断層(心エコー) (異常なし 異常あり) ⑥ ホルター心電図 (異常なし 異常あり) ⑦ 心臓カテーテル (異常なし 異常あり) ⑧ その他			
		器械運動	(マット、跳び箱、鉄棒、平均台)	準備運動、簡単なマット運動、バランス運動、簡単な跳躍	簡単な技の練習、助走からの支持、ジャンプ・基本的な技(回転系の技を含む)	演技、競技会、発展的な技				
		陸上競技	(競走、跳躍、投てき)	基本動作、立ち幅跳び、負荷の少ない投てき、軽いジャンピング(走ることは不可)	ジョギング、短い助走での跳躍	長距離走、短距離走の競走、競技、タイムレース				
		水泳	(クロール、平泳ぎ、背泳ぎ、バタフライ)	水慣れ、浮く、伏し浮き、け伸びなど	ゆっくりな泳ぎ	競泳、遠泳(長く泳ぐ)、タイムレース、スタート・ターン				
	技	球	ゴール型	バスケットボール	ランニングのない ゆっくりな運動	基本動作 (パス、シュート、ドリブル、フェイント、リフティング、トラップ、スローイング、キッキング、ハンドリングなど)		フットワークを伴わないもの (身体の強い接触を伴わないもの)	基本動作を生かした簡易ゲーム (ゲーム時間、コート広さ、用具の工夫などを取り入れた連携プレー、攻撃・防御)	簡易ゲーム・タイムレース・応用練習 試合・競技
				ハンドボール						
				サッカー						
				ラグビー						
		ネット型	バレーボール	基本動作 (パス、サーブ、レシーブ、トス、フェイント、ストローク、ショットなど)						
			卓球							
ベースボール型	テニス	基本動作 (投球、捕球、打撃など)								
	ソフトボール									
ゴルフ	野球	基本動作(軽いスイングなど)								
等	武道	柔道、剣道、相撲	礼儀作法、基本動作(受け身、素振り、さばきなど)	基本動作を生かした簡単な技・形の練習	応用練習、試合					
	ダンス	創作ダンス、フォークダンス 現代的なリズムのダンス	基本動作(手ぶり、ステップ、表現など)	基本動作を生かした動きの激しさを伴わないダンスなど	各種のダンス発表会など					
	野外活動	雪遊び、氷上遊び、スキー、スケート、キャンプ、登山、遠泳、水辺活動	水・雪・氷上遊び	スキー、スケートの歩行やゆっくりな滑走平地歩きのハイキング、水に浸かり遊ぶなど	登山、遠泳、潜水、カヌー、ボート、サーフィン、ウインドサーフィンなど					
文化的活動		体力に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く楽器(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。 ▼指導区分、“E”以外の生徒の遠足、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。								
その他注意事項										

定義 《軽い運動》 同年齢の平均的生徒にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動。
《中等度の運動》 同年齢の平均的生徒にとって、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》 同年齢の平均的生徒にとって、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。

診断コード	管理区分コード

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

[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 _____

心臓 疑診断