

## 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。

## 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】

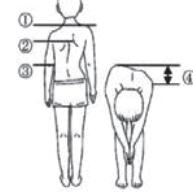
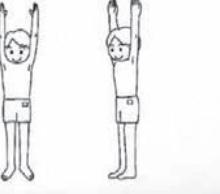
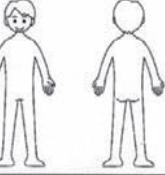
- ・5秒以上立っていられない、または痛みがある場合は、要受診。
- ・骨盤の傾きの異常がある場合は、要受診。
- ・5秒以上可能だがふらつく場合は、経過観察とし1週間練習する。改善が無ければ、要受診。

### 【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。

# 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		
① 脊柱側弯症		
 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 异常なし		
保護者記入欄 ① 要精査 ② 経過観察 ③ 异常なし		
学校医記入欄 ① 要精査 ② 経過観察 ③ 异常なし		
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）ことはありませんか？		
 【左肘】 ① 完全に伸びない ② 完全に曲がらない ③ 异常なし   【右肘】 ① 完全に伸びない ② 完全に曲がらない ③ 异常なし		
パンザイした時、両腕が耳につきますか？		
 【左腕】 ① つかない ② つく   【右腕】 ① つかない ② つく		
3) 現在取り組んでいるスポーツはありますか（バレーボール、ダンス等も含む）？		
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 要精査 ② 経過観察 ③ 异常なし  【異常所見】 ① 要精査 ② 経過観察 ③ 异常なし		
特記事項（学校医記入欄）		
学校医署名又は捺印		

※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。

## 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

## 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拳上させ、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。

## バンザイ

立位側面で、両肘関節を進展させた状態で拳上させ、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