

氏 名

男・女

生年月日

() 歳

幼稚園・保育園・こども園

組

令和

年

月

日

①診断名（所見名）	②指導区分 要管理：A・B・C・D・E 管理不要	③延長保育 可（ただし、 ）・禁	④次回受診 （ ）年（ ）ヶ月後 または異常があるとき	医療機関 医師 印
-----------	--------------------------------	------------------------	-----------------------------------	-----------------

【指導区分：A・・・在宅医療・入院が必要 B・・・登園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】

注：本表は保育園・こども園でも使用可能である

運動強度 体育活動	軽い運動（C・D・Eは“可”） 同年齢の平均的園児にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動	中等度の運動（D・Eは“可”） 同年齢の平均的園児にとって、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出来る程度の運動	強い運動（Eのみ“可”） 同年齢の平均的園児にとって、息がはずみ息苦しさを感ずる程度の運動
体ほぐしの運動遊び(伝承遊び、集団での運動遊びを含む) 多様な動きをつくる運動遊び	・体のバランスをとる運動遊び (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) ・新聞紙を使った簡単な遊び ・律動（後ろ蹴り、カニ歩きなど）	・トランポリン ・ボール、フープ、竹馬、大型積み木、三輪車、スクーター、玉入れ	・なわとび、長なわとび ・綱引き ・帽子取り ・しっぽ取り
走の運動遊び 跳の運動遊び	・自分のペースで歩く	・幅跳び遊び、ケンパー跳び遊び、ゴム跳び遊び ・片足ケンケン、足じゃんけん、かくれんぼ ・フルーツバスケット	・全力でのかけっこ、折り返しリレー遊び ・マラソン、ジョギング ・低い障害物を用いてのリレー遊び ・全力での鬼遊びなど(高鬼、氷鬼)、だるまさんが転んだ
ボールゲーム	・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	・転がしドッジボール	・ボールゲーム（サッカーなど）
固定施設を使った運動遊び マット、跳び箱、鉄棒を使った運動遊び	・マットの上を歩く、転がる、寝転ぶなどの基本的な動作	・遊具遊び (雲梯、肋木、ブランコ、トンネル、巧技台、登り棒、ジャングルジム、太鼓橋、滑り台、ネット登り)	・鉄棒、跳び箱を使った運動遊び
水遊び	・水に入らない簡単な水遊び (シャワー、水かけっこ、水を使ったおままごとなど)	・水につかってのまねっこ遊び、みずかけっこ (アヒル歩き、ワニ歩き、電車ごっこなど)	・もぐる、浮く運動遊び (水中じゃんけん、にらめっこ、石拾い、輪くぐり、クラゲ浮き、伏し浮き、大の字浮き、フープくぐり) ・水につかっての鬼遊び
表現リズム遊び	・まねっこ遊び（鳥、昆虫、恐竜、動物など） ・リズム遊び（手拍子、足踏みなど）	・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)
雪遊び、氷上遊び、スキー、スケート、水辺の遊び	雪遊び、氷上遊び	スキー・スケートの歩行、水辺での遊び、そりあそびなど	スキー・スケートの滑走など、雪合戦など
園行事、その他の活動	▼運動会などは上記の運動強度に準ずる。 ▼指導区分、“E”以外の児童の園外保育、近隣散策、お泊り保育などの参加について不明な場合は園医・主治医と相談する。 ▼陸上運動系の距離については園医・主治医と相談する。		

その他注意すること

※本表の対象年齢はおおむね3歳以上の幼児を想定しています。また運動・遊びはあくまでも例示であり、実際に活用する際には幼児の年齢や発達、日常の活動の実態に応じて内容を取捨選択するなど検討してください。

検診・検査の結果および管理指導区分を記入してください。

学年	組	令和	年	月	日	診断名（所見名）	指導区分 要管理：A・B・C・D・E 管理不要	延長保育 可（ただし、 ）・禁	次回受診 （ ）年（ ）ヶ月後 または異常があるとき	医療機関 医師名	備考
学年	組	令和	年	月	日	診断名（所見名）	指導区分 要管理：A・B・C・D・E 管理不要	延長保育 可（ただし、 ）・禁	次回受診 （ ）年（ ）ヶ月後 または異常があるとき	医療機関 医師名	備考
学年	組	令和	年	月	日	診断名（所見名）	指導区分 要管理：A・B・C・D・E 管理不要	延長保育 可（ただし、 ）・禁	次回受診 （ ）年（ ）ヶ月後 または異常があるとき	医療機関 医師名	備考

注：管理指導区分を変更した場合は必ず園に連絡してください。園はその指示に従ってください。

一般社団法人 上越医師会 上越地域総合健康管理センター