

保護者の皆様

札幌市教育委員会

運動器検診について

運動器検診は、「運動のし過ぎでけがやスポーツ障がいが増えている」「運動不足で体が固くけがをしやすい」という、現代の子どもたちの実態がわかってきたことから、学校での健康診断に加えられました。

運動器検診は、「運動器検診の間診票の記入状況」に応じて、内科検診において学校医が検診します。

ご家庭で記入された情報が、非常に重要です。



【運動器とは】

骨・関節・筋肉・靭帯・腱・神経など、身体を支えたり、動かしたりする器官の総称。

特に、せき柱側わん症は、成長期に発生し、悪化することがあるので、

裏面（１）のとおり、ご家庭でも十分に確認をお願いいたします。

せき柱側わん症 ... 男子にも見られますが、特に12歳前後の女子が多く発症し、9～10歳頃から注意して観察する必要があるとされています。

参考：日本側彎症学会 HP (<https://www.sokuwan.jp/patient/disease/examination.html>)

「側彎症とは（知っておきたい側彎症） 『運動器学校健診における側彎症』より」

脊柱側弯症は成長期にいつでも発症するため、成長が継続している間はたとえ一度の検診で異常がなくても安心はできません。

毎年、検診以外にも、ご家庭で背部の状態をチェックすることが理想であり、気になる変化があれば整形外科の受診をお勧めします。

筋力がまだ弱いなど、個々のお子さんの発育・発達の状況によってできない動きもありますが、練習するとできるようになることもあります。裏面の内容を参考に、お子さんと一緒に、それぞれの動きについて確認したり、練習したりしてください。

なお、ご家庭で動かしたり練習したりしている段階で、痛みが続く場合（目安として1ヶ月以上）や、「〇〇ができない」など心配な点がある場合には、健康診断を待たずに医療機関等（近隣の整形外科等）で相談することをお勧めいたします。

また、学校で行った健康診断の後で発症したり、症状が進んだりする疾病もありますので、健康診断の結果が異常なしであっても、ご家庭において子どもの心身の健康状態を日常的に見ていただき、気になることがある場合は、医療機関等に相談することも大切です。

学校で行う健康診断について

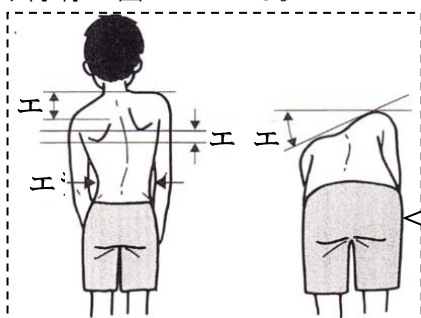
学校で行う健康診断（学校で行うすべての検診や検査）では、ご家庭で把握されているお子さんの状況を踏まえ、学校生活を送る上で支障があるかどうかについて診ています。したがって、病気や異常を確定するものではありません。また、学校で行う健康診断で、何らかの病気や異常の「疑い」があると判断された場合には、「病院で詳しく診ていただください」というお知らせをしますが、受診の結果『異常がない』ということもありますので、お知りおきください。

運動器検診 問診票のチェック内容

図を参考に、体を観察したり、動かしたりしてみましょう

- すぐにはできなくても、練習するとできるようになることがあります（特に（3）や（4））。痛みがない場合は、練習してみましょう。
- 痛みが続く（目安として1ヶ月以上）場合や、「〇〇ができない」など心配な点がある場合には、健康診断を待たずに医療機関等で相談しましょう。

(1) 背骨が曲がっている。

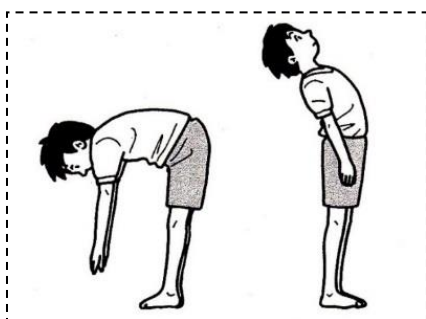


«（1）のチェックポイント»

- ㊦両肩の高さに差がある。
- ㊧左右の脇線の曲がり方に差がある。
- ㊨両肩甲骨の高さ・位置に差がある。
- ㊩からだを前に曲げた時、左右の背中の高さに差がある。

※せき柱側わん症等が見つかることがあります。

(2) 腰を曲げたり、反らしたりすると痛みがある。



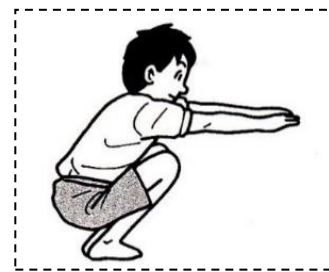
※せき椎の病気が見つかることがあります。

(3) 片足立ちが5秒以上できない。（左右ともチェック）

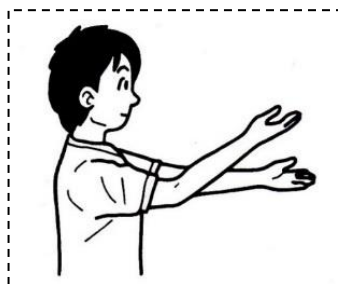


※股関節の病気が見つかることがあります。

(4) 足の裏全体を床につけてしゃがめない。（脚を開いてもよい）



(5) 腕が完全に伸びない、曲がらない。



※肘や肩の病気が見つかることがあります。

(6) バンザイをしたとき、両腕が耳につかない。

