

## 「保健調査票」整形外科項目チェックポイント

整形外科項目については、こちらをご参照いただき(別紙)保健調査票にご記入をお願いします。

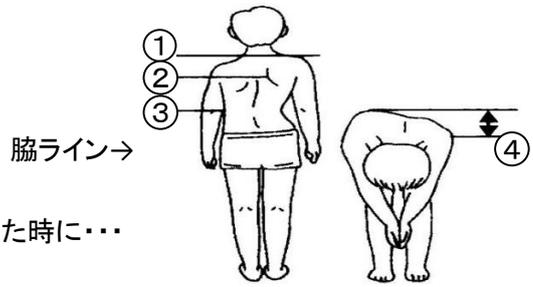
### 背骨が曲がっている

直立した姿勢で後ろから見た時に…

- ①両肩の高さに違いがあるか？
- ②両肩甲骨の位置、高さに違いがあるか？
- ③脇ラインが左右で差があるか？

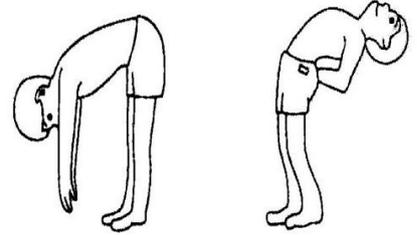
両側の手の平を合わせて両足の中央に手が来るように前屈した時に…

- ④背面(肋骨及び腰)の高さに左右で違いはあるか？



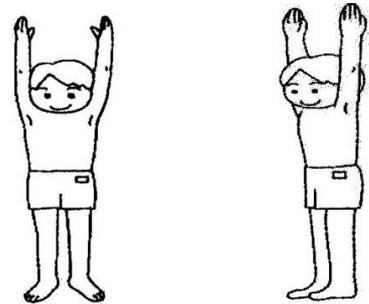
### 腰を曲げたり、反らしたりすると痛みがある

身体を曲げたり、反らしたりした時に腰に痛みがあるか？



### 腕、脚を動かすと痛みがある

- ①両腕をバンザイした時に、腕が耳につくか、または痛みがあるか？
- ②膝を曲げたり伸ばしたり(屈伸)した時に、膝のお皿の下あたりに痛みがあるか？



### 腕、脚に動きの悪いところがある

手のひらを上にして両肩の高さまであげて…

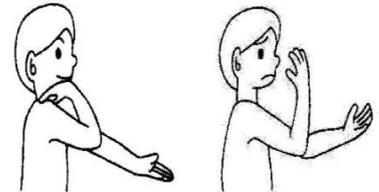
- ①完全に腕が伸びているか、また、左右の差はないか？

肘を曲げた時に…

- ②肘が完全に曲がるか、または手指が肩につくか？

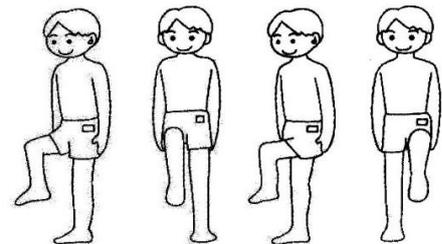
膝を曲げ伸ばし(屈伸)した時に…

- ③うまく曲げられない、または動きが悪い、ひっかかるなどの症状があるか？



### 片脚立ちが5秒以上できない(左右交互にやってください)

片脚立ちすると体が傾いたり、ふらついたりしないか？



### しゃがみこみができない

足の裏を全部床につけて完全にしゃがめるか？

