



福岡県医発第1207号(地)
平成22年 9月 3日

各 医 師 会 長 殿

福岡県医師会
会長 松田 峻一良
(公 印 省 略)

日本医師会認定健康スポーツ医制度実施要領の改定ならびに移行措置について

標記の件につきまして、日本医師会より別紙のとおり通知がありましたのでご連絡いたします。

本件は、日本医師会健康スポーツ医学委員会答申(平成22年3月)をふまえ、健康スポーツ医学講習会カリキュラムや更新要件の見直し等の認定健康スポーツ医制度の改定ならびに現行制度に基づき認定された健康スポーツ医等の新制度への移行措置について、平成22年8月3日開催の日本医師会第13回常任理事会において協議の結果、別紙通知中別添1の日本医師会認定健康スポーツ医制度実施要領ならびに別紙通知中別添2の移行措置が承認され、平成23年4月1日から施行されるものです。

更新の要件、再研修1単位あたりの時間が、下記のとおり改定されております。

なお、改定された認定健康スポーツ医制度ならびに移行措置を円滑に実施していただくための留意事項につきましては、別途お知らせいたします。

つきましては、本実施要領の改定に基づく日本医師会認定健康スポーツ医制度の円滑な実施について、ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

記

【更新要件の改定等について】

①更新要件の改定

- ・現行制度の要件の一つである学会等への参加(努力規定)を削除。
- ・再研修会の受講単位を3単位(90分/単位)から5単位(60分/単位)に変更。

	新制度(平成23年4月1日から)
更新要件	1. 日本医師会が実施または承認した再研修会受講(5単位(1単位/60分)) 2. 健康スポーツ医としての活動(学校、職場、地域等におけるスポーツ医学の立場からの指導・教育・診療活動等)

②健康スポーツ医学再研修会

- ・現行 ⇒ 90分を1単位
- ・平成23年4月1日以降 ⇒ 60分を1単位

日医発第494号(地Ⅱ92)

平成22年8月13日

都道府県医師会長 殿

日本医師会長

原 中 勝 征

日本医師会認定健康スポーツ医制度実施要領の改定ならびに
移行措置について

日本医師会認定健康スポーツ医制度の推進につきまして多大なるご尽力を賜り深く感謝申し上げます。

さて、日本医師会認定健康スポーツ医制度は、平成3年に発足してからこの間、健康スポーツ医学の重要性は増し、その多様性も拡大してきたことから、認定健康スポーツ医制度の養成カリキュラムの見直しが必要となってまいりました。

このたび、健康スポーツ医学委員会答申(平成22年3月)をふまえ、健康スポーツ医学講習会カリキュラムや更新要件の見直し等の認定健康スポーツ医制度の改定ならびに現行制度に基づき認定された健康スポーツ医等の新制度への移行措置について、平成22年8月3日開催の第13回常任理事会において協議いたしました。協議の結果、別添1の日本医師会認定健康スポーツ医制度実施要領ならびに別添2の移行措置が承認され、平成23年4月1日から施行することとなりましたのでお知らせいたします。

なお、改定された認定健康スポーツ医制度ならびに移行措置を円滑に実施していただくための留意事項につきましては、別途お知らせいたします。

つきましては、本実施要領に基づく日本医師会認定健康スポーツ医制度の円滑な実施について、ご理解とご協力をいただきますようお願い申し上げます。また、貴会関係郡市区医師会等に対する周知方につきまして、貴職の特段のご高配を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

日本医師会認定 健康スポーツ医制度 実施要領

平成 22 年 8 月

日本医師会

目 次

I. 目 的	1
II. 運営組織	1
III. 制度発足	1
IV. 認定および登録	1
1. 認 定	
2. 申請手続き	
3. 審査および認定証交付	
4. 登 録	
V. 講習会	2
1. 趣 旨	
2. 講習科目	
3. 開 催	
4. 承認申請	
5. 修了証	
VI. 更 新	4
1. 趣 旨	
2. 要 件	
3. 申請手続き	
4. 審査および認定証交付	
5. 更新手続きの猶予	
VII. 再研修会	5
1. 趣 旨	
2. 研修内容（例示）	
3. 開 催	
4. 承認申請	
5. 受講証明書	

VIII. 称号（認定）の喪失、取消し	6
1. 称号（認定）の喪失	
2. 称号（認定）の取消し	

付 手続き等に用いる諸様式	巻末
付 健康スポーツ医学講習 一般目標・教育目標（参考）	巻末

I. 目 的

近年のスポーツ人口の増加に伴い、発育期の幼児、青少年、成人、老人等に対する運動指導を含めて地域保健の中でのスポーツ指導、運動指導について、医師の果たす役割はきわめて大きい。

地域社会において運動への関心が高まってきていることから、運動を行う人に対して医学的診療のみならず、メディカルチェック、運動処方を行い、さらに各種運動指導者等に指導助言を行い得る医師の養成とその資質の向上が必要とされる。

地域保健活動の一環として都道府県医師会の中のスポーツ医学に関与する医師の組織づくり、体制整備を行い、地域におけるスポーツ医ならびにその実践的活動の振興を図る必要がある。

したがって、日本医師会生涯教育制度の一環として、日本医師会認定健康スポーツ医制度を設ける。

II. 運営組織

本制度の円滑な運営を図るため、日本医師会に認定健康スポーツ医制度運営委員会を設け、日本医師会認定健康スポーツ医（以下、「健康スポーツ医」という。）ならびに健康スポーツ医学講習会（以下、「講習会」という。）、健康スポーツ医学再研修会（以下、「再研修会」という。）の審査等を行う。

III. 制度発足

平成3年度より施行する。

IV. 認定および登録

1. 認 定

日本医師会長は、日本医師会が定める講習科目に基づく講習会を修了したと認めら

れる医師が健康スポーツ医の称号を申請した場合には、審査の結果に基づきこれを付与する。

2. 申請手続き

健康スポーツ医の称号を希望する医師は、次に定める書類に審査、登録料を添えて所属（非会員は勤務地）の都道府県医師会に提出する。

- ① 健康スポーツ医新規申請書（別紙様式1）
- ② 医師免許証の写（非会員のみ）
- ③ 講習会修了証（別紙様式2）の写等

3. 審査および認定証交付

都道府県医師会長は、健康スポーツ医新規申請書の提出を受けた場合には、申請者の講習会受講状況等を個別に審査した上で、申請書および被推薦者一覧表（別紙様式3）を別に定める日までに日本医師会長に提出する。

日本医師会長は、都道府県医師会長から推薦された医師について、認定健康スポーツ医制度運営委員会で審査し、常任理事会の承認を得た後、都道府県医師会を通じて認定証（別紙様式4）を交付する。

4. 登 録

日本医師会は、健康スポーツ医登録台帳に認定証被交付者名等を登録する。

健康スポーツ医としての登録有効期間は5年とする。

健康スポーツ医として登録された医師は、住所等登録事項に変更を生じたときは、すみやかに都道府県医師会を通じて、日本医師会に届け出ることとする。

V. 講習会

1. 趣 旨

健康スポーツ医の養成を目的とする。

2. 講習科目

日本医師会の定める講習科目は以下のとおりである。

〔前期〕

- ① スポーツ医学概論 (60分)
- ② 神経・筋の運動生理とトレーニング効果 (60分)
- ③ 呼吸・循環系の運動生理とトレーニング効果 (60分)
- ④ 内分泌・代謝系の運動生理とトレーニング効果 (60分)
- ⑤ 運動と栄養・食事・飲料 (60分)
- ⑥ 女性と運動 (60分)
- ⑦ 発育期と運動 (小児科系) (60分)
- ⑧ 中高年者と運動 (内科系) (60分)
- ⑨ 発育期と運動 (整形外科系) (60分)
- ⑩ 中高年者と運動 (整形外科系) (60分)
- ⑪ メンタルヘルスと運動 (60分)
- ⑫ 運動のためのメディカルチェックー内科系 (60分)
- ⑬ 運動のためのメディカルチェックー整形外科系 (60分)

〔後期〕

- ⑭ 運動と内科的障害 (急性期・慢性期) (60分)
- ⑮ スポーツによる外傷と障害 (1) 上肢 (60分)
- ⑯ スポーツによる外傷と障害 (2) 下肢 (60分)
- ⑰ スポーツによる外傷と障害 (3) 脊椎・体幹 (60分)
- ⑱ スポーツによる外傷と障害 (4) 頭部 (60分)
- ⑲ 運動負荷試験と運動処方の基本 (60分)
- ⑳ 運動療法とリハビリテーションー内科系疾患 (60分)
- ㉑ 運動療法とリハビリテーションー運動器疾患 (60分)
- ㉒ アンチ・ドーピング (60分)
- ㉓ 障害者とスポーツ (60分)
- ㉔ 保健指導 (60分)
- ㉕ スポーツ現場での救急処置 (60分)

3. 開 催

日本医師会は健康スポーツ医の養成のため講習会を開催する。日本医師会が承認した都道府県医師会等（複数の医師会が合同で実施する場合を含む）による講習会も同様の扱いとする。

日本医師会ならびに都道府県医師会等は、講習会の日時、場所等の必要事項を機関誌等を通じて会員等に周知する。

4. 承認申請

都道府県医師会等が講習会を行う場合には、日本医師会が示す講習科目に基づいて企画し、事前に必要事項（主催、日程、時間、会場、受講資格、講習科目、講師、受講人数、連絡先等）を記載した書類（実施要領等）と講師略歴を添付した「講習会承認申請書」（別紙様式5）を日本医師会長に提出し、承認を受ける。

5. 修了証

日本医師会ならびに都道府県医師会等は、講習会終了後、修了者に「修了証（前期・後期）」（別紙様式2）を交付する。

都道府県医師会等が修了証を交付した場合には、修了証被交付者名簿を日本医師会長に提出する。

VI. 更 新

1. 趣 旨

本制度が将来一層活用されるためには健康スポーツ医が生涯を通じて資質の維持向上に努めることがきわめて重要である。この趣旨により、認定有効期限までに更新のための要件を満たした健康スポーツ医は認定証を更新できることとする。

2. 要 件

更新のためには認定を受け登録された日から5年間に次の①②の要件（具体的内容については別に定める）を満たす必要がある。

- ① 日本医師会が実施または承認した再研修会 5 単位以上受講修了（1 単位は 60 分とする）
- ② 健康スポーツ医としての活動（学校、職場、地域等におけるスポーツ医学の立場からの指導・教育・診療活動等）

3. 申請手続き

健康スポーツ医の更新を希望する医師は、次に定める書類に審査、登録料を添えて所属（非会員は勤務地）の都道府県医師会に提出する。

- ① 健康スポーツ医更新申請書（別紙様式 6）
- ② 再研修会受講証明書（別紙様式 7）の写、健康スポーツ医として学校、職場、地域等におけるスポーツ医学の立場からの指導・教育・診療活動を行ったことを証明する書類等

4. 審査および認定証交付

都道府県医師会長は、健康スポーツ医から健康スポーツ医更新申請書の提出を受けた場合には、申請者の再研修会受講状況、健康スポーツ医としての活動状況等を審査した上で、申請書および被推薦者一覧表（別紙様式 8）を別に定める日までに日本医師会長に提出する。

日本医師会長は、都道府県医師会長から推薦された医師について、認定健康スポーツ医制度運営委員会で審査し、常任理事会の承認を得た後、都道府県医師会を通じて認定証（別紙様式 4）を交付する。

5. 更新手続きの猶予

更新の手続きに関しては、特別の理由がある場合に限り 6 か月間延長できる。

VII. 再研修会

1. 趣 旨

健康スポーツ医の生涯教育を目的として再研修会を開催する。

2. 研修内容（例示）

①運動プログラム特論 ②スポーツ栄養特論 ③女性とスポーツ特論 ④発育期と運動特論 ⑤中高年者と運動特論 ⑥運動処方特論 ⑦運動処方実習 ⑧運動負荷試験特論 ⑨運動負荷試験実習 ⑩運動療法特論 ⑪アンチ・ドーピング特論 ⑫障害者とスポーツ特論 ⑬保健指導特論 ⑭スポーツ現場での救急処置特論 ⑮その他健康スポーツ医活動のために必要な研修内容等

3. 開催

日本医師会は再研修会を開催する。日本医師会が承認した都道府県医師会等（複数の医師会が合同で実施する場合を含む）による研修会も同様の扱いとする。

日本医師会ならびに都道府県医師会等は、再研修会の日時、場所等の必要事項を機関誌等を通じて会員等に周知する。

4. 承認申請

都道府県医師会等が再研修会を行う場合には、日本医師会が示す研修内容を参考として企画し、必要事項（主催、日程、時間、会場、受講資格、研修内容、講師、単位数、受講人数、連絡先等）を記載した書類（実施要領等）を添付した「再研修会承認申請書」（別紙様式9）を日本医師会長に提出し、承認を受ける。

5. 受講証明書

日本医師会ならびに都道府県医師会等は、再研修会終了後に「受講証明書」（別紙様式7）を交付する。

VIII. 称号（認定）の喪失、取消し

1. 称号（認定）の喪失

健康スポーツ医は次の理由により、その称号（認定）を喪失する。

- ① 健康スポーツ医の更新を受けないとき
- ② 健康スポーツ医を辞退したとき

③ 死亡したとき

④ 医師の資格を失ったとき

2. 称号（認定）の取消し

日本医師会長は、健康スポーツ医としてふさわしくない行為のあった医師に対して、認定健康スポーツ医制度運営委員会で審査し、常任理事会の承認を得た後、称号（認定）を取消することができる。

附則

平成3年4月施行

平成9年4月改定

平成11年2月改定

平成22年8月改定

手続き等に用いる諸様式

日本医師会認定健康スポーツ医新規申請書

日本医師会 用

日本医師会長 殿

日本医師会認定健康スポーツ医制度における認定を受けたいので、医師免許証(写)、修了証(写)等に審査・登録料を添えて申請いたします。

申請する都道府県	都道府県	氏名	印
----------	------	----	---

この欄は記入しないで下さい。

認定証番号： 有効期限：

太枠線内に必ず記入して下さい。

1. 医師登録番号		2. 医師登録日	1. 明治 3. 昭和	2. 大正 4. 平成	年	月	日	
3. フリガナ								
4. 申請者氏名	姓		名					
5. 性別	1. 男	2. 女	6. 生年月日	1. 明治 3. 昭和	2. 大正 4. 平成	年	月	日
7. 開業・勤務の別	1. 開業 2. 勤務 3. その他							

8. 所属施設名							
9. 施設所在地	TEL		FAX				
	都道府県						
10. 自宅現住所	TEL		FAX				
	都道府県						

11. E-MAILアドレス

12. 診療科目 あなたの取り扱う診療科目を10科目以内で番号に○をつけてください。	I	01 内科	02 呼吸器内科	03 循環器内科	04 消化器内科(胃腸内科)	05 腎臓内科	06 神経内科
		07 糖尿病内科(代謝内科)	08 血液内科	09 皮膚科	10 アレルギー科	11 リウマチ科	12 感染症内科
		13 小児科	14 精神科	15 心療内科			
	II	20 外科	21 呼吸器外科	22 循環器外科(心臓・血管外科)	23 乳腺外科	24 気管食道外科	25 消化器外科(胃腸外科)
	26 泌尿器科	27 肛門外科	28 脳神経外科	29 整形外科	30 形成外科	31 美容外科	
	32 眼科	33 耳鼻いんこう科	34 小児外科	35 産婦人科	36 産科	37 婦人科	
III	50 リハビリテーション科	51 放射線科	52 麻酔科	53 病理診断科	54 臨床検査科	55 救急科	
IV	60 臨床研修医	61 全科	80 その他()	99 無			

13. 日本医師会健康スポーツ医学学習会または日本医師会が承認した健康スポーツ医学学習会の受講歴

講習会の名称	添付資料
修了証番号：第 号 交付年月日：平成 年 月 日 交付者名：	1. 前期 2. 後期 3. 前期 後期 4. 日整会 1. 有 2. 無
修了証番号：第 号 交付年月日：平成 年 月 日 交付者名：	1. 前期 2. 後期 3. 前期 後期 4. 日整会 1. 有 2. 無

14. 日本体育協会 公認スポーツドクター

認定証番号：第 号 認定年月日：平成 年 月 日

15. 日本整形外科学会 認定スポーツ医

認定証番号：第 号 認定年月日：平成 年 月 日

氏名、自宅住所等、個人情報日本医師会認定健康スポーツ医制度の運営に係る業務に限り利用させていただきます。

別紙様式 2

第 号

証

殿

あなたは日本医師会認定健康スポーツ医制度における健康スポーツ医学講習会に出席され、所定の講習科目（前期・後期）を履修されたことをここに証します。

年 月 日

実施主体者名 印

別紙様式 3

認定健康スポーツ医被推薦者一覧表（認定）

年 月 日

日本医師会長 殿

下記の者を推薦いたします。

都道府県医師会長

印

	氏 名	講習会修了	備 考	* 認定証番号
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

*認定証番号欄は記入しないで下さい。

別紙様式 4

証

殿

あなたは日本医師会認定健康スポーツ医であることを
証します。

認定年月日 年 月 日
認定有効期限 年 月 日

日本医師会長

印

この証は第 号をもって日本医師会の原簿に登録した

日本医師会事務局長 印

別紙様式 5

健康スポーツ医学講習会承認申請書

年 月 日

日本医師会長 殿

実施主体者名 印

日本医師会認定健康スポーツ医制度における健康スポーツ医学講習会として承認を受けたいので、当該講習会の実施要領等を添えて申請いたします。

日本医師会認定健康スポーツ医更新申請書

日本医師会 用

日本医師会認定健康スポーツ医制度における認定の更新を受けたいので、研修記録に審査・登録料を添えて申請いたします。

申請する都道府県 都道府県 氏名 印

1～11の項目は打ち出し内容に変更、訂正のある場合のみ記入して下さい。

この欄は記入しないで下さい。
認定証番号: 有効期限:

1. 申請者氏名:												
	姓						名					
2. 性別:	1. 男 2. 女											
3. 生年月日:	1. 明治 3. 昭和	2. 大正 4. 平成		年		月		日				
4. 医師登録番号:	第						号					
5. 医師登録口:	1. 明治 3. 昭和	2. 大正 4. 平成		年		月		日				
6. 開業・勤務の別:	1. 開業 2. 勤務 3. その他											

7. 所属施設名:

8. 施設所在地:

TEL () FAX ()
 -

9. 自宅現住所:

TEL () FAX ()
 -

10. E-Mailアドレス:

11. 診療科目:

あなたの取り扱う診療科目の番号を10科目内で○で囲んで下さい。	I	01: 内科	02: 呼吸器内科	03: 循環器内科	04: 消化器内科 (胃腸内科)	05: 腎臓内科	06: 神経内科
		07: 糖尿病内科 (代謝内科)	08: 血液内科	09: 皮膚科	10: アレルギー科	11: リウマチ科	12: 感染症内科
		13: 小児科	14: 精神科	15: 心療内科			
	II	20: 外科	21: 呼吸器外科	22: 循環器外科 (心臓血管外科)	23: 乳腺外科	24: 気管食道外科	25: 消化器外科 (肝胆外科)
	26: 泌尿器科	27: 肛門外科	28: 脳神経外科	29: 整形外科	30: 形成外科	31: 美容外科	
	32: 眼科	33: 耳鼻いんこう科	34: 小児外科	35: 産婦人科	36: 産科	37: 婦人科	
III	50: リハビリテーション科	51: 放射線科	52: 麻酔科	53: 病理診断科	54: 臨床検査科	55: 救急科	
IV	60: 臨床研修医	61: 全科	80: その他()				99: 無

以下の項目も必ず記入して下さい。

12. 日本医師会が実施または承認した再研修会受講歴			
再研修会の名称	開催年月日	取得単位	添付資料
	平成 年 月 日	単位	1. 有 2. 無
	平成 年 月 日	単位	1. 有 2. 無
	平成 年 月 日	単位	1. 有 2. 無
	平成 年 月 日	単位	1. 有 2. 無

13. 健康スポーツ医としての活動歴			
活動の名称(または内容)	活動期間(回数)	参加日数	添付資料
	年 月～年 月 (回)	日	1. 有 2. 無
	年 月～年 月 (回)	日	1. 有 2. 無
	年 月～年 月 (回)	日	1. 有 2. 無

氏名、自宅住所等、個人情報日本医師会認定健康スポーツ医制度の運営に係る業務に限り利用させていただきます。

別紙様式 7

第 号

証

殿

あなたは日本医師会認定健康スポーツ医制度における健康
スポーツ医学再研修会に出席され、下記のとおり履修された
ことをここに証します。

記

計 単位

年 月 日

実施主体者名 印

別紙様式 8

認定健康スポーツ医被推薦者一覧表（更新）

年 月 日

日本医師会長 殿

下記の者を推薦します。

医師会長
印

	氏 名	更 新 要 件		認定証番号***
		* 再研修会	** 活 動 歴	
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				

- * 再研修会には修了単位数を記入してください。
 ** 活動歴については、該当する欄に○印をして下さい。
 *** 認定証番号を必ず記入して下さい。

別紙様式 9

健康スポーツ医学再研修会承認申請書

年 月 日

日本医師会長 殿

実施主体者名 印

日本医師会認定健康スポーツ医制度における健康スポーツ
医学再研修会として承認を受けたいので、当該研修会の実施
要領等を添えて申請いたします。

[参考]

健康スポーツ医学講習 一般目標・教育目標

1. スポーツ医学概論 (60分)

一般目標

スポーツ医学の概念を把握させ、現代社会におけるスポーツ医学の重要性を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 健康の概念とスポーツ医学の概念
- 2) 健康と身体活動の関係
- 3) 現代社会におけるスポーツと身体活動の重要性
- 4) わが国のスポーツ医学の現状と展望

2. 神経・筋の運動生理とトレーニング効果 (60分)

一般目標

身体活動に対する適切な指導、助言をすることができるようにするために、身体活動に関連して骨格筋と神経系の構造、機能、およびトレーニング効果について理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 骨格筋の構造や、ファイバータ입と収縮機構、代謝
- 2) 筋収縮と神経系機能の関係
- 3) 筋収縮の諸様式とその特性
- 4) 筋力トレーニングの方法と効果
- 5) 神経系のトレーニングと効果

3. 呼吸・循環系の運動生理とトレーニング効果 (60分)

一般目標

運動による呼吸・循環系の変化とトレーニング効果を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 運動による呼吸系（呼吸数、換気量、肺拡散容量、酸素摂取量等）の変化とその調節
- 2) 運動による循環系（心拍数、心拍出量、血圧、血流量等）の変化とその調節
- 3) 呼吸・循環系に対するトレーニング方法とその効果

4. 内分泌・代謝系の運動生理とトレーニング効果 (60分)

一般目標

運動による内分泌系や代謝系の変化、運動の仕方による相違等を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 運動時の炭水化物、脂質、たんぱく質の代謝
- 2) 運動の仕方による、これら栄養素の代謝過程の変化や、ホルモン動態
- 3) 有酸素性エネルギー代謝、無酸素性エネルギー代謝、AT等

5. 運動と栄養・食事・飲料 (60分)

一般目標

運動の効果を高め、障害を予防するための栄養の取り方、食事の仕方、水分摂取等について理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 各種運動のエネルギー消費量と、摂取すべき栄養素の量
- 2) 運動と関連して、食事の仕方
- 3) 健康増進や運動療法における栄養と運動の関わり
- 4) 運動時の水分等の補給

6. 女性と運動 (60分)

一般目標

女性特有の身体的変化、運動の効果及びスポーツ障害について理解させ、女性の身体的特徴に適した運動の指導、助言ができるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 小児から成人への女性特有の形態、機能、体力における変化
- 2) 月経、妊娠、更年期の生理と運動の影響、注意点等
- 3) 女性スポーツにおける特徴的なスポーツ障害と予防法

7. 発育期と運動 (小児科系) (60分)

一般目標

発育・発達に伴う各種身体的変化や心理的变化を把握し、発育期のそれぞれの年代における運動の効果について理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 発育に伴う各種身体的変化
- 2) 発育期における身体活動の意義を内科・小児科の立場から述べ、それに適した運動指導
- 3) 発育期における内科的スポーツ障害の特徴とその予防法
- 4) 有疾患児の運動指導

8. 中高年者と運動（内科系）（60分）

一般目標

加齢に伴う身体機能変化と、中高年期における健康増進のための運動・身体活動の役割について理解させる（女性特有の点については「6. 女性と運動」で講義されているので、ここでは基本的な内容とする）。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 加齢に伴う各種身体機能の変化
- 2) 加齢に伴う生活習慣の変化（運動習慣、身体活動量、喫煙、食習慣等）、中高年期に多くなる疾病
- 3) 中高年期における運動・身体活動の意義について、危険因子の減少、疫学研究による罹患率・死亡率の低下の観点
- 4) 高年期における運動・身体活動の意義について、介護予防の観点
- 5) 中高年期における運動・スポーツ障害の特徴とその予防法（メディカルチェックと内科的障害については、12. と14. で取り上げられているので、ここでは基本的な内容とする。）

9. 発育期と運動（整形外科系）（60分）

一般目標

発育・発達に伴う身体的変化、発育期における運動器の特徴、発育期における運動・スポーツの効果と障害を理解させ、各年齢に適した基本的な運動指導ができるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 発育期の運動器の特徴
- 2) 整形外科の立場からみた発育期における身体活動の意義と効果

- 3) 整形外科の立場からみた年齢に応じた運動・スポーツの指導と注意点
- 4) 発育期におけるスポーツ外傷・障害の特徴
- 5) 発育期の主なスポーツ外傷・障害とその予防法

10. 中高年者と運動（整形外科系）（60分）

一般目標

加齢に伴う身体的変化と運動器の特徴、中高年者における運動・スポーツの効果と障害を理解させ、中高年者に適した基本的な運動指導ができるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 中高年者の運動器の特徴
- 2) 健康寿命の延伸に関して運動器の重要性
- 3) 整形外科の立場からみた中高年者の運動・スポーツの意義と効果
- 4) 整形外科の立場からみた中高年者の運動・スポーツの実施方法と注意点
- 5) 中高年者の主なスポーツ外傷・障害とその予防法
- 6) 加齢に伴う運動器疾患を有する中高年者に対する運動・スポーツのあり方
- 7) 骨粗鬆症に関して運動・スポーツの重要性

11. メンタルヘルスと運動（60分）

一般目標

運動がメンタルヘルス（心の健康）に及ぼす影響について理解させ、指導、助言ができるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 身体活動が精神・精神疾患症状に及ぼす影響
- 2) 運動のメンタルヘルスへの効果と運動時の注意点
- 3) スポーツ選手にみられる精神症状と対処方法

12. 運動のためのメディカルチェックー内科系（60分）

一般目標

運動・スポーツ参加の安全性を確保し、運動・スポーツの効果をあげることを目的としたメディカルチェック（内科系）と健康管理の意義と方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) スポーツ・運動参加前に行うメディカルチェック（内科系）の意義
- 2) メディカルチェックに必要な問診
- 3) メディカルチェック（内科系）の基本検査項目（身体所見、血圧、血液検査、尿検査、心電図、胸部X線）について、項目の内容とその読み方と運動の影響
- 4) 基本検査項目に追加する二次検査（心臓超音波検査、運動負荷試験、呼吸機能検査、心臓核医学検査、心血管造影検査、腎臓・肝臓機能検査）の適応
- 5) メディカルチェックによるリスク評価と運動許容条件（禁止項目）
- 6) 運動実施直前の健康管理の重要性

13. 運動のためのメディカルチェックー整形外科系（60分）

一般目標

安全にスポーツ活動を行うための運動器のメディカルチェックの意義と方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 運動器メディカルチェック（整形外科的メディカルチェック）の意義
- 2) 代表的な運動器メディカルチェックについて具体的実施方法
- 3) 運動器メディカルチェックの運動指導への反映と再チェックの必要性
- 4) 身体部位別の運動器メディカルチェック
- 5) スポーツ種目別の運動器メディカルチェック
- 6) その他、年齢、性差、個人的な背景に基づいた運動器メディカルチェック

14. 運動と内科的障害（急性期・慢性期）（60分）

一般目標

スポーツによる内科的障害にどのようなものがあるかを理解させる。また、スポーツにおける突然死、熱中症を予防するために、それぞれの原因と機序、対策を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) スポーツ中の突然死とその予防（予防の限界も含めて）
- 2) 高温環境化における運動中の体温調節および水分、塩分代謝、スポーツ中の熱中症とその予防
- 3) その他急性および慢性の内科的障害の列挙（貧血、オーバートレーニング、運動誘

発性ぜん息など)

15. スポーツによる外傷と障害 (1) 上肢 (60分)

一般目標

上肢のスポーツ外傷・障害について、その診断、発生機序、病態、治療、予防（再発予防を含む）等の基本的知識と適切な対応ができるよう具体的方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 上肢の代表的なスポーツ外傷・障害について、発生機序、病態、診断、治療、予防（再発予防を含む）
- 2) 上肢の代表的なスポーツ外傷・障害について、スポーツ種目や年齢による特徴

16. スポーツによる外傷と障害 (2) 下肢 (60分)

一般目標

下肢のスポーツ外傷・障害について、その診断、発生機序、病態、治療、予防（再発予防を含む）等の基本的知識と適切な対応ができるよう具体的方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 下肢の代表的なスポーツ外傷・障害について、発生機序、病態、診断、治療、予防（再発予防を含む）
- 2) 下肢の代表的なスポーツ外傷・障害について、スポーツ種目や年齢による特徴

17. スポーツによる外傷と障害 (3) 脊椎・体幹 (60分)

一般目標

脊椎・体幹のスポーツ外傷・障害について、その診断、発生機序、病態、治療、予防（再発予防を含む）等の基本的知識と適切な対応ができるよう具体的方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 脊椎・体幹の代表的なスポーツ外傷・障害（骨盤・股関節の外傷と障害、胸部・腹部の外傷を含む）について、発生機序、病態、診断、治療、予防（再発予防を含む）
- 2) 脊椎・体幹の代表的なスポーツ外傷・障害について、スポーツ種目や年齢による特徴
- 3) 脊髄損傷

18. スポーツによる外傷と障害（４）頭部（60分）

一般目標

頭部のスポーツ外傷・障害の発生状況、発生機序、診断、初期治療、予防対策等について理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 以下の病態の発生機序、診断、初期治療、治療上の問題点等
 - (ア) 脳震盪
 - (イ) 頭蓋骨骨折
 - (ウ) 頭蓋内出血
 - (エ) 脳挫傷
 - (オ) その他（顔面の外傷を含む）
- 2) 頭部スポーツ外傷後の競技復帰に関する留意点等
- 3) 頭部スポーツ外傷の予防対策

19. 運動負荷試験と運動処方の基本（60分）

一般目標

運動負荷試験の意義、方法、判定法と一般的な運動処方作成の基本的な考え方を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 運動負荷試験の目的、適応および禁忌条件
- 2) 運動負荷試験の方法、実施に関する注意点
- 3) 運動負荷試験の安全な運用と中止判定
- 4) 測定指標（自覚症状、心拍数、血圧など）の評価と運動処方への適用
- 5) 運動処方の構成要素（運動の種類・強度・時間・頻度、運動実施上の注意）
- 6) 運動の種類（全身持久的運動、レジスタンス運動、柔軟性運動）別の処方と実施上の注意点

20. 運動療法とリハビリテーションー内科系疾患（60分）

一般目標

内科系疾患の運動療法、リハビリテーションのための運動処方を作成し、その実施の指導、助言する方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

各種内科系疾患について、急性運動の影響、運動療法の適応・禁忌条件、運動処方の内容（運動実施上の注意を含む）、運動効果の評価、食事療法との関連

- 1) 高血圧症、2) 糖尿病、3) 脂質異常症、4) 肥満・メタボリックシンドローム、5) 心疾患、6) その他

21. 運動療法とリハビリテーションー運動器疾患（60分）

一般目標

運動器疾患を有する人に対して運動療法やリハビリテーションの処方ができるようにするためにその基本的な方法を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 運動器疾患を有する人に対する身体運動の基本的な考え方と運動器疾患に対する治療の一つとしての運動療法（具体的な実施方法を含めて）
- 2) スポーツ外傷・障害に対するメディカルリハビリテーション・アスレチックリハビリテーションに関する基本的知識と具体的な実施方法
- 3) 内科的疾患等の合併症を有する者に対する運動療法・リハビリテーション実施上の留意点
- 4) 物理療法（水治療、電気療法、温熱・寒冷療法等）についての基本的知識
- 5) ストレッチング、テーピングや装具、コンディショニングの重要性

22. アンチ・ドーピング（60分）

一般目標

スポーツにおけるドーピング問題とアンチ・ドーピング活動を理解させる。また、治療目的使用に係わる除外措置（TUE）の申請やスポーツ関係者へのアンチ・ドーピングの教育・啓発ができるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) ドーピングの問題点とアンチ・ドーピング活動
- 2) アンチ・ドーピングの規則と禁止リスト
- 3) ドーピングコントロールの実際
- 4) 治療目的使用に係わる除外措置（TUE）の申請

5) その他ドーピングに関連する事項

23. 障害者とスポーツ (60分)

一般目標

障害者スポーツの特性や障害者スポーツにおけるスポーツ外傷・障害を理解させ、対処法を習得できるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 障害の種類
- 2) 障害者スポーツの種類
- 3) 各障害の特性と併存症
- 4) 各障害に伴うスポーツ外傷・障害の特殊性と対処法
- 5) 障害者スポーツのドーピング防止
- 6) その他障害者スポーツに関連する事項

24. 保健指導 (60分)

一般目標

医師として、運動（身体活動）、栄養（食事、飲酒）、休養（睡眠）、禁煙などの生活指導の重要性を理解させ、健康維持増進、疾病の予防・改善を目的とした正しい指導や助言ができるようにする。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 生活習慣病の予防・改善に食生活・身体活動が果たす役割
- 2) 日常生活において適切な身体活動、食生活、睡眠、禁煙などを促す指導法
- 3) 行動変容段階に応じた保健指導の手法
- 4) 「特定健診・特定保健指導」制度

25. スポーツ現場での救急処置 (60分)

一般目標

競技会等スポーツ現場における救急医療体制のあり方と救急処置の実際を理解させる。

教育目標

以下の事項について説明する。

- 1) 競技会等スポーツ現場における救急疾患・外傷と救急医療体制のあり方

- 2) 競技会等スポーツ現場におけるバイタルサインの適切な把握、各種救急処置
- 3) 心肺蘇生法（一次救命処置(AED)・二次救命処置)
- 4) 骨折、脱臼の救急処置（R I C E、捻挫、打撲(挫傷)、創傷)
- 5) その他救急処置に関連する事項

認定健康スポーツ医制度実施要領 改定に伴う移行措置

平成 22 年 8 月

日 本 医 師 会

移行措置について

日本医師会認定健康スポーツ医制度は、平成23年3月までは旧制度に基づき運営し、平成23年4月から新制度へ移行します。それに伴い、円滑な移行を行うため以下のとおり移行措置を定めました。移行措置期間は、平成23年4月1日から平成28年3月31日までの5年間とします。

①旧カリキュラムの前期・後期修了者（新規申請者）

既に健康スポーツ医学講習会（旧カリキュラム）の前期または後期いずれかを修了した医師、もしくは前期・後期両方を修了した医師に対する移行措置です。

	旧制度 平成23年3月31日まで	移行措置5年間 平成23年4月1日～28年3月31日まで
新規 申請者	①前期もしくは後期修了者	残りの前期もしくは後期を新カリキュラムで修了し、平成28年3月31日までに新規申請ができる
	②前期・後期両方修了者	平成28年3月31日までに新規申請ができる

※平成28年3月31日までに新規申請手続きが出来なかった医師は、上記移行措置の対象外となり、新カリキュラムの前期・後期を両方受講修了し申請する必要があります。

※新カリキュラムに基づき前期・後期を修了されている医師は、移行措置の対象外です。

②旧制度に基づいて認定された健康スポーツ医（更新申請者）

旧制度に基づいて認定された健康スポーツ医に対する移行措置です。

	移行措置 (有効期限が平成28年3月までの認定健康スポーツ医)
更新要件	1. 日本医師会が実施または承認した新制度に基づいた再研修会を受講（更新期限までに3単位。分数は問わないものとする。） 2. 健康スポーツ医としての活動（学校、職場、地域等におけるスポーツ医学の立場からの指導・教育・診療活動等）

※平成23年4月以降に開催される再研修会は全て60分1単位となります。

③日本整形外科学会ならびに日本体育協会による認定制度の認定医もしくは研修等修了者（新規申請者）

次の医師は健康スポーツ医学講習会と同等以上の講習を受講修了しているとみなし、日本医師会の健康スポーツ医学講習会が受講免除となっていますが、その認定医・研修等修了者に対する移行措置です。

- a 日本整形外科学会認定スポーツ医（ただし、認定番号4001番以上の医師に限ります）
- b 日本整形外科学会スポーツ医学研修会総論A修了者
- c 日本体育協会公認スポーツドクター
- d 日本体育協会公認スポーツドクター養成講習会基礎科目修了者

	移行措置 (移行措置期間：平成23年4月1日～平成28年3月31日迄)
講習会 カリキュラム (受講免除)	平成23年3月31日時点で a～d いずれかに該当する医師については、新カリキュラムに基づく健康スポーツ医学講習会を受講しなくても、新規申請ができる

※ただし、平成28年3月31日までに新規申請手続きが出来なかった者は、受講免除の対象にはならない。

※また、健康スポーツ医学講習会受講免除については、初回の新規申請時一回に限ります。