

保育のめやす (3～5歳児用)

氏名 _____
診断名 _____

施設名 _____

/利用クラス () 歳児

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)	3歳児	軽い運動	中等度の運動	強い運動	生活	行事その他	保育時間			
	3歳児	☐ 砂あそび ☐ すべり台をすべる ☐ ボールを投げる・蹴る ☐ シャボン玉をふく ☐ ブランコに自分で乗る ☐ 20cm位の高さからの飛び降りる ☐ その他 ()	☐ 散歩(分程度まで可) (最高3km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 ☐ 片足けんけん ☐ マット遊び ☐ 平均台をわたる ☐ ジャングルジムに登る ☐ その他 ()	☐ 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) ☐ 水遊び ☐ プール遊び (プール内15分程度) ☐ 音楽に合わせて全身を動かす ☐ 泥んこ遊び ☐ その他 ()				☐ シャワー ☐ 清拭 ☐ 午睡準備(布団運び) ☐ 素足で活動 ☐ うす着 ☐ 衣服の着脱	☐ 通常保育時間(8時間) ☐ 保育時間制限必要 (時間)	
		4歳児	☐ 砂あそび ☐ すべり台をすべる ☐ ボールを投げる・蹴る ☐ 三輪車をこぐ ☐ ブランコをこぐ ☐ シャボン玉をふく ☐ 30cm位の高さから飛び降りる ☐ その他 ()	☐ 散歩(分程度まで可) (最高4km往復30分程度) ☐ 階段の昇り降り(階程度) (歩道橋等) ☐ 鉄棒の前まわり ☐ 登り棒を補助されて登る ☐ 水遊び ☐ 平均台をわたる ☐ 泥んこ遊び ☐ マット遊び ☐ ジャングルジムに登る ☐ 片足けんけん ☐ その他 ()				☐ 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) ☐ プール遊び (プール内20分程度) ☐ ドッジボール ☐ 相撲 ☐ サッカー ☐ 縄跳び ☐ 太鼓橋を渡る ☐ フープ遊び ☐ タイヤ跳び ☐ 音楽に合わせて全身を動かす ☐ 雲梯や登り棒で遊ぶ ☐ その他 ()	☐ 遠足 徒歩 ☐ 遠足 公共交通機関 ☐ 運動会	☐ 所見なし / ☐ 所見あり ☐ 呼吸困難 頻呼吸 ☐ SPO ₂ の低下 ☐ 分泌物の増加 ☐ 脈の異常(頻脈) ☐ てんかん ☐ その他
		5歳児	☐ 砂あそび ☐ すべり台をすべる ☐ ボールを投げる・蹴る ☐ ブランコをこぐ ☐ シャボン玉をふく ☐ 30cm位の高さからの飛び降りる ☐ その他 ()	☐ 散歩(分程度まで可) (最高5km往復1時間15分程度) ☐ 鉄棒前まわり ☐ ものを運ぶ (椅子) ☐ 登り棒を自分で上まで登る ☐ 太鼓橋を渡る ☐ 水遊び ☐ ジャングルジムに登る ☐ 片足けんけん ☐ その他 ()				☐ 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) ☐ サッカー ☐ 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 ☐ マット遊び ☐ 鉄棒の逆上がり ☐ タイヤ跳び ☐ 相撲 ☐ フープ遊び ☐ ドッジボール ☐ 縄跳び ☐ 音楽に合わせて全身を動かす ☐ その他 ()	☐ 運動会	☐ 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
在園継続の場合										
備考										

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。

年 月 日 医療機関名 _____ 医師名 _____
