

# 保育のめやす (3~5歳児用)

氏名 \_\_\_\_\_

施設名 \_\_\_\_\_

/利用クラス ( ) 歳児

診断名 \_\_\_\_\_

下記の表は通常活動です。年齢に関係なくこの表の中から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。

年齢別活動内容 (利用クラス)	軽い運動	中等度の運動	強い運動
	<b>3歳児</b> <input type="checkbox"/> 砂あそび <input type="checkbox"/> すべり台をすべる <input type="checkbox"/> ボールを投げる・蹴る <input type="checkbox"/> シャボン玉をふく <input type="checkbox"/> ブランコに自分で乗る <input type="checkbox"/> 20cm位の高さからの飛び降りる	<input type="checkbox"/> 散歩(分程度まで可) (最高3km往復50分程度) <input type="checkbox"/> 階段の昇り降り(階程度) (歩道橋等) <input type="checkbox"/> 鉄棒のぶらさがり <input type="checkbox"/> 三輪車をこぐ <input type="checkbox"/> 片足けんけん <input type="checkbox"/> マット遊び <input type="checkbox"/> 平均台をわたる <input type="checkbox"/> ジャングルジムに登る	<input type="checkbox"/> 走る( mまで) (分まで) (鬼ごっこ休憩しながら20分程度) (かけっこ200m程度) <input type="checkbox"/> 水遊び <input type="checkbox"/> プール遊び (プール内15分程度) <input type="checkbox"/> 音楽に合わせて全身を動かす <input type="checkbox"/> 泥んこ遊び
	<b>4歳児</b> <input type="checkbox"/> 砂あそび <input type="checkbox"/> すべり台をすべる <input type="checkbox"/> ボールを投げる・蹴る <input type="checkbox"/> 三輪車をこぐ <input type="checkbox"/> ブランコをこぐ <input type="checkbox"/> シャボン玉をふく <input type="checkbox"/> 30cm位の高さから飛び降りる	<input type="checkbox"/> 散歩(分程度まで可) (最高4km往復30分程度) <input type="checkbox"/> 階段の昇り降り(階程度) (歩道橋等) <input type="checkbox"/> 鉄棒の前まわり <input type="checkbox"/> 登り棒を補助されて登る <input type="checkbox"/> 水遊び <input type="checkbox"/> 平均台をわたる <input type="checkbox"/> 泥んこ遊び <input type="checkbox"/> マット遊び <input type="checkbox"/> ジャングルジムに登る <input type="checkbox"/> 片足けんけん	<input type="checkbox"/> 走る( mまで) (分まで) (鬼ごっこ休憩しながら30分程度) (かけっこ300m) <input type="checkbox"/> プール遊び (プール内20分程度) <input type="checkbox"/> ドッジボール <input type="checkbox"/> 相撲 <input type="checkbox"/> サッカー <input type="checkbox"/> 縄跳び <input type="checkbox"/> 太鼓橋を渡る <input type="checkbox"/> フープ遊び <input type="checkbox"/> タイヤ跳び <input type="checkbox"/> 音楽に合わせて全身を動かす <input type="checkbox"/> 雲梯や登り棒で遊ぶ
	<b>5歳児</b> <input type="checkbox"/> 砂あそび <input type="checkbox"/> すべり台をすべる <input type="checkbox"/> ボールを投げる・蹴る <input type="checkbox"/> ブランコをこぐ <input type="checkbox"/> シャボン玉をふく <input type="checkbox"/> 30cm位の高さからの飛び降りる	<input type="checkbox"/> 散歩(分程度まで可) (最高5km往復1時間15分程度) <input type="checkbox"/> 鉄棒前まわり <input type="checkbox"/> ものを運ぶ (椅子) <input type="checkbox"/> 登り棒を自分で上まで登る <input type="checkbox"/> 太鼓橋を渡る <input type="checkbox"/> 水遊び <input type="checkbox"/> ジャングルジムに登る <input type="checkbox"/> 片足けんけん	<input type="checkbox"/> 走る( mまで) (分まで) (鬼ごっこ休憩しながら40分程度) (かけっこ500m) <input type="checkbox"/> サッカー <input type="checkbox"/> プール遊び(分まで) (プール内20~30分程度) <input type="checkbox"/> とび箱を助走して飛ばす <input type="checkbox"/> マット遊び <input type="checkbox"/> 鉄棒の逆上がり <input type="checkbox"/> タイヤ跳び <input type="checkbox"/> 相撲 <input type="checkbox"/> フープ遊び <input type="checkbox"/> ドッジボール <input type="checkbox"/> 縄跳び <input type="checkbox"/> 音楽に合わせて全身を動かす

<b>生活</b> <input type="checkbox"/> シャワー <input type="checkbox"/> 清拭 <input type="checkbox"/> 午睡準備(布団運び) <input type="checkbox"/> 素足で活動 <input type="checkbox"/> うす着 <input type="checkbox"/> 衣服の着脱
<b>行事その他</b> <input type="checkbox"/> 遠足 徒歩 <input type="checkbox"/> 遠足 公共交通機関 <input type="checkbox"/> 運動会
<b>在園継続の場合</b> <input type="checkbox"/> 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

<b>保育時間</b> <input type="checkbox"/> 通常保育時間 (8時間) <input type="checkbox"/> 保育時間制限必要 (時間)
<b>所見</b> <input type="checkbox"/> 呼吸困難 頻呼吸 <input type="checkbox"/> SpO <sub>2</sub> の低下 <input type="checkbox"/> 分泌物の増加 <input type="checkbox"/> 脈の異常 (頻脈) <input type="checkbox"/> けいれん <input type="checkbox"/> 嘔吐 <input type="checkbox"/> その他
<input type="checkbox"/> 特になし

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(集団保育不可)	基本的な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

※ 在宅医療(集団保育不可)の場合、新座市認可保育施設での受入れは不可。

※ 『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。

※ 『中程度の運動』… 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。