

運動器（ロコモ）の状態に関する保健調査票

Data de preenchimento Reiwa ano mês dia
記入日 令和 年 月 日

Questionário de Saúde sobre o estado da Coordenação Motora do Corpo (LOCOMO)

| | | | | |
|--------------|------------|-------------|---------|------------|
| Escola 学校 | série 年 | classe 組 | nº 番 | nome 氏名 |
|--------------|------------|-------------|---------|------------|

※ 保護者の方が御記入ください。お子様の運動器（ロコモ※）疾患の早期発見のため、正確な御記入をお願いします。なお、この問診票は学校健康診断以外には使用されません。

※O preenchimento deverá ser feito pelo responsável. Preencha as informações corretas para a pré-deteção da doença do órgão motor (locomo *) do seu filho. Este questionário não será utilizado para outras finalidades além de exames de saúde escolar.

質問1 現在、取り組んでいるスポーツ（パレエ、ダンス等を含む）

(Q.1) Atualmente pratica algum esporte? (Inclui ballet, dança e outros)

なし(Não) ・ あり(Sim) (スポーツ/Esporte :)

質問2 現在、整形外科等に通院していますか。

(Q.2) Atualmente tem ido ao hospital para tratamento ortopédico e outros?

いいえ(Não) ・ はい(Sim) (疾患名/Nome da doença :)

質問3 太枠の中の当てはまる項目の口に☑を付けてください。

(Q.3) Na moldura em negrito, marque ☑ na opção que se enquadra.

検査項目 / Ítems do Exame

保護者記入欄 / Preenchimento pelos pais/responsáveis

(1) 脊柱の状態についてお聞きします。(足は肩幅に開きまっすぐ立たせてください)

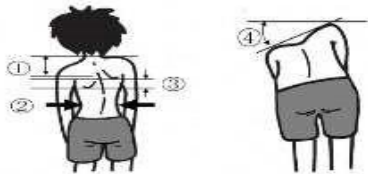
(1) Pergunta sobre a condição da coluna vertebral. (Faça ficar de pé e manter as pernas abertas na largura dos ombros com postura reto)

姿勢のチェック：(側弯症など)

Verificação da postura: (como Escoliose e outros)

(下の4ヶ所をチェックしてください。)

(Verifique os 4 pontos abaixo.)



① 両肩の高さに差がある

(1) Há uma diferença na altura de ambos os ombros

② ウエストライン（腰の脇線）の曲がり方に差がある

(2) Há uma diferença na forma como a cintura (linha lateral) se curva.

③ 両肩甲骨の高さ・位置に差がある

(3) Há uma diferença na altura e posição de ambas as escápulas.

④ 前屈（前にかがむ）したときに左右の背面の高さに差がある

(4) Há uma diferença na altura das costas esquerda e direita ao se curvar para frente (flexão para frente)

(2) 四肢の状態についてお聞きします。(柔軟性、ケガ・使いすぎ、関節の病気など)

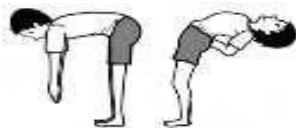
※ 痛みとは体育等、学校生活を送る上で支障がある痛みをいいます。

(2) Pergunta sobre a condição dos membros. (Flexibilidade, lesão / uso excessivo, doença articular, etc.)

※Dores que interferem na vida escolar, ao realizar atividades da educação física e outros.

① 腰を前に曲げたり、後ろにそらした時に痛みはありませんか？

(1) Sente dores ao curvar os quadris para frente ou para trás?



前に曲げたとき / Ao se curvar para frente

痛くない(Não) 痛い(Sim)

後ろにそらしたとき / Ao se curvar para trás

痛くない(Não) 痛い(Sim)

② 手のひらを上に向けて腕（ひじを曲げた時、手指が肩につきますか。

(2) Com as palmas das mãos voltadas para cima e dobrar os braços (cotovelos), os dedos tocam os ombros?



右腕 / Braço direito

つく(Sim) つかない(Não)

左腕 / Braço esquerdo

つく(Sim) つかない(Não)

③ 手のひらを上に向けて腕（ひじ）を伸ばした時、ひじがのびますか。

(3) Com as palmas das mãos voltadas para cima e estender os braços (cotovelos), o cotovelo estende reto?



右腕 / Braço direito

のびる(Sim) のびない(Não)

左腕 / Braço esquerdo

のびる(Sim) のびない(Não)

④ バンザイをして腕が耳につきますか。

(4) Ao estender os braços para cima, os braços tocam nas orelhas?




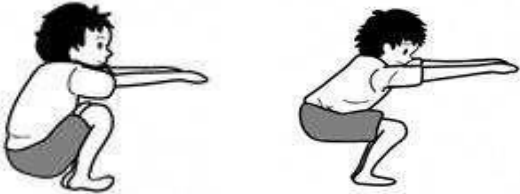


右腕 / Braço direito

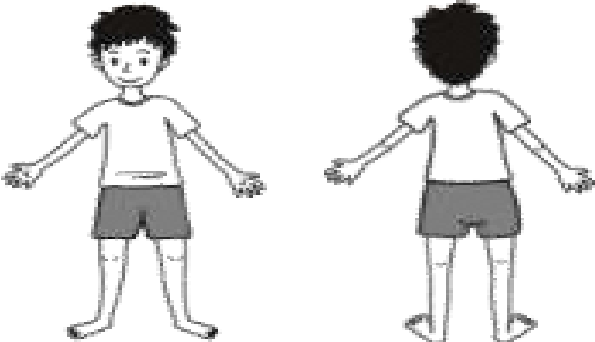
つく(Sim) つかない(Não)

左腕 / Braço esquerdo

つく(Sim) つかない(Não)

| 検査項目 / Ítems do Exame | 保護者記入欄/ Preenchimento pelos pais/responsáveis |
|--|---|
| <p>⑤ 足を動かす(しゃがんだり立ったりする)とき痛みや動きの悪いところはありませんか？ (5) Sente dores ou dificuldades ao mover as pernas (agachar ou ficar em pé)?</p>  | <p>脚の痛み / Dores nas pernas <input type="checkbox"/> 痛くない(Não) <input type="checkbox"/> 痛い(Sim) 痛い場所/ Marque abaixo os locais caso sinta dores</p>  |
| <p>⑥ 片脚立ちが両足とも5秒以上できますか？ (6) Consegue ficar de um pé por mais de 5 segundos nas duas pernas?</p>  | <p>右片脚立ち / De pé em uma perna direita <input type="checkbox"/> できる(Sim) <input type="checkbox"/> できない(Não)</p> <p>左片脚立ち / De pé em uma perna esquerda <input type="checkbox"/> できる(Sim) <input type="checkbox"/> できない(Não)</p> |
| <p>⑦ かかとをつけたまましゃがみこみができますか？ (7) Consegue se agachar com os calcanhares no chão?</p>  | <p><input type="checkbox"/> しゃがめる(かかとをつけたまま) Consegue mantendo encostando os calcanhares.</p> <p><input type="checkbox"/> 痛くないのにしゃがめない・後ろにころぶ Não sente dores mas, não consegue agachar-se/ Tomba para trás.</p> <p><input type="checkbox"/> 痛くてしゃがめない Sente dores e não consegue agachar-se</p> |

質問4 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？
(Q.4) Existe algo que preocupa ou sente dores em algum lugar do corpo?

| | |
|--|----------------------|
| <p>骨、関節、筋肉など運動器について、症状のある部位に○をつけ、その症状について具体的に記入してください。 Na figura, circule as áreas dos órgãos motoras, como ossos, articulações, músculos e outros que tenham sintomas específicos e descreva em detalhes sobre os sintomas existentes no quadro à direita.</p>  | <p>【症状】 Sintomas</p> |
|--|----------------------|

- ※ ロコモティブシンドローム (ロコモ) : 運動器の障害
- ※ Síndrome locomotiva (LOCOMO): Distúrbios da Coordenação Motora do Corpo

(学校医の指示) Instruções do médico escolar

- | | | |
|--|---|--------------------------------|
| 1 専門医の受診を勧める Recomendamos consultar um especialista | 2 経過観察 Acompanhamento com observação | 3 異常なし Não há anormalidades |
|--|---|--------------------------------|