No８

保育のめやす　　　　　　（３～５歳児用）

令和　　年　　月　　日

氏名\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_＿＿\_\_\_\_＿＿＿＿　施設名\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_＿＿＿＿＿＿＿＿/　利用クラス（　　　　）歳児　　　主治医氏名

診断名　\_＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　　期限　　　令和　　年　　　月　　　日　～　　令和　　年　　　月　　　日

下記の表は通常保育活動です。年齢に関係なく可能な項目に印をつけてください。年齢相当以下の活動であれば、おおむね相当する年齢欄に記入ください。

|  |
| --- |
| 生活 |
| □シャワー  □清拭  □午睡準備（布団運び）  □素足で活動  □うす着 |
| 行事その他 |
| □遠足　徒歩  □遠足　バス  □運動会  □宿泊保育 |
| 在園継続の場合 |
| □施設独自の取り組みで、運動量等について、主治医に確認したい活動を、施設と相談の上ご記入ください。  例：山登り、マラソン、竹馬等 |

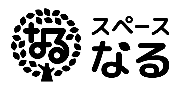
|  |
| --- |
| 保育時間 |
| □通常保育時間  （8時間・11時間）  □保育時間制限（　時間） |
| 所見 |
| □呼吸困難　頻呼吸  □SpO2の低下  □分泌物の増加  □脈の異常（頻脈）  □けいれん  □嘔吐  □その他  □特になし |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 年齢別活動内　(利用クラス) |  | 軽い運動 | 中等度の運動 | 強い運動 |
| ３歳児 | □砂あそび  □すべり台をすべる  □ボールを投げたり、  蹴ったりする | □散歩　（　　分まで）  （最高3㎞往復50分程度）  □階段の昇り降り（　　　階程度）  （歩道橋等）  □鉄棒のぶらさがり  □三輪車をこぐ  □マット遊び | □走る（　　　　　ｍまで）（　　分まで）  鬼ごっこ休憩しながら20分程度）  （長距離かけっこ200m）  □水遊び  □プール遊び（プール内15分程度）  □高いところから飛び降り（60cm程度）  □音楽に合わせて全身を動かす |
| ４歳児 | □砂あそび  □すべり台をすべる  □ボールを投げたり、  蹴ったりする | □散歩　（　　分まで）  （最高4㎞往復1時間程度）  □階段の昇り降り（　　　階程度）  （歩道橋等）  □鉄棒の前まわり・足抜きまわり  □登り棒を補助されて登る  □水遊び | □走る（　　　　　ｍまで）（　　分まで）  （鬼ごっこ休憩しながら30分程度）  （長距離かけっこ300m）  □プール遊び（プール内20分程度）  □ドッジボール　□相撲  □縄跳び　□太鼓橋を渡る  □音楽に合わせて全身を動かす |
| ５歳児 | □砂あそび  □すべり台をすべる  □ボールを投げたり、  蹴ったりする | □散歩　（　　分まで）  最高5㎞往復1時間15分程度）  □鉄棒前まわり  □ものを運ぶ（給食・バケツの水）  □登り棒を自分で上まで登る  □太鼓橋を渡る  □水遊び | □走る（　　　　　　ｍまで）（　　分まで）  （鬼ごっこ休憩しながら40分程度）  （長距離かけっこ500m）  □プール遊び　（　　　分まで）  （プール内20～30分程度）  □とび箱を助走して飛ぶ  □鉄棒の逆上がり　□相撲  □サッカー　□ドッジボール  □縄跳び  □音楽に合わせて全身を動かす |

該当する指導区分に○をしてください。

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 指導区分 | A | B | C | D | E |
| 在宅医療 | 基本的生活は可能だが  運動は不可 | 軽い運動には参加可 | 中程度の運動まで  参加　可 | 強い運動にも  参加　可 |

※『軽い運動』…同年齢の平均的乳幼児にとって、ほとんど息がはずまない程度の運動。

※『中等度の運動』…同年齢の平均的乳幼児にとって、少し息がはずむが、息苦しくない程度の運動で、身体の強い接触を伴わないもの。

※『強い運動』…同年齢の平均的乳幼児にとって、息がはずみ息苦しさをかんじるほどの運動。