

## 脊柱側弯検診（必須）

- 1) 気を付けの姿勢で、真後ろから観察する。
  - ① 肩の高さの左右差
  - ② 肩甲骨の高さの左右差
  - ③ ウェストラインの左右差
- 2) 手掌を合わせた、前屈姿勢で観察する。
  - ④ 背中から腰の高さの左右差（肋骨隆起、腰椎隆起）

【判定】  
・所見がある場合は、要受診。

【留意事項】  
着衣の場合にも、①両肩の高さ④背中から腰の高さの左右差は確認する。

# 運動器検診実施方法

運動器検診の目的は、脊柱側弯症のスクリーニングに加え、運動不足による機能不全・運動過多によるスポーツ障害等の早期発見にあります。

運動器検診保健調査票				
年	組	番	名前	男・女
保護者署名				印
1) 注視考症		保護者記入欄	学校医記入欄	
		① 両肩の高さに差がある ② 両肩甲骨の高さ・位置に差がある ③ 左右の脇線の曲がり方に差がある ④ 前屈した左右の背面の高さに差がある ⑤ 異常なし	① 要精査 ② 経過観察 ③ 異常なし	
2) 次に気が付くことがありましたら、チェックしてください。				
身体をそらしたり、曲げたりしたときに腰に痛みが出ませんか？		【前屈】	【前屈】	
		① 痛む ② 痛まない	① 要精査 ② 経過観察 ③ 異常なし	
		【後屈】	【後屈】	
		① 痛む ② 痛まない	① 要精査 ② 経過観察 ③ 異常なし	
片脚立ち（左右交互にやって下さい）		【左脚立ち】	【左】	
片脚立ちすると体が傾いたり、ふらついたりしませんか？		① 立てない ② ふらつく ③ 異常なし	① 要精査 ② 経過観察 ③ 異常なし	
		【右脚立ち】	【右】	
		① 立てない ② ふらつく ③ 異常なし	① 要精査 ② 経過観察 ③ 異常なし	
しゃがみこみ		① しゃがめない	① 要精査	
足の裏を全部床につけて完全にしゃがめますか？		② しゃがめる	② 経過観察	
			③ 異常なし	
手のひらを上に向けて腕を伸ばした時、完全に伸びない、完全に曲がらない（指が肩につかない）ことはありますか？				
【左肘】 ① 完全に伸びない ② 完全に曲がらない ③ 異常なし				
【右肘】 ① 完全に伸びない ② 完全に曲がらない ③ 異常なし				
【左腕】 ① つかない ② つく				
【右腕】 ① つかない ② つく				
バンザイした時、両腕が耳につきませんか？				
3) 現在取り組んでいるスポーツはありますか（バレー、ダンス等を含む）？ あり なし 種類（ ）				
4) 最近1年間に大きな外傷はありましたか？ あり なし 部位/種類（ ）				
5) からだのどこかに痛いところや気になるところはありませんか？あればその部位に○をして症状を記入してください。 例) 歩き方がおかしい。				
【痛いところ・気になる症状】 ① あり ② なし				
【異常所見】 ① 要精査 ② 経過観察 ③ 異常なし				
特記事項（学校医記載欄）				
学校医署名又は捺印 印				
※保護者の方へ：太枠の中のみ記入してください。当てはまる番号に○を付けてください。 ※学校医の先生方へ：記載マニュアルに沿って記載をお願いします。また、異常所見を記載した場合のみ署名又は捺印をお願いします。				

## 要受診（整形外科）の原則

- 1) 歩行障害の訴えがある場合や認めた場合
- 2) 動作時痛が継続する場合
- 3) 可動域に左右差がある場合
- 4) 圧痛がある場合
- 5) 判断に迷った場合

## 肘の曲げ伸ばし・回内回外

立位側面、手掌を上に向けた状態で、上肢を肩関節の位置まで挙上させ、肘関節を屈曲、進展させる。屈曲では、指先が肩につくか、伸展では完全に伸びるか、左右差がないか調べる。前腕の回内・回外を観察する。

【判定】  
・屈曲時肩につかない、伸展時肘が完全に伸びきらない場合は、要受診。  
・動作時に痛みを伴う場合や、肘関節に圧痛がある場合は、要受診。  
・外反肘・内反肘は、極端な場合や左右差があれば、要受診。

【留意事項】  
動作終末時の痛みに注意する。野球肘等のスクリーニングになる。

## 前後屈

前屈、後屈に伴う腰痛の確認を行う。

【判定】  
・明らかに痛みがある場合は、要受診。  
・1週間以内の軽度の痛みは経過観察とするが、痛みが増強した場合は、要受診。  
・前屈時に指先が床から20cm以上なら、要受診。

【留意事項】  
腰椎分離症、腰椎椎間板障害のスクリーニングになる。

## 片脚立ち

5秒以上できるか、痛みがないか確認する。

【判定】  
・5秒以上立ってられない、または痛みがある場合は、要受診。  
・骨盤の傾きの異常がある場合は、要受診。  
・5秒以上可能だがふらつく場合は、経過観察とし1週間練習する。改善が無ければ、要受診。

【留意事項】  
転倒に注意する。ふらつくだけであれば運動不足が多いが、各関節に痛みを伴う場合は、大腿骨頭すべり症、ペルテス病、オスグット病等をスクリーニングするための精査が必要となる。骨盤が傾く場合は、股関節形成不全が疑われる。

## しゃがみこみ

肩幅に足を開き、足底は接地したまま、手を使わずに、しゃがみこめるか、痛みがないか確認する。

【判定】  
・動作時に股関節、膝関節、足関節に痛みがある場合は、要受診。  
・痛みは認められないが、しゃがみこみが出来ない場合は、経過観察とし、柔軟体操・運動を指導。1週間で改善が無ければ、要受診。

【留意事項】  
転倒に注意し、特に後ろは広く開けておく。オスグット病、足関節拘縮のスクリーニングになる。

## その他の異常について

（跛行）  
検診時に跛行が認められ、原因が把握されていない場合は、要受診。

（関節のひっかかり）  
継続している場合は、要受診。

発行 神奈川県医師会学校医部会  
学校医活動調査検討委員会  
執筆協力 平塚市医師会 梅沢幸子  
監修 久保田整形外科 久保田亘  
資料提供 千葉県医師会

## バンザイ

立位側面で、両肘関節を進展させた状態で挙上させ、上腕が耳につくか確認する。

【判定】  
・腕が耳につかない場合は、要受診。  
・動作時に痛みを伴う場合は、要受診。

【留意事項】  
動作終末時の痛みに注意する。野球肩等のスクリーニングになる。

参考文献  
1 児童生徒等の健康診断マニュアル（平成27年度改定）  
2 千葉県版運動器検診保健調査票・記載マニュアル  
3 平成27年度学校保健講習会  
学校健診での運動器（四肢）の検診の進め方：新井貞男  
平成28年3月作成