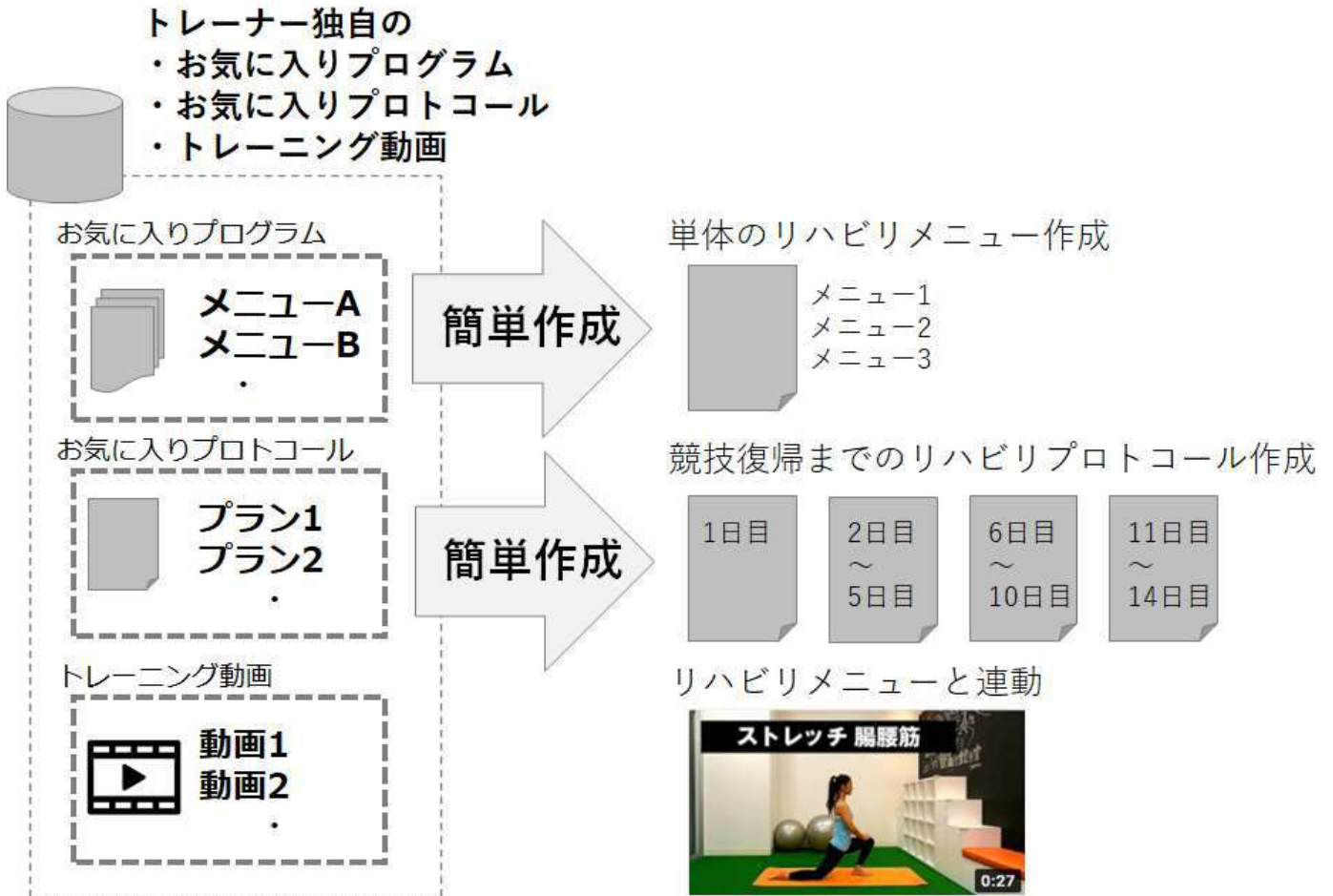


リハビリ管理

リハビリ管理機能の概要

単体リハビリメニューや競技復帰までのリハビリプロトコルを簡単に作成することができます。また、トレーニング動画（Youtube）のリンクを簡単に付けることができます。尚、事前に「お気に入り」としてプロトコル、プログラム（トレーニングメニュー）を登録しておくことで作成の業務を効率良く行うことができます。

※事前に登録されている約 400 種類のトレーニング動画を利用頂くことも可能です。



独自のお気に入りプログラム作成

- ① ライブラリ画面から「お気に入りプログラム」を選択します
- ② お気に入りプログラム画面で「新規作成」ボタンを押下します



- ③ お気に入りプログラム作成画面でプログラム名称を記入し「決定」ボタンを押下します



- ④ お気に入りプログラム編集画面で対象プログラムを選択し「新規プログラムメニュー追加」ボタンを押下します



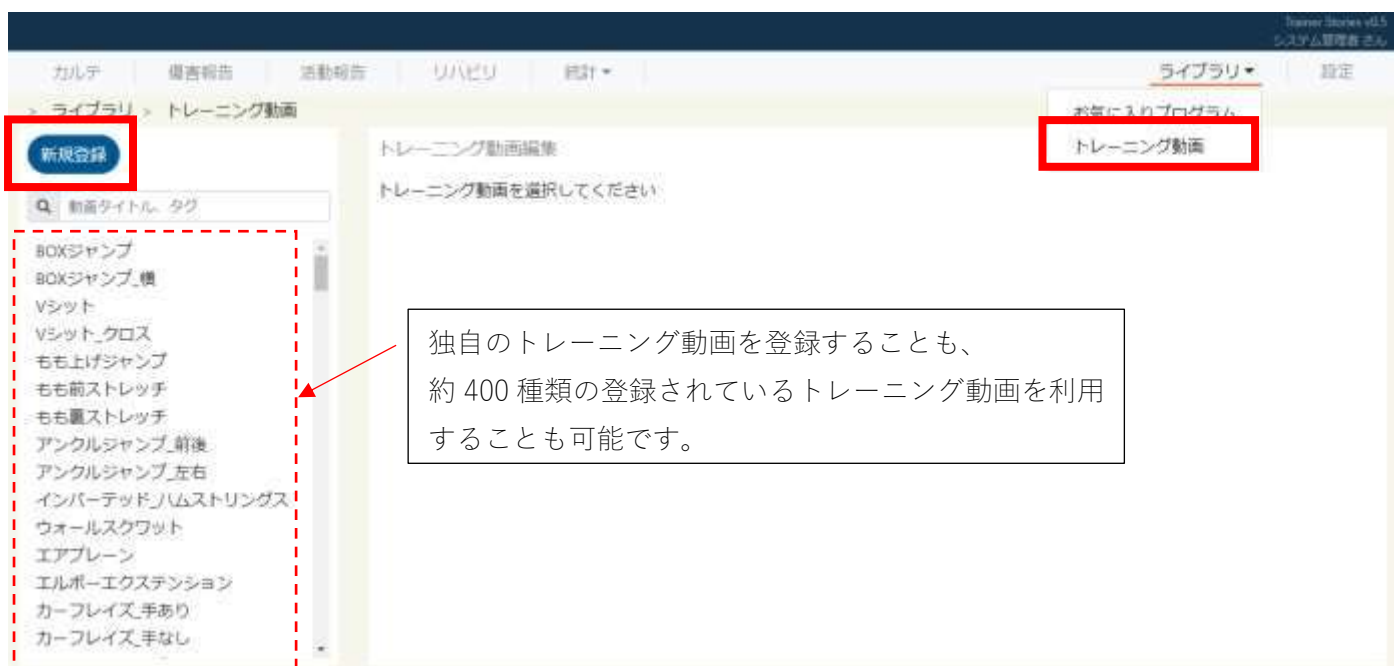
- ⑤ 新規プログラムメニュー画面で必要事項を記入し「決定」ボタンを押下します
⑥ 新規プログラム作成後にお気に入りプログラム編集画面で「保存」ボタンを押下します



独自のトレーニング動画作成

- ① ライブラリ画面から「トレーニング動画」を選択します
- ② トレーニング動画画面で「新規作成」ボタンを押下します

注) ※トレーニング動画は予めYouTubeに登録しておく必要があります



- ③ トレーニング動画登録画面で動画タイトルを記入し「決定」ボタンを押下します



④ トレーニング動画編集画面で必要事項を記入し「保存」ボタンを押下します



※事前に登録されている約 400 種類のトレーニング動画は削除することができません

トレーニングプログラム作成

トレーニングプログラムを新規作成する

- ① リハビリ画面から対象選手の「新規作成」アイコンを押下します



- ② リハビリプログラム登録画面で基本情報欄に必要事項を記入します
※登録画面は「基本情報」「プログラムメニュー」に分かれています



- ③ リハビリプログラム登録画面で新しくプログラムを作成する場合は「新規プログラムメニュー追加」ボタンを押下します。既に登録しているプログラムを利用する場合は「お気に入りから追加」ボタンを押下します
- ④ 登録完了後に「保存」ボタンを押下します

東京トレスタFC 中尾 誠司 選手

リハビリ

リハビリ - リハビリプログラム編集

リハビリプログラム編集

保存 戻る

新規プログラムメニューを追加 お気に入りから追加

プログラムメニュー	No.	プログラムメニュー名	RPE	重さ 距離	回数 時間	セット	間隔	動画	
	1	SLR (straight leg raising)			20 回	3	30 秒	なし	   
	2	股関節内転			15 回	3	30 秒	なし	   
	3	股関節外転			15 回	3	30 秒	なし	   
	4	タオルギャザー			10 分	1		なし	   
	5	レッグエクステンション			10 回	3	30 秒		   

新規プログラムメニュー

プログラムメニュー名 *

RPE

重さ・距離

回数・時間

セット数

インターバル

コメント・詳細

決定 キャンセル

お気に入りプログラムの選択

追加するプログラムを選択して決定を押下してください

プログラム名, タグ

毎日の足トレ
股関節ストレッチ
肩甲骨ストレッチ

決定 キャンセル

トレーニングプログラムを PDF で出力する

① リハビリ画面から対象選手の「履歴表示」アイコンを押下します



② リハビリプログラム履歴画面で出力するリハビリプログラムを選択してから「PDF」ボタンを押下します

東京トRESTAFC 曾根岡 淳太 選手

リハビリ

リハビリプログラム履歴

PDF

リハビリプログラム名: 患部外トレーニング

開始日: 2020/2/17

作成者: システム管理者

トレーニングの目的: 運動をはじめると体の器官や組織は、運動の内容に応じた働きを示します。たとえば、運動中の心拍数や呼吸数は、安静にしているときよりも高いことがわかります。これは、運動をしているときのほうが多くの酸素を消費するためであり、その必要量を満たそうと、呼吸・循環器系の働きが高まるためです。

コメント: 一通りのメニューを覚えて毎日続けること。

リハビリ情報		チーム名	東京トRESTAFC
		選手名	曾根岡 淳太
リハビリプログラム名	患部外トレーニング		
開始日	2020/2/17	終了日	2020/2/29
作成者	システム管理者	ピリオド	メディカルリハ期

トレーニングの目的

コメント

プログラムメニュー							
No	メニュー名	RPE	重さ距離	回数時間	セット	間隔	動画
1	股関節外転筋内群1			30回	3	1分	
2	股関節外転筋内群2			15回	3	1分	
				10回	3	1分	

メニュー名をクリックまたはQRコードから動画再生可能

リハビリプログラム履歴

リハビリプログラムの履歴を編集・削除する

- ① リハビリ画面で「履歴表示」アイコンを押下します



- ② リハビリプログラム履歴画面でプログラムを選択してから「…」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



リハビリ実績記録

リハビリ実績記録を確認する

- ① リハビリ実績記録画面を表示して選手の状況を確認します。

東京トレスタFC

リハビリ

実施記録

実施日	選手名	症例名	実施状況	疼痛	コメント
2022/6/17	上出 重幸	左内側副韧带損傷	部分実施	++	走ると痛みが出ます。
2022/6/18	上出 重幸	左内側副韧带損傷	実施	なし	
2022/6/15	廣山淳史	右三角韧带損傷の疑い	実施	なし	すべて実施できました

リハビリプロトコール作成

リハビリプロトコールを新規作成する

① プロトコール画面から対象選手の「新規作成」アイコンを押下します

The screenshot shows the 'Rehabilitation' menu with 'Protocol' selected. A table lists players with their injuries and associated icons. The 'New Creation' icon (a person with a plus sign) for the first player is highlighted with a red box.

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
上出 重幸	シンスプリント(脛骨過労性骨膜炎)					
中尾 誠司	脳震盪					
中里 崇	足関節捻挫Ⅰ度					
佐々木 俊介	ハムストリング筋筋膜損傷Ⅱ度					
加藤 健一	下腿三頭筋筋膜損傷Ⅰ度					
坂本 邦弘	足関節捻挫Ⅰ度					

② プロトコール選択画面で対象の「競技」「症例」を選択します。

The screenshot shows the 'Protocol Selection' screen with a dropdown menu set to 'Amfit'. A grid of protocol options is displayed, each with a description and a red box around the 'Amfit' dropdown.

Protocol Name	Rehabilitation Period
キッカーのグロインペイン	2週間
シンスプリント(脛骨過労性...)	2週間
ハムストリング筋筋膜損傷1度	2週間
ハムストリング筋筋膜損傷2度	6週間
下腿三頭筋損傷1度	2週間
投球障害肩	3週間
筋筋膜性腰痛(慢性)	3週間
肘MCL損傷	2週間
脳震盪	3週間
足関節内反捻挫1度	2週間
足関節内反捻挫2度	6週間
頸椎捻挫軽度(バーナー症候...)	2週間

- ③ プロトコル登録画面で「基本設定」を押下し、「リハビリ開始日」「リハビリ日数」を確認し決定ボタンを押下します。



- ④ プロトコル登録画面でリハビリメニューを確認し「保存」ボタンを押下します



リハビリプロトコルのリハビリメニューを編集・削除する

- ① プロトコル登録画面で「日付」を選択してリハビリメニューの「編集」アイコンを押下します
- ② 編集完了後に「保存」ボタンを押下します

東京トRESTA・イーグルス 上出 重幸 選手

カルテ 傷害報告 活動報告 リハビリ **プロトコル** 統計 操作履歴 ライブラリ 設定

> プロトコル > プロトコル登録

日付を選択

シンスプリント(腰椎過労性骨膜炎)の治療計画

基本設定 プロトコル参照 **保存** 戻る

日付	種別	メニュー名	回数/セット	効果	編集	上	下	削除
1日目	筋力Tr	カーフレイズ	回数:10回 セット:3	筋力強化				
2日目	筋力Tr	スクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
3日目	筋力Tr	シングルレッグスクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
4日目	筋力Tr	スクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
5日目	筋力Tr	シングルレッグスクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
6日目	筋力Tr	フロントランジ	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
7日目	筋力Tr	サイドランジ	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
8日目	筋力Tr	スクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
9日目	筋力Tr	シングルレッグスクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				

リハビリメニューの編集

リハビリプロトコルのリハビリ日数を編集・削除する

- ① プロトコル登録画面で「日付」を選択して日付の「編集」アイコンを押下します
- ② 編集完了後に「保存」ボタンを押下します

東京トRESTA・イーグルス 上出 重幸 選手

カルテ 傷害報告 活動報告 リハビリ **プロトコル** 統計 操作履歴 ライブラリ 設定

> プロトコル > プロトコル登録

日付を選択

シンスプリント(腰椎過労性骨膜炎)の治療計画

基本設定 プロトコル参照 **保存** 戻る

日付	種別	メニュー名	回数/セット	効果	編集	上	下	削除
1日目	筋力Tr	カーフレイズ	回数:10回 セット:3	筋力強化				
2日目	筋力Tr	スクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
3日目	筋力Tr	シングルレッグスクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
4日目	筋力Tr	スクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
5日目	筋力Tr	シングルレッグスクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
6日目	筋力Tr	フロントランジ	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
7日目	筋力Tr	サイドランジ	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
8日目	筋力Tr	スクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				
9日目	筋力Tr	シングルレッグスクワット	回数:10回 セット:3	筋力強化、協調性改善				

日付の編集

スマートフォン アプリ (Trainer Styles) 機能

リハビリプロトコルのリハビリメニューを編集する

- ① 選手一覧画面から対象選手の「リハビリ」アイコンを押下します
- ② リハビリカレンダー画面から編集する「日時バー」を押下します
- ③ リハビリプログラム詳細画面から編集する「リハビリメニュー」を押下します
- ④ プログラムメニュー画面で「編集」ボタンを押下します



- ⑤ 編集完了後に「保存」ボタンを押下します



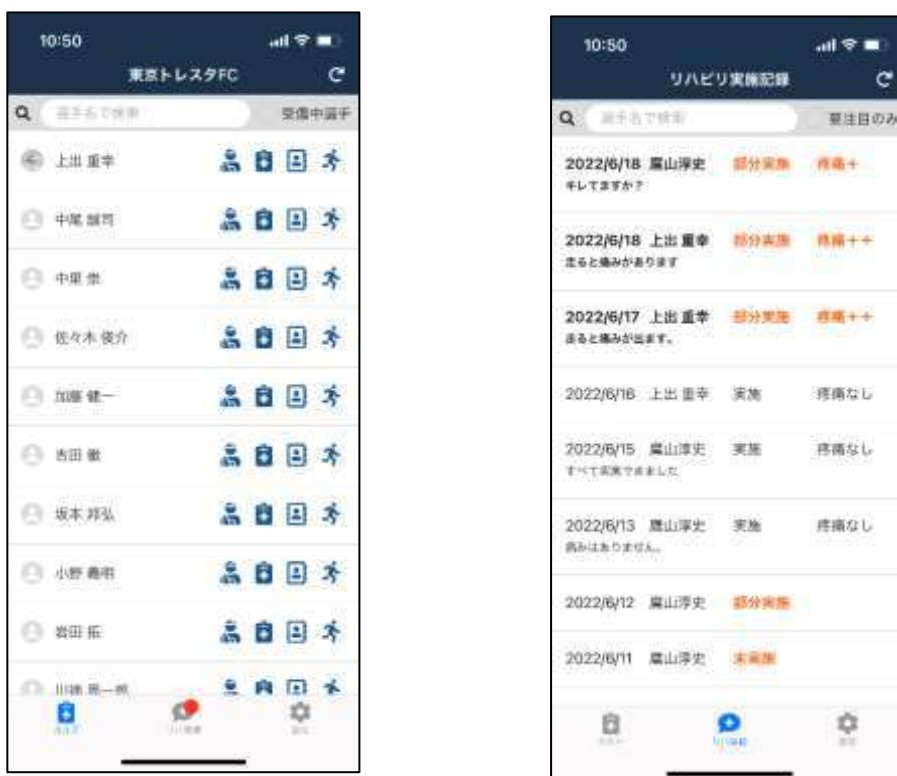
リハビリプロトコルのリハビリ日数を編集する

- ① 選手一覧画面から対象選手の「リハビリ」アイコンを押下します
- ② リハビリカレンダー画面で「編集」ボタンを押下します
- ③ リハビリカレンダー画面で編集する「日時バー」を長押しして横にスライドします
- ④ 編集完了後に「保存」ボタンを押下します



リハビリ実績記録を確認する

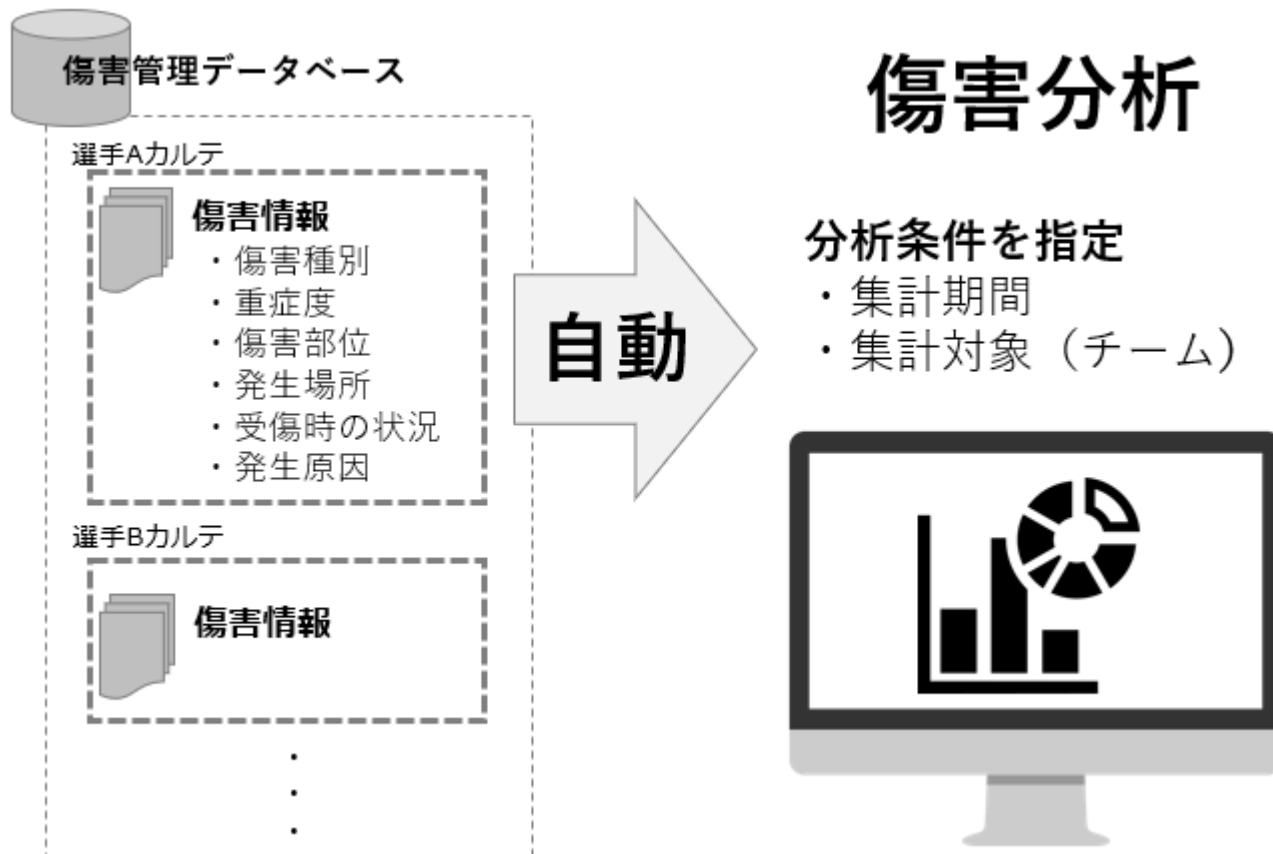
- ① 「リハ実績」アイコンを押下します



統計分析

傷害分析の概要

傷害に関する分析条件を指定するだけで傷害分析結果がグラフで表示されるため、簡単に傷害分析を行うことができます。



グラフで表示する

- ① 統計画面（傷害分析）で分析種別を選択します
- ② 傷害分析画面で集計期間と集計対象を指定し「グラフ表示」ボタンを押下します



グラフを画像で保存する

- ① 統計画面（傷害分析）で分析種別を選択します
- ② 傷害分析画面で集計期間と集計対象を指定し「グラフ表示」ボタンを押下します
- ③ 傷害分析画面で「画像として保存」ボタンを押下します

The screenshot shows the 'Damage Analysis' interface. On the left sidebar, the 'Analysis Type' (分析種別) is set to 'Monthly Number of Injuries' (月別傷害件数). The main area displays a bar chart titled 'Monthly Number of Injuries (2019/4/1 ~ 2020/3/28; Tokyo Test Staff)'. The chart shows injury counts by month from April 2019 to March 2020, categorized by injury level: Minor (軽傷), Moderate (中等症), Severe (重症), and Fatal (死亡). The 'Save as Image' (画像として保存) button is highlighted with a red box.

傷害情報を CSV で出力する

- ① 統計画面（傷害分析）で分析種別を選択します
- ② 傷害分析画面で「傷害情報出力」を選択します
- ③ 傷害分析画面で集計期間と集計対象を指定し「CSV 出力」ボタンを押下します

The screenshot shows the 'Damage Analysis' interface with the 'Export Injury Information' (傷害情報出力) option selected in the left sidebar. The main area displays the same settings as the previous screenshot, but the 'Export as CSV' (CSV出力) button is highlighted with a red box.

操作履歴

操作履歴を管理する

傷害、カルテ、リハビリプログラム、日報、チームメンバーの登録/更新/削除時に操作履歴を閲覧することができます。

The screenshot shows the '東京トレスタFC' (Tokyo TestaFC) system interface. The top navigation bar includes 'カルテ', '傷害報告', '活動報告', 'リハビリ', '統計', '操作履歴' (highlighted with a red box), 'ライブラリ', and '設定'. The main content area is titled '操作履歴' and shows '最近の操作履歴' (Recent Operation History). A search bar and a '件表示' (Items per page) dropdown are visible. The table below lists operations performed by '新井田トレーナー' (Shinewada Trainer) on 2020/12/8.

日時	操作内容
2020/12/8 9:44:02	新井田トレーナーさんが日報 📅 を更新しました
2020/12/8 9:43:05	新井田トレーナーさんが中尾 誠司さんのSOAP 📄 を新規登録しました
2020/12/8 9:41:55	新井田トレーナーさんが須和田 昌さんのリハビリプログラム 📄 を新規登録しました
2020/12/8 9:41:02	新井田トレーナーさんが岩田 拓さんのリハビリプログラム 📄 を新規登録しました
2020/12/8 9:40:10	新井田トレーナーさんが須和田 昌さんのSOAP 📄 を新規登録しました
2020/12/8 9:39:51	新井田トレーナーさんが森本 博彦さんのSOAP 📄 を新規登録しました
2020/12/8 9:39:28	新井田トレーナーさんが森本 博彦さんの傷害情報 📄 を新規登録しました
2020/12/8 9:39:00	新井田トレーナーさんが岩田 拓さんのSOAP 📄 を新規登録しました

以上。