

別紙1

「しゃがみ込みに対する運動指導箋」のご案内

運動器検診二次検診医療機関の先生方へ

日頃から運動器検診二次検診にご協力頂き、厚くお礼申し上げます。子供のロコモが問題になる中、学校検診（一次検診）で運動器に問題ありと判定された児童が整形外科に紹介されることになっています。

特にしゃがみ込みに関しては、股関節疾患やスポーツ障害のスクリーニングとなっており、2018年葛飾区内の単一小学校626名を対象に調査したところ、しゃがみ込みができない児童はできる児童と比べて、転倒リスクが有意に高いことがわかりました¹⁾。また、それを踏まえしゃがみ込みができない児童を医療機関で運動指導を行った結果、指導を受けた児童58名のうち26名(44.8%)がしゃがみ込みができるようになったという実績報告があります。

この度、東京都臨床整形外科医会が作成した「運動器検診家庭調査票（東京都モデル）」を各自治体に発信されることとなり、しゃがみ込みに関しては「両足を閉じて」「踵を床につけて」が周知徹底されています。二次検診を担当される先生方におかれましては、是非同封の「しゃがみ込みに対する運動指導箋」をご活用いただき、児童の健全なからだづくりにご協力いただければ幸いです。

参考文献：1)しゃがみ込み動作の可否と上下肢外傷発生リスクの関連性：運動器リハビリテーション 第31巻 第3号 2020

東京都臨床整形外科医会

会長 森山正敏

※東京都臨床整形外科医会（TCOA）は昭和43年に整形外科開業の集会として発足し、現在は都内の整形外科開業医及び勤務医が所属している、会員数約400名の整形外科医の集まりです。昭和49年には日本臨床整形外科学会（JCOA）が発足し、会員数約6000名の全国組織に発展しました。

TCOAは高水準の医療を患者様に提供することを目的として、会員の学術の向上を計るために、年に10回の研修会で26講座を主催しています。年4回のTCOAニュース発行、年1回の会誌発行、各種委員会（総務・学術・共同研究・保険・広報・IT・運動器検診委員会等）の開催、全国保険審査委員会への参加、『骨と関節の日』の都民公開講座開催、東京都各科医会協議会への参加等もおこなっています。