

# **「Trainer Styles 傷害管理システム」**

---

ユーザマニュアル 1.3.0.0 版

Trainer Styles アプリ 1.3.0 版

2022年6月  
アスレテック

## 目次

はじめに.....	5
Trainer Styles システム概要	
Trainer Styles システムのデータ管理	
動作環境.....	6
PC 端末	
タブレット端末	
スマートフォン端末	
初回ログイン.....	7
WEB システム (Trainer Styles)	
パスワード設定	
iPhone/Android アプリ (Trainer Styles)	
LINE 連携 (チャットボット)	
メンバー登録.....	10
選手の登録・脱退	
トレーナー/指導者の登録・脱退	
傷害管理.....	12
傷害管理機能の概要	
ケガのカルテ登録.....	13
傷害情報を新規登録する	
SOAP 情報を新規登録する	
競技復帰 (完治) を登録する	
ケガのカルテ出力.....	16
傷害情報を PDF で出力する	
SOAP 情報を PDF で出力する	
既往歴管理.....	18
既往歴から傷害情報を編集・削除する	
既往歴から SOAP 情報を編集・削除する	
スマートフォン アプリ (Trainer Styles) 機能.....	20
傷害情報を新規登録する	

SOAP 情報を新規登録する  
既往歴を参照する

**傷害・活動レポート..... 22**

傷害レポート機能の概要

傷害レポート出力..... 22

活動レポート作成..... 23

日報を新規登録する  
日報を PDF で出力する  
日報の履歴を編集する

**リハビリ管理..... 25**

リハビリ管理機能の概要

独自のお気に入りプログラム作成..... 26

独自のトレーニング動画作成..... 28

トレーニングプログラム作成..... 30

トレーニングプログラムを新規作成する  
トレーニングプログラムを PDF で出力する

リハビリプログラム履歴..... 33

リハビリプログラムの履歴を編集・削除する

リハビリ実績記録..... 34

リハビリ実績記録を確認する

リハビリプロトコール作成..... 35

リハビリプロトコールを新規作成する  
リハビリプロトコールのリハビリメニューを編集・削除する  
リハビリプロトコールのリハビリ日数を編集・削除する

スマートフォン アプリ (Trainer Styles) 機能..... 38

リハビリプロトコールのリハビリメニューを編集する  
リハビリプロトコールのリハビリ日数を編集する  
リハビリ実績記録を確認する

統計分析..... 40

傷害分析の概要

    グラフを表示する

    グラフを画像で出力する

傷害情報を CSV で出力する..... 41

操作履歴..... 42

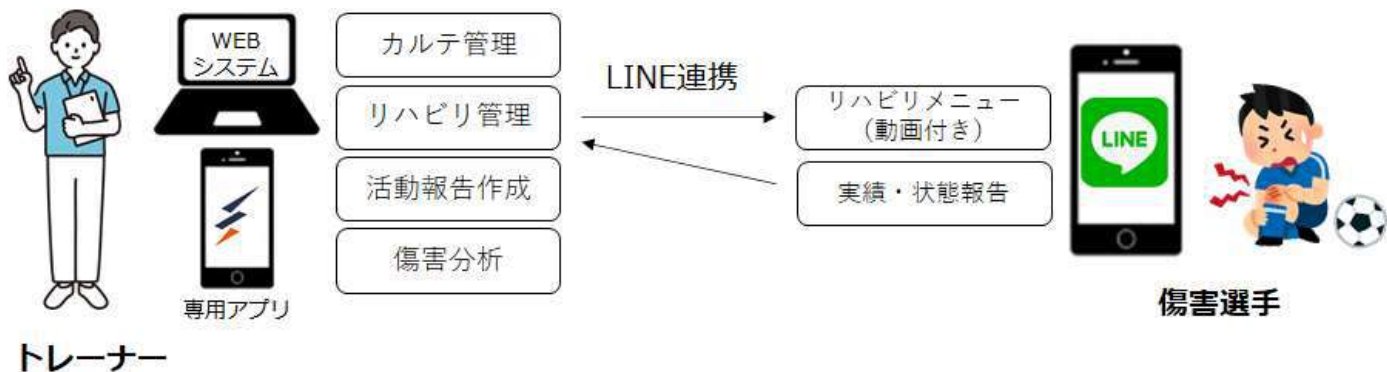
操作履歴の概要

    操作履歴を管理する

## はじめに

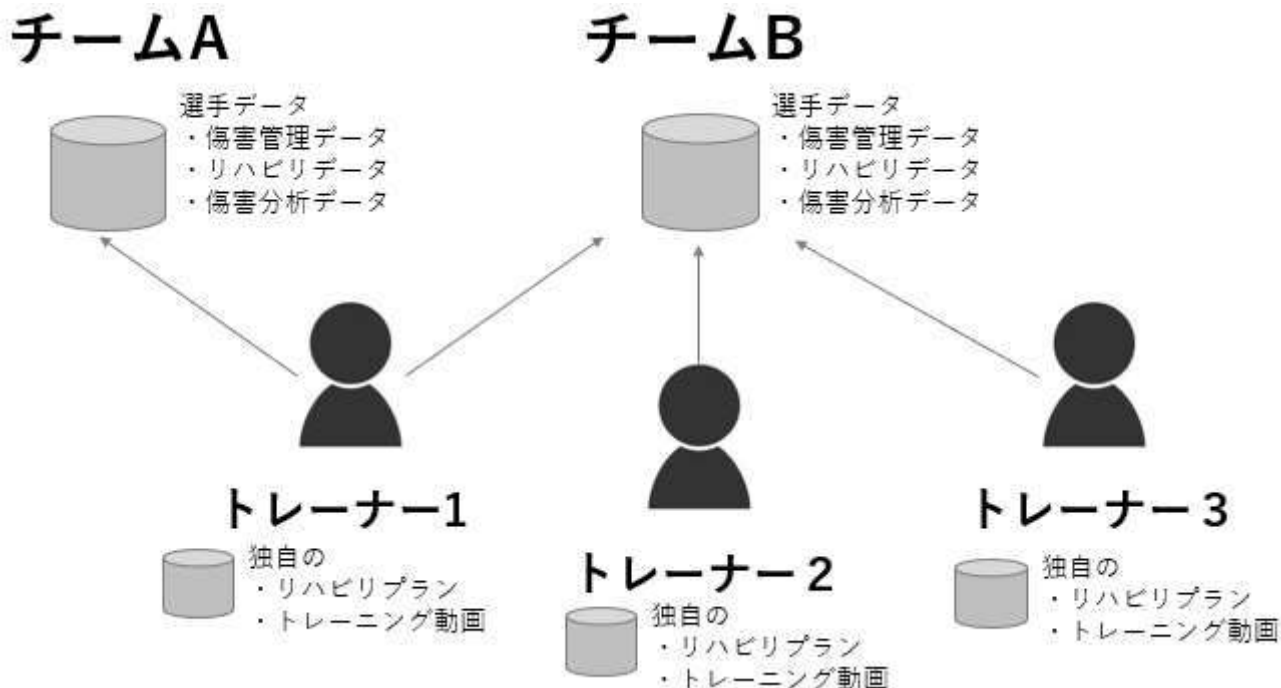
### Trainer Styles システム概要

本システムではスポーツ選手に特化した傷害およびリハビリプログラムをPC、タブレット、スマートフォンで一括管理することができます。また、選手に対して作成したリハビリプログラムやトレーニング動画をアプリ連携することが可能です。



### Trainer Styles システムのデータ管理

スポーツ選手のデータ（傷害情報等）はチームまたは選手側で管理し、複数のトレーナーで情報を共有できます。またトレーナー独自のリハビリプログラムやトレーニング動画はトレーナー側で管理し、複数のチームで活用することができる仕様となります。



## 推奨動作環境

### ■ PC 端末

動作環境	PC	
	Windows	Mac
OS	Windows 10 以上	Mac OS 10.12 以上
ブラウザ	<b>Chrome 80.0 以上</b> Microsoft Edge 44 以上	<b>Chrome 80.0 以上</b> Safari 13.0 以上

### ■ タブレット端末

動作環境	タブレット	
	iPad	
OS	iOS 10.12 以上	
ブラウザ	Safari 13.0 以上	

### ■ スマートフォン端末

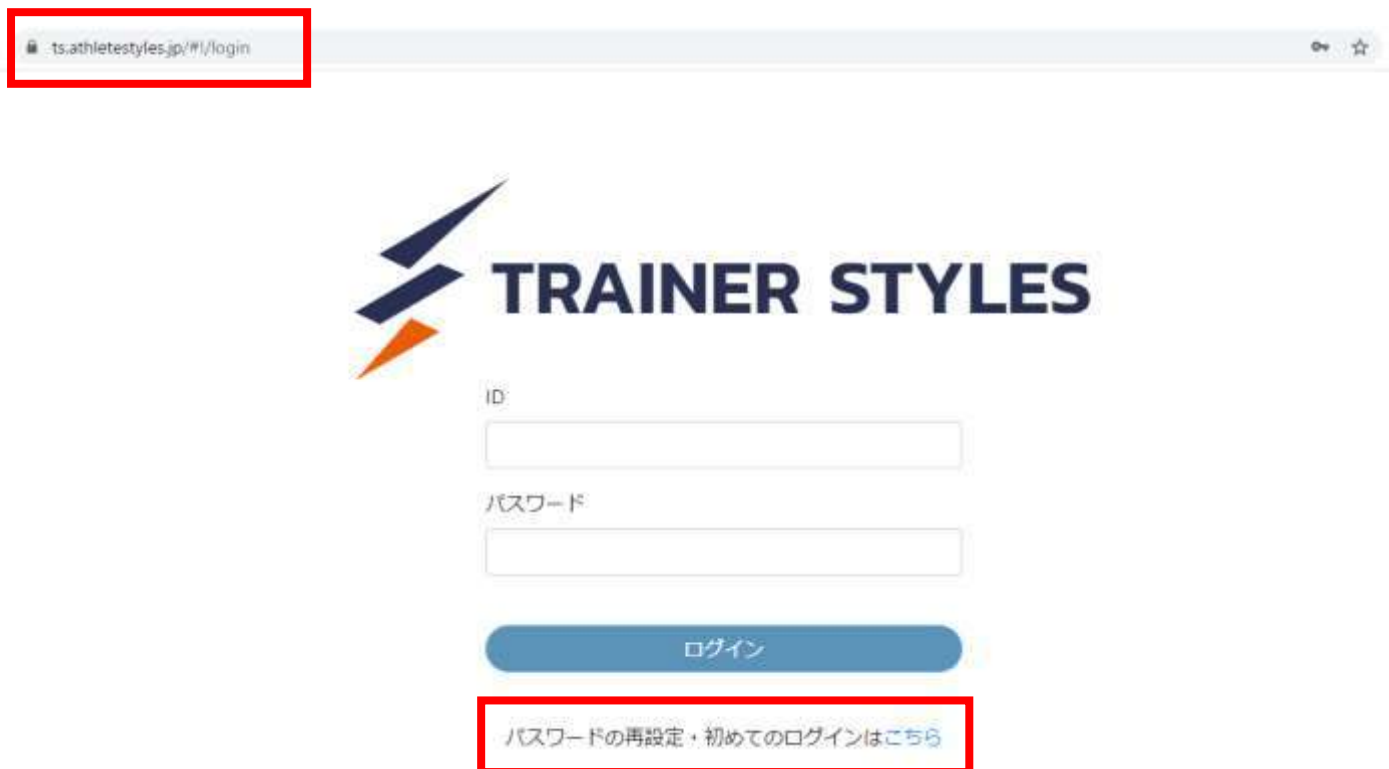
動作環境	スマートフォン	
	iPhone アプリ	Android アプリ
OS	iOS 10.12 以上	Android8.0 以上

※**太字**は動作保証対象となります。

## 初回ログイン

### WEB システム (Trainer Styles)

- ① URL : 「<https://ts.athletestyles.jp>」 にアクセスしてログイン画面を表示
- ② 「パスワードの再設定・初めてのログインはこちら」 からパスワードを発行します  
※ご登録されたメールアドレス宛てに初期パスワードのメールが届きます
- ③ 発行された「ID」及び「初期パスワード」を入力してログインします



### パスワード設定

- ① ログイン画面で「パスワードの再設定・初めてのログインはこちら」をクリックします
- ② メールアドレスを入力して「メール送信」ボタンをクリックします
- ③ メールアドレス宛てに初期パスワードのメールが届きます
- ④ メールの手順に沿ってパスワードを設定します

### iPhone/Android アプリ (Trainer Styles アプリ)

- ① 「App Store」「Google Play」アプリを開き「検索」
- ② 「trainerstyles」を検索し「入手」をタップ
- ③ 右記の「trainerstyles」をインストールしてください
- ④ WEB システムで発行された「ID」及び「パスワード」を入力してログインします



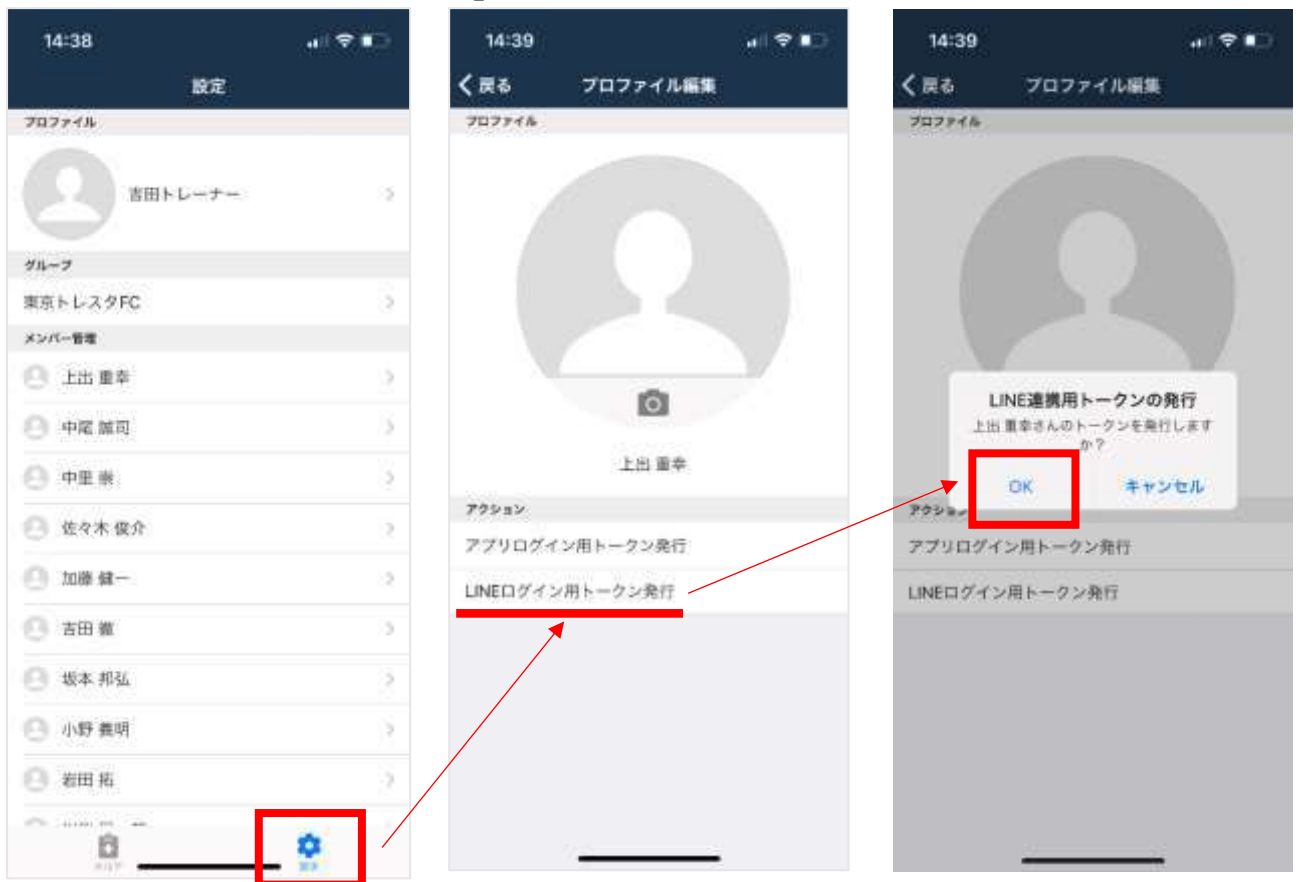
## LINE 連携 (チャットボット)

### ■専用アプリ (Trainer Styles)

- ① 設定画面から LINE 連携する選手を選択します
- ② 「LINE ログイン用トークン発行」を押下します
- ③ トークン発行の確認画面で「OK」ボタンを押下します



## トレーナー操作



- ④ 「LINE ログイン用トークン」を選手に LINE やメール等で送付してください  
※トークンの有効期限が切れた場合は同じ手順で再発行できます





■ 傷害選手側のスマートフォン端末

⑤ LINE アプリで友だち追加「QR コード」読取



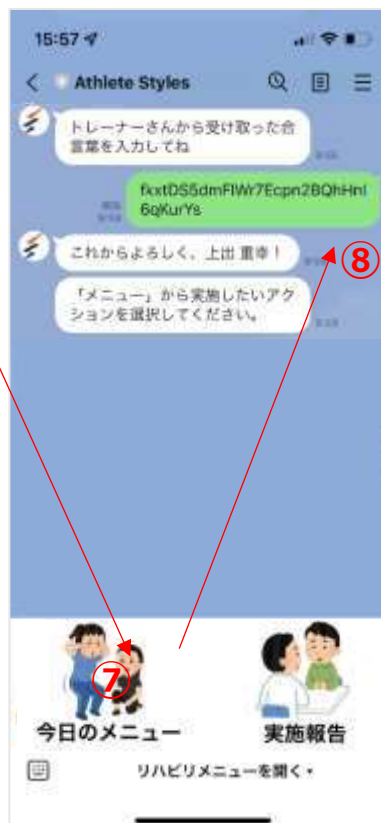
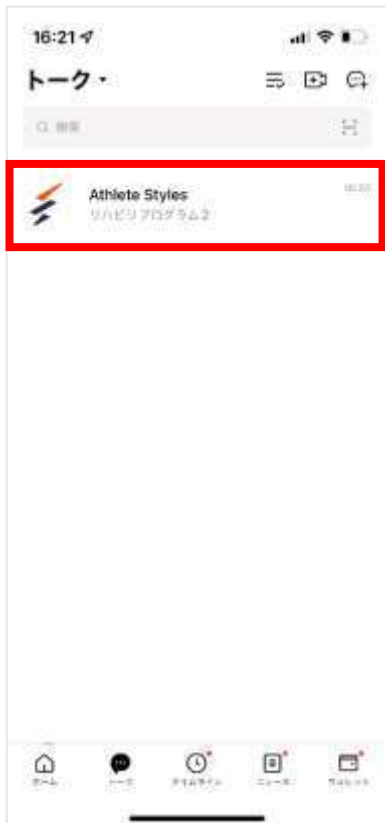
選手操作



- ・ QR コードで友達追加する：左記画像
- ・ URL で友達追加する：<https://lin.ee/Gx69PMc>
- ・ ID 検索して友達追加する：@281yfmzmo



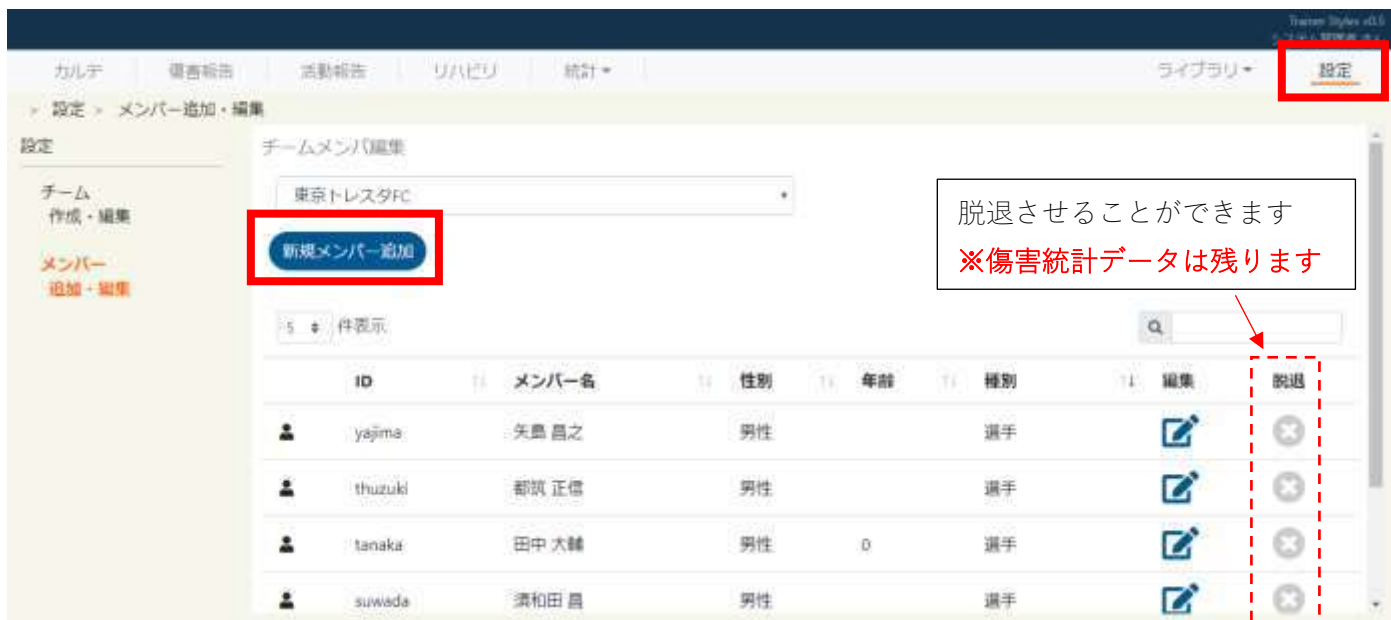
- ⑥ LINE アプリで友だち追加した「Athlete Styles」のトーク画面を開きます
- ⑦ 画面下の「メニュー」を押下し「今日のリハビリ」をタップします
- ⑧ 「トレーナーさんから受け取った合言葉を入力してね」と表示されたら、画面左下の「キーボード」アイコンをタップして、「ログイン用コード」を入力します
- ⑨ 二回目以降は LINE を開いて「今日のメニュー」をタップするとすぐリハビリメニューが表示されます



## メンバー登録

### 選手の登録・脱退

- ① 画面右上の「設定」タグを選択します
- ② 「新規メンバー追加」ボタンを押下します



- ③ 新規メンバー登録画面に必要事項を記入し「決定」ボタンを押下します



- ※ポジション/競技特性は「サッカー」「野球」「バスケット」「アメフト」「ラグビー」「陸上」の6競技に対応しています
- ※ポジション/競技特性を設定している場合は傷害登録時に初期選択されます

## トレーナー/指導者の登録・脱退

- ① 画面右上の「設定」タグを選択します
- ② 「新規メンバー追加」ボタンを押下します



- ③ 新規メンバー登録画面で「名前」「メールアドレス」を記入し「決定」ボタンを押下します



※登録されたトレーナーは以下の手順でログインすることができます

- ① ログイン画面で「パスワードの再設定・初めてのログインはこちら」をクリックします
- ② メールアドレスを入力して「メール送信」ボタンをクリックします
- ③ メールアドレス宛てに初期パスワードのメールが届きます
- ④ メールの手順に沿ってパスワードを設定します

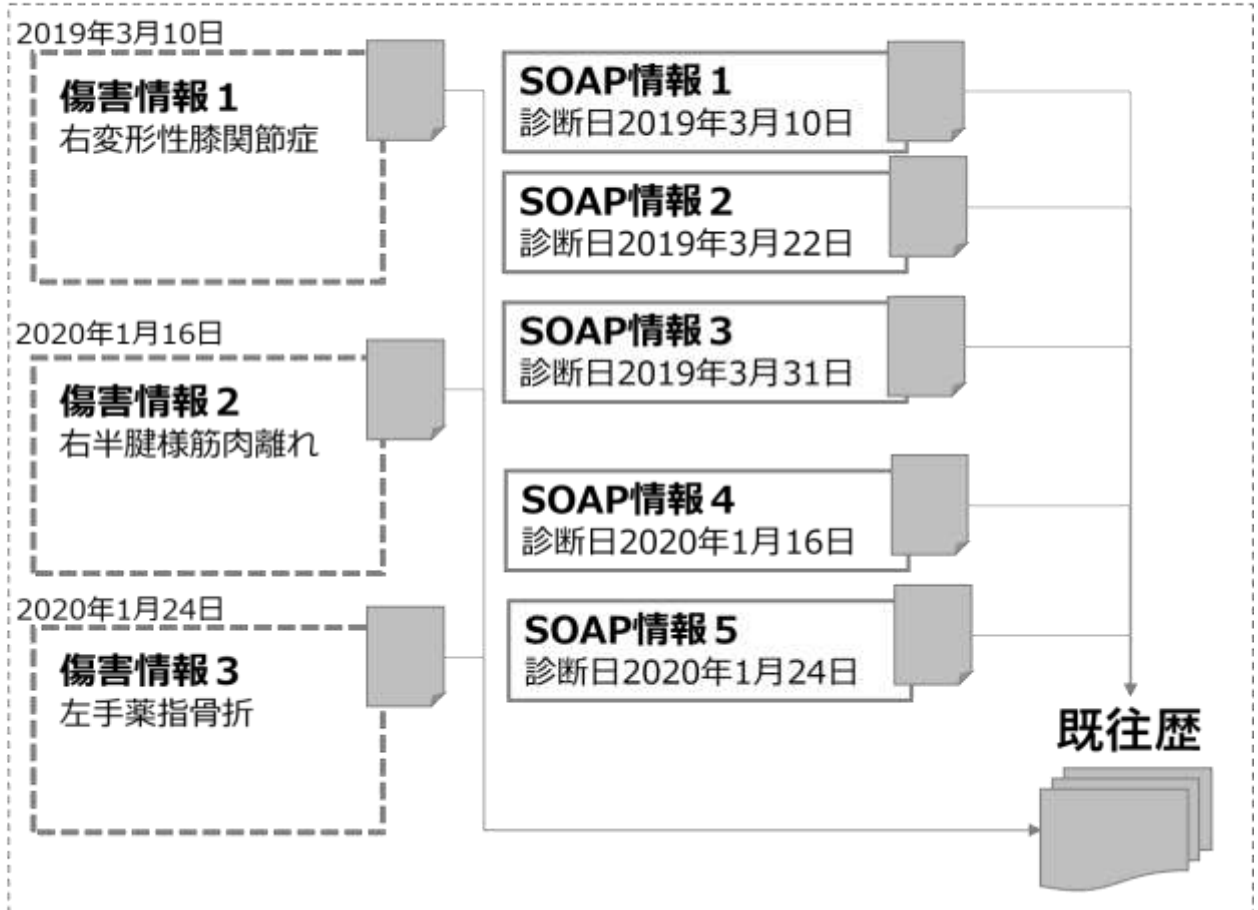
## 傷害管理

### 傷害管理機能の概要

スポーツ選手ごとに傷害の基本情報と SOAP 形式で詳細なカルテを作成することができ、過去の傷害情報を既往歴として管理することができます。



### 選手Aのカルテ



## ケガのカルテ登録

### 傷害情報を新規登録する

- ① カルテ画面から受傷した選手の「傷害登録」アイコンを押下します

東京トRESTFC

カルテ 傷害報告 活動報告 リハビリ 統計

ライブラリ 設定

> カルテ

カルテ

5 件表示

選手名 治療中の傷害 競技復帰予定日 前回SOAP 傷害登録 SOAP登録 既往歴

選手名 金成 真弘

選手名 赤倉 務久 右膝半月板損傷 2020/3/11 2020/1/28

選手名 矢島 昌之

13件中1から5まで表示

前 1 2 3 次

- ② 傷害情報登録画面に必要事項を記入し「保存」ボタンを押下します

東京トRESTFC 金成 真弘 選手

カルテ 傷害報告 活動報告 リハビリ 統計

ライブラリ 設定

> カルテ > 傷害情報登録

傷害情報登録

傷害名称

受傷日時

診断名

病名

競技復帰日 外科手術

保存 戻る

※傷害種別、重症度、傷害部位、発生場所、受傷時の状況、発生原因、受傷直後の処置、ポジション・競技特性に関しては傷害統計分析として集計されます

## SOAP 情報を新規登録する

① カルテ画面から新しく SOAP を登録する選手の「SOAP 登録」アイコンを押下します



② SOAP 登録画面に必要事項を記入し「保存」ボタンを押下します

※登録画面は「主観的情報」「客観的情報」「評価」「計画」に分かれています

※評価 (Assessment) に記載した情報が傷害レポートに反映されます

※前回の SOAP 情報をコピーして変更点を簡単に入力することが可能です



## 競技復帰（完治）を登録する

- ① カルテ画面から復帰した選手の「傷害情報編集」アイコンを押下します

選手名	治療中の傷害	競技復帰予定日	前回SOAP	傷害登録	SOAP登録	既往歴
赤倉 稔久	右膝半月板損傷	2020/3/11	2020/1/28			

- ② 傷害情報編集画面から「競技復帰日」を入力し「保存」ボタンを押下します  
※競技復帰日を入力するとカルテ画面の受傷中選手から外れます  
※競技復帰日を入力すると傷害報告画面で非表示になります

傷害情報編集

傷害名称: 右膝半月板損傷

受傷日時: 2019/12/5 0:00

診断名: 右膝半月板損傷

病院名: ひまわり病院

競技復帰日: 2020/1/24

外科手術:

保存

## ケガのカルテ出力

### 傷害情報を PDF で出力する

- ① カルテ画面から PDF 出力する選手の「既往歴」アイコンを押下します

東京トRESTAFC

カルテ 傷害報告 運動報告 リハビリ 統計

ライブラリ 設定

> カルテ

カルテ  受傷中選手のみ

5 件表示

選手名	治療中の傷害	競技復帰予定日	前回SOAP	傷害登録	SOAP登録	既往歴
須和田 昌						
金成 真弘						
都筑 正徳						
赤倉 稔久	右膝半月板損傷	2020/3/11	2020/1/28			
矢島 昌之						

13件中1から5まで表示

- ② 既往歴画面で傷害情報を選択し「PDF」ボタンを押下します

東京トRESTAFC 赤倉 稔久 選手

カルテ 傷害報告 運動報告 リハビリ 統計

ライブラリ 設定

> カルテ > 既往歴

既往歴

傷害情報

傷害名称 右膝半月板損傷

受傷日時 2020/2/7 0:00

診断名 / 病院名 右膝半月板損傷 / ひまわり病院

受傷部位 膝関節

競技復帰日 外科手術

コメント

PDF 戻る



## SOAP 情報を PDF で出力する

- ① カルテ画面から PDF 出力する選手の「既往歴」アイコンを押下します
- ② 既往歴画面で SOAP 情報を選択してから「SOAP 表示」ボタンを押下します

The screenshot shows a web application interface for a player named 赤倉 稔久 (Akikura Tetsuhisa). The page is titled 'SOAP' and displays various medical and training data. A red box highlights the 'SOAP 情報' (SOAP Information) option in the left sidebar. Another red box highlights the 'PDF' button in the top right corner of the main content area. The main content area contains the following information:

SOAP	記入者
日付 2020/4/9	システム管理者
トレーニング復帰予定日 2020/2/13	競技復帰予定日 2020/5/6
復帰レベル 日常生活/軽度動作可	治療状況 固定処置 リハビリ

Below the text information, there is a section labeled '写真' (Photos) with a small image of a person's legs.

## 既往歴管理

### 既往歴から傷害情報を編集・削除する

- ① カルテ画面で「既往歴」アイコンを押下します



- ② 既往歴画面で傷害情報を選択し「…」ボタンを押下します

- ③ 「編集」または「削除」ボタンを押下します



## 既往歴から SOAP 情報を編集・削除する

- ① カルテ画面で「既往歴」アイコンを押下します
- ② 既往歴画面で SOAP 情報を選択してから「…」ボタンを押下します
- ③ 「編集」または「削除」ボタンを押下します

The screenshot displays a medical software interface for '東京トレスタFC' (Tokyo Trestar FC) with the patient name '赤倉 稔久 選手' (Akikawa Tetsuhisa, Player). The interface is divided into several sections:

- Header:** 'カルテ' (Medical Record), '傷害報告' (Injury Report), '活動報告' (Activity Report), 'リハビリ' (Rehabilitation), '統計' (Statistics), 'ライブラリ' (Library), and '設定' (Settings).
- Left Sidebar:** '既往歴' (Medical History) is selected, with sub-items '傷害情報' (Injury Information), 'SOAP情報' (SOAP Information), and '傷害一覧' (Injury List). 'SOAP情報' is highlighted with a red box.
- Main Content Area:** Displays SOAP information for a patient. Fields include:
  - 日付 (Date): 2020/4/9
  - トレーニング復帰予定日 (Training Return Expected Date): 2020/2/13
  - 復帰レベル (Return Level): 日常生活/軽度動作可 (Daily Life/Light Activity Possible)
  - 写真 (Photo): A photo of the patient's legs.
  - 記入者 (Recorder): システム管理者 (System Administrator)
  - 競技復帰予定日 (Competition Return Expected Date): 2020/5/6
  - 治療状況 (Treatment Status): 固定処置 (Fixed Treatment), リハビリ (Rehabilitation)
- Top Right:** A menu with 'PDF', '戻る' (Back), and a three-dot menu icon. The three-dot menu is highlighted with a red box, and a red arrow points to it from the 'SOAP情報' box. The menu options are '編集' (Edit) and '削除' (Delete).

## スマートフォン アプリ機能

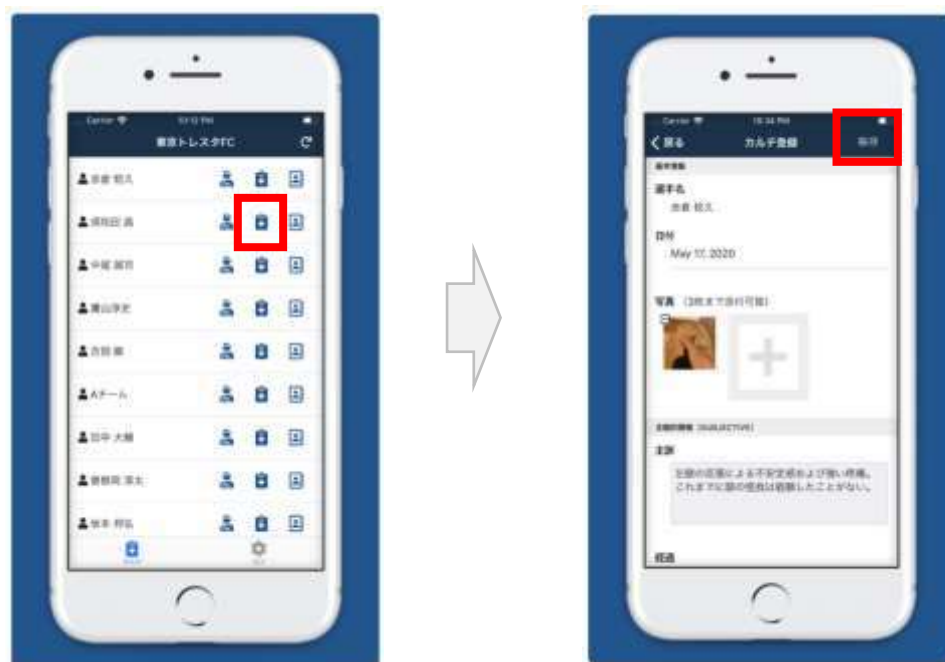
### 傷害情報を新規登録する

- ① カルテ画面から受傷した選手の「傷害登録」アイコンを押下します
- ② 傷害登録画面に必要事項を記入し「保存」ボタンを押下します



### SOAP 情報を新規登録する

- ① カルテ画面から新しく SOAP を登録する選手の「SOAP 登録」アイコンを押下します
- ② SOAP 登録画面に必要事項を記入し「保存」ボタンを押下します



## 既往歴を参照する

- ① カルテ画面で「既往歴」アイコンを押下します
- ② 傷害基本情報を参照することができます
- ③ 「SOAP 表示」アイコンで SOAP 情報に切り替えることができます

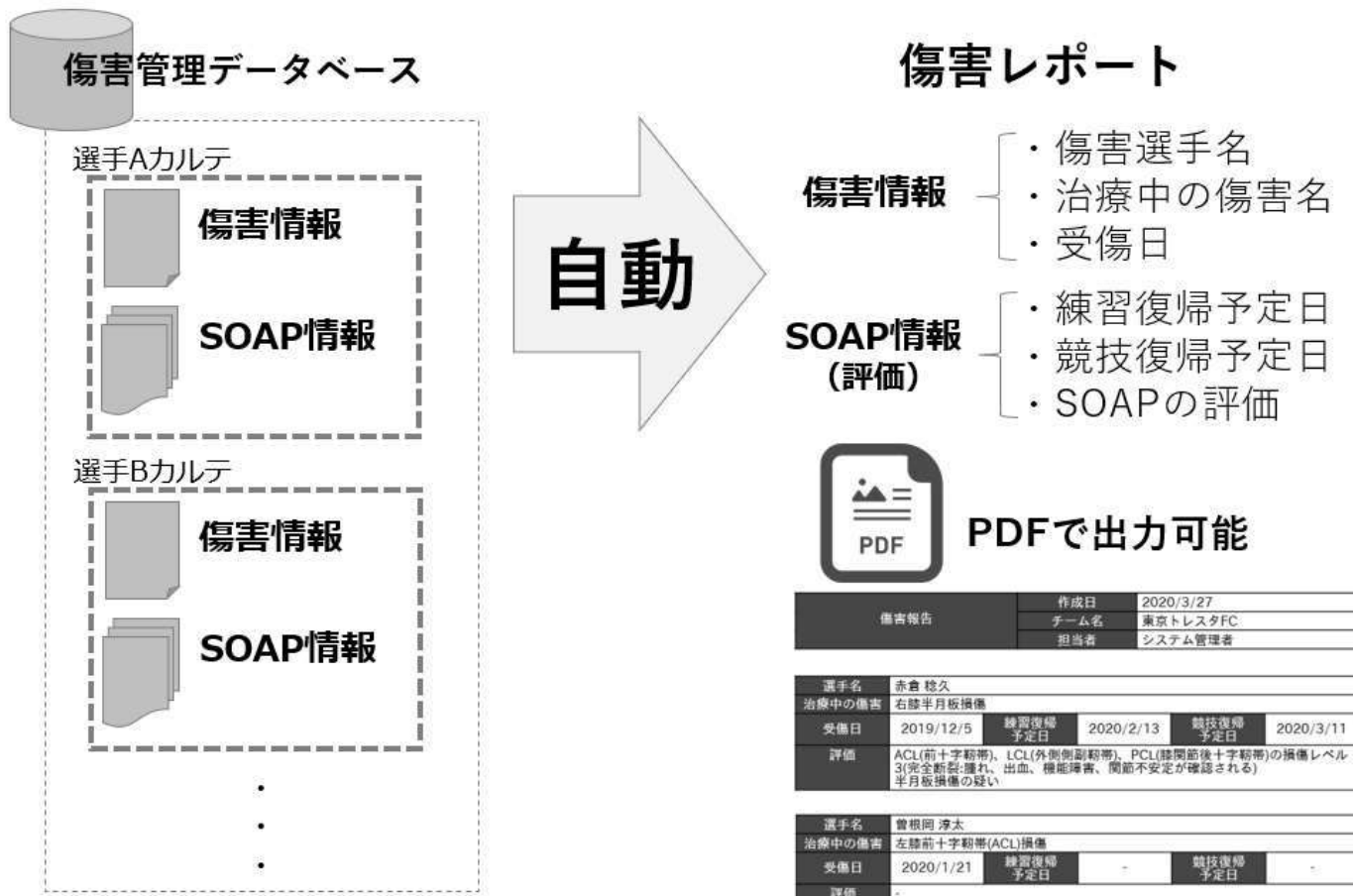


# 傷害・活動レポート

## 傷害レポート機能の概要

選手のカルテを作成、更新することで最新の傷害レポートが自動で作成されます。

注) ※レポートに出力する項目は固定されておりカスタマイズすることはできません。



## 傷害レポート出力

① 傷害報告画面から「PDF」ボタンを押下します

東京トレスタFC

カルテ | **傷害報告** | 活動報告 | リハビリ | 統計

ライブラリ | 設定

傷害報告

傷害報告

項目ごとにソートできます

ソート順に出力できます

PDF

選手名 | ポジション/競技特性 | 治療中の傷害 | 受傷日 | 練習復帰予定日 | 競技復帰予定日 | 評価

中尾 誠司 | 左膝前十字靭帯(ACL)損傷 | 2020/1/21 | 2020/4/15 | 2020/4/22 | 有酸素程度のラン開始。その後、経過見ながら速度アップ。

曾根岡 厚太 | ミッドフィールダー | 半月板損傷 右膝半月板損傷 | 2020/3/25 2020/2/7 | 2020/2/13 | 2020/5/6 | ACL(前十字靭帯)、LCL(外側側副靭帯)、PCL(膝関節後十字靭帯)の損傷レベル3(完全断裂:腫れ、出血、機能障害、関節不安定が確認される) 半月板損傷の疑い

須和田 昌 | 右肩関節周囲 | 2020/3/19 | 2020/5/1 | 2020/5/10 | 前縦筋機能低下と胸郭可動域の低下から肩甲上腕関節への負荷が高い状態

傷害情報が反映されます

SOAP (評価) 情報が反映されます

## 日報を新規登録する

- ① 活動報告画面から「日報作成」を選択します
- ② 日報作成画面に必要事項を記入し「保存」ボタンを押下します

東京トレスタFC

カルテ 傷害報告 活動報告 リハビリ 統計

ライブラリ 設定

活動報告 > 日報作成

活動報告

日報作成

日報履歴

日報作成

基本情報

担当者  
システム管理者

活動開始日 活動終了日

活動場所  
 屋外運動場  屋内運動場  トレーニングルーム  試合会場  その他

活動内容

ケガの状態確認	0 人	備考	
テーピング対応	0 人	備考	
トレーニング指導	0 人	備考	

## 日報を PDF で出力する

- ① 活動報告画面から「日報履歴」を選択します
- ② 日報履歴画面で出力する日報を選択してから「PDF」ボタンを押下します

東京トレスタFC

カルテ 傷害報告 活動報告 リハビリ 統計

ライブラリ 設定

活動報告 > 日報履歴

活動報告

日報作成

日報履歴

業務日報

チーム名	東京トレスタFC		
担当者	吉田トレーナー		
活動場所	屋外運動場		
開始日	2020/3/4	開始時間	15:00
終了日	2020/3/4	終了時間	20:00
		就業時間	5:00

活動内容

作業項目	成果数	備考
ケガの状態確認	8人	トップチームのケガ状態を確認
テーピング対応	0人	
リハビリ指導	2人	
トレーニング指導	0人	
コンディション確認	0人	
応急対応	0人	
その他相談	0件	
ミーティング	0件	

## 日報の履歴を編集する

- ① 活動報告画面から「日報履歴」を選択します
- ② 日報履歴画面で編集する日報を選択してから「編集」ボタンを押下します

東京トRESTFC

カルテ | 傷害報告 | 活動報告 | リハビリ | 統計

ライブラリ | 設定

活動報告 > 日報履歴

活動報告

日報作成

**日報履歴**

業森日報		チーム名	東京トRESTFC		
		担当者	吉田トレーナー		
		活動場所	屋外運動場		
開始日	2020/3/4	開始時間	15:00	就業時間	5:00
終了日	2020/3/4	終了時間	20:00		

活動内容			
作業項目	成果数	備考	
クガの状態確認	8人	トップチームのクガ状態を確認	
テーピング対応	0人		
リハビリ指導	2人		
トレーニング指導	0人		
コンディション確認	0人		
応急対応	0人		
その他相談	0件		
ミーティング	0件		