

平成26年度 茨城県トレセン U-14 欧州遠征 問診票

平成26年6月22日

No: 地区: 選手名:

ポジション:

所属チーム:

利き足: 右、左

1. サッカー歴、所属チーム歴 (例、小1~アントラーズ、中1~那珂湊中)

2. トレセン歴 (例、小5~県中トレ、小6~県トレ)

3. 他のスポーツ歴 (例、4歳~小2:水泳)

4. 今までにかかったことのある病気

(例、3歳:小児喘息、小4:盲腸で手術、小6:肺炎で2週間入院)

5. 過去の外傷(けが)・障害(使い過ぎ症候群、故障)

(例、小6:右足関節骨折で手術、ギプス固定、中1:左膝オスグット)

6. 現在、治療中の「病気・外傷・障害」はありますか(いつからですか)?

*お薬を飲んでいる場合は、その内容をお書きください。

*現在、痛い部位があれば○をつけてください→

7. 海外旅行は初めてですか?

はい、いいえ

8. 飛行機に搭乗するのは初めてですか?

はい、いいえ

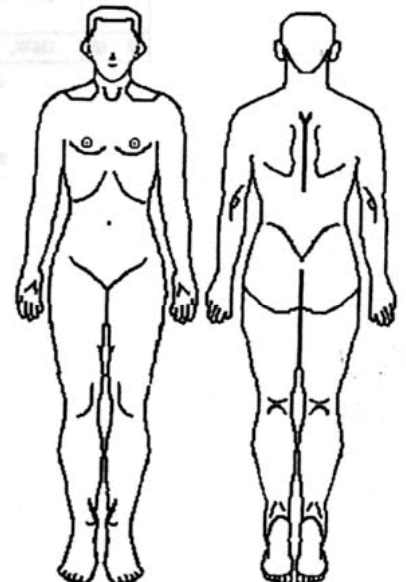
9. 8. で「はい」の方、飛行機酔いしますか?

はい、いいえ

10. バス酔いしますか?

はい、いいえ

11. 今回の欧州遠征に関して、何か不安なことがありますか?



ありがとうございました。

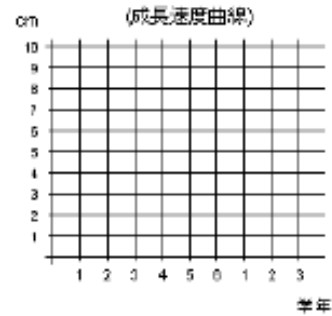
茨城県サッカー協会 スポーツ医科学委員会

上牧 裕 (水戸赤十字病院 整形外科)

スポーツ・ヘルスチェック・シートⅡ (小・中学生用)

氏名 _____

	検査年月日				
身長	(cm)				
体重	(kg)				
体脂肪	(%)				



(1) タイトネス

	検査年月日	要注意			
①	FFD (指床間距離) (cm)	(-)			
②	腸腰筋 R (膝上がり)(+, -) L	(+)			
③	大腿屈筋 R (SLR) (°) L	70° ↓			
④	大腿四頭筋 R (尻上がり)(+, -) L	(+)			
⑤	下腿三頭筋 R (足関節背屈X°) L	10° ↓			

①傍脊柱筋

FFD
届かないのが(-)
届かれば(+)

②腸腰筋

膝かかえ姿勢で検測膝が
上がれば(+)

③大腿屈筋

いわゆるSLR (度)

④大腿四頭筋

HBD
腹臥位での
尻上がりで (+)

⑤下腿三頭筋

仰臥位伸展位での
足関節最大背屈角 (°)

(2) 圧痛

①	肩				
②	肘				
③	腰				
④	膝蓋骨				
⑤	脛骨粗面				
⑥	脛骨内側				
⑦	アキレス腱				
⑧	足関節				
⑨	足部				

(3) 重点チェック項目

腰椎屈曲伸展痛				
肩 CAT、HFT				
不安定性				
足関節不安定性				

(4) その他

記載者名				
------	--	--	--	--

