

Google classroomを使った eポートフォリオの 説明会



●ポートフォリオとは



➡紙ばさみや作品ファイルを意味している

教育分野におけるポートフォリオとは

学習者が自身の学習や活動内容に関する様々な
学習記録を収集・整理したもの



●eポートフォリオとは

➡インターネット上で管理するポートフォリオ



学習効果の可視化・成長の実感・モチベーション

振り返り・自己評価

課題の明確化

周囲との共有



学習者自ら計画し自らの学びをモニターすることで、**自己主導型経験学習方法**を獲得でき、学習の成果を蓄積し証拠として挟み込むことで、**形成的評価**が可能

6か月間の指導の流れ

- ①日々の学習・経験・指導した内容をすべてGoogle driveに保存する
- ②ゴールシートで年間目標、将来の目標の設定
- ③振り返りシートを使った面談で毎月の目標設定と1か月間の振り返り
- ④CEPT・Mini-CEXを使用し、3ヶ月おきに臨床能力評価し、到達度の確認
- ⑤必要に応じて個人課題
- ⑥エントリーシート・ゴールシートの振り返りシートにて一年間振り返り

①ポートフォリオの記録する代表例

- CEPT
- Mini-CEX
- ゴールシート
- 振り返りシート
- 確認問題
- 症例レポート
- 学習のまとめ
- インシデントレポート
- 日常業務の取り組み
- 外部研修会報告書
- 学会抄録
- 参考文献資料
- 患者からのお礼の手紙
など



ポートフォリオ
の振り返り



学習プロセス全体が把握でき、
より適切な振り返りや指導が
可能

①eポートフォリオへの記録例

6

Google classroom



セラピスト

100%

すべて

総合成績表	期限なし	割り当て済み
症例添削（永野君）	2021/01/04	遅延課題 割り当て済み
症例報告（永野君） @ 1	2021/01/02	遅延課題 割り当て済み
振り返りシート（1月） @ 1	2021/01/03	振り返りシート 割り当て済み
第8回運動器徒手理学療法学会の症例報告	2021/03/31	論文投稿 割り当て済み
症例報告（永野君） @ 1 @ 1	12月19日	遅延課題 1/1

Google ドライブ

名前 ↓	オーナー	最終更新
📁 振り返りシート	自分	2020/06/19 自分
📁 症例検討	自分	2020/06/19 自分
📁 参考文献	自分	18:11 自分
📁 研修会報告書	自分	18:11 自分
📁 学会資料	自分	18:11 自分
📁 その他	自分	18:14 自分
📁 ゴールシート	自分	18:09 自分
📁 インシデントレポート	自分	18:14 自分
📁 Mini-CEX	自分	18:08 自分
📁 KOB勉強会資料		
📁 KOB勉強会確認問題		
📁 CEPT	自分	2020/06/19 自分

資料1

②ゴールシート（目標設定）

ゴールシート

こんなことやれるようになりたい、こんなこと目指したいことを、自分が思うままに書いてみてください。番号には具体的目標を書き、➡には目標達成に実際に必要な取り組み（勉強しないといけないことなど）を書いてみてください。

1年後の目標

①ジャンプ動作についてのメカニズムについて解剖・生理・運動学、力学的に理解し指導できるようにする。

➡動作で起こり得る障害や外傷についての病態を理解する。

➡自分なりの動作の評価ポイントを確立する。

②資格の取得を目指す

➡医療業界・スポーツ界の動向と自分が目指すアスリートへのリハをするため有用な資格を探す。

➡取得する順番を決める。

➡研修会への参加。

5年後の目標

①地域のクラブチーム・部活等で膝・腰の検診・教室等の開催

➡膝・腰の検診内容の確立するため他の検診などの情報収集。

➡クラブ・学校とのコネクションづくりの為現場での活動をする。

➡クリニックなどの協力体制をつくる。

②競技レベルの高いアスリートのアスレティックリハビリテーションをする

➡スポーツ疾患に対してのメディカルリハビリテーションの理解。

➡各動作のメカニズムを理解し、相ごとに指導ができるようにする。

➡アスリートとのコネクションをつくるため、また実績を作るため現場の活動や SNS の活用を勉強する。

内容

①1年後の目標

②5年後の目標

➡目標と目標達成のための
実施項目の記載

①ゴール（目標）が見えることで
目的意識をもって、ゴールへ
自らの意思で向かう指針となる

②目的・目標を常に掲げ、
俯瞰することで客観的に
考えることができる（鈴木敏江，2019）

③振り返りシート（一ヶ月おき）

内容

振り返りシート（記入日： R2.9.9 ）

1. これまでの自分を振り返ってみましょう

①変わったところ：成長した点

長期的に來ている患者さんに対して、別視点で考えることが増えた。

スポーツ疾患における膝・肘についての知識の向上。(プロトコルなどの大まかな流れの把握、など)

動作を分解して考えることが増えた。

②変わっていないところ：今後の課題

勉強した内容を臨床で生かしてきれていない。今までの介入方法で治療していくことがまだまだ病態に意識が行ってしまい、患者さんの生活についての問診が少ない。

動作分析で予想した動きをするというバイアスが強く正しく評価できていない気がする。

読んだ論文のまとめ(ファイリング)ができていない

③変わっていないところ：今後も大事にしておきたい点（考え方，志向）

患者さんの触り方の意識。

スポーツリハ、アスレチックリハビリテーションへの興味

俯瞰で物事をみて、考えること

2. これまでの学習を振り返ってみましょう

①学習した教科書・文献・研修会は

整形外科運動療法ナビゲーション

スポーツ理学療法学 競技動作と治療アプローチ

Note等でスポーツ障害の評価・治療について

スポーツにおける膝関節の障害についての論文

②今後学習しようと考えている内容

ジャンプ動作のパフォーマンス向上のためのトレーニング

膝関節の靱帯損傷について

スポーツで頻発する足関節の障害・外傷の病態

NSCA-CPT□ CSCS

①これまでの自分の振り返り

➡変わったところ：成長した点

➡変わってないところ：今後の課題

➡変わっていないこと

：今後も大事にしたい考え方・思考

②これまでの学習の振り返り

➡学習した教科書・文献・研修会など

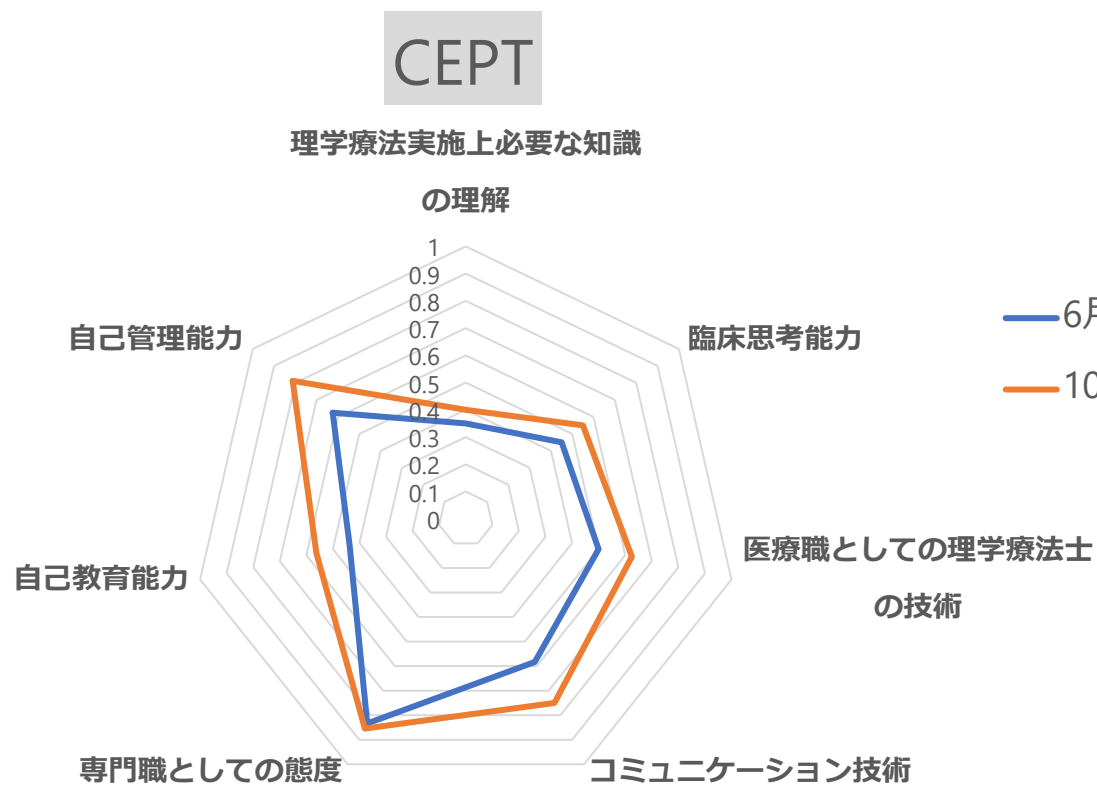
➡今後学習しようと考えている内容

➡新人の自己内省
学習の進捗状況の確認
➡新人指導者による
コーチング

④ CEPT・Mini-CEXによる臨床能力評価（3ヶ月おき）

9

- 初回・3ヶ月・6ヶ月にCEPT・Mini-CEXを行い、臨床能力評価と今後の課題の抽出を行う



⑤ 個人課題例 (症例報告)

10

評価日: R2.6.20
評価者: 永野雄太

評価用紙

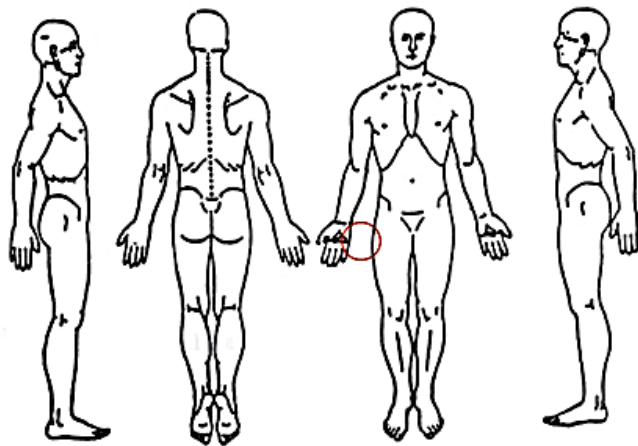
A 評価

1. 個人的情報

- 1) 氏名: A 氏 2) 年齢: 49 歳 3) 職業: ライター 4) 保険の種類: 政管・協会
- 5) 診断名: 右手関節周囲炎
- 6) スポーツ歴: 特になし 7) 趣味: 特になし
- 8) 既往歴: なし
- 9) 治療歴: 30 代より腰痛や体の硬さを自覚し、猫背矯正器具を使用、整体や接骨院に定期的(頻度不明)に通っていたが、症状に変化見られず、手関節の疼痛に関しては、2 年前から出現したとのこと
- 10) 画像所見: ulnar plus variant なし、明らかな外傷なし、**DRUJ 由来 susp**

2. 現状歴

- (1) 主観的所見



- 1) 局所症状: (Body Chart)

(2) 症状の流れ

- 1) 現症の始まり: R2.3.20 誘因なく右手関節痛自覚
- 2) 症状はどのように出現したか: 上記参照
- 3) 持続期間: 数秒で治る
- 4) 悪化する要因: 重量物運搬、手をついたとき、早朝
- 5) 何によって軽減するか: ピップエレキバン

鈴木 幸志
どのように判断した?

評価日: R2.6.20
評価者: 永野雄太

6) スクリーニングのための問診: Q1. 1 日の中で痛みの変化はありますか? A1. 朝寝起きに手をつくると特に痛い. Q2. 服薬によって改善しますか? A2. 特に改善しない. Q3. 事故や手術のご経験はございますか? A3. 特になし. Q4. 夜間に痛みはありますか? A4. 特になし.

【問診まとめ】

本症例は、手関節に荷重がかかる動作時に出現している。疼痛部位は、手関節尺側関節であり、手関節の関節構造体への荷重ストレスや、複合動作での反復ストレスが原因になり、手関節周囲の可動性に問題が生じていると考えた。疼痛の再現性から理学療法の適応であると判断した。

(2) 客観的所見

- 1) 観察・視診: **腫脹+** 静的 alignment では、Wrist 軽度 DFLX 位、動的 alignment では、PFLX、DFLX で ULFLX が伴う。
- 2) セキュリティーテスト: NT.
- 3) 神経テスト: Neurodynamic test -ve, Tinel test -ve.
- 4) 機能的運動テスト (自動運動): Neck n.p. Wrist DFLX, Finger 小指 abd.
- 5) 症状局在テスト、特殊テスト: Finkelstein test -/-, fovea sign -/-, ulnocarpal stress test +/+,
- 6) 可動性テスト (他動運動、Joint Play, End feel): **遠位桡尺関節腹側滑り hyper**
- 7) 筋の長さテスト: 長・短橈側手根伸筋、尺側手根屈筋・伸筋、浅・深指屈筋にて短縮が見られた。
- 8) 筋スパズム: 上記の筋及び方形回内筋で圧痛あり。

3. 評価から得られた診断 (結論、症状の原因)

視診より、Wrist は背屈しており、PFLX 及び DFLX で ULFLX が伴うこと、や悪化因子から尺骨関節包の損傷が主たる要因と考えた。そこで、TFCC 損傷を疑い、誘発テストを行なった結果、陽性であった。また、画像初見より **ECU の不安定性**が生じていることも考えられ、実際に短縮も見られた。

そこで本症例の主要な治療ポイントは、TFCC へのストレスの減少と考え、TFCC へのストレス要因として、ECU の安定性向上が重要であると考えた。

B. 治療計画

1. 試験的治療

ECU friction massage

2. 短期治療

手関節のスタビリティ向上

3. 長期治療

日常動作での尺屈位での背屈動作の減少

鈴木 幸志

この段階で、何性の痛みでどの組織にあたりをつけているか記載を、OMT では一つに絞るが、2~3 個ぐらいは考えられる組織をあげられるように。

鈴木 幸志

この腫脹は何によるもの?

鈴木 幸志

手をついて痛みが再現できているので、手をつく動作で症状同位テストができると思う。手関節ではマリガンが一番症状の変化が個人的には出しやすいと思う。明日お昼にでも確認しましょう。

鈴木 幸志

基本的に Hyper と Hypo はセットで探すように。基本は Hypo の関節を代償して Hyper の関節が出てくる的なイメージでいいと思う。外傷後とかは、関係なく Hyper が生じるかもしれないけど...

鈴木 幸志

前のアンバランスが考えられそうだね。

鈴木 幸志

ECU って尺側手根伸筋だね? この筋が不安定性ってこと?

⑤ 個人課題案（クリニカルクエスション）

11

クリニカルクエスション (CQ)

名前： 三上大貴 作成日：R2.8.29

①ジャンプ動作で発生する膝の障害について

調べた資料

スポーツ理学療法学 競技動作と治療アプローチ

整形外科運動療法ナビゲーション

下腿の急性外傷 川野哲英 Sportmedicine2017 No.196

肉離れの現状 奥脇透 臨床スポーツ医学 Vol34 No.8 2017-8

調べた内容の簡単なまとめ

○ジャンプ動作で発生する主な膝の障害

- ・前方部痛…膝蓋靭帯炎(ジャンパー膝)、Osgood-Schlatter 病
- ・後方内側部痛…半腱様筋・半膜様筋損傷、腓腹筋損傷
- ・後方外側部痛…大腿二頭筋損傷

○前方部痛

・膝蓋靭帯炎(ジャンパー膝)…ジャンプ動作などを繰り返す競技に多く発生する。跳躍動作での踏切時に体全体が過剰に後傾していき、後方重心で踏み切ることによって膝伸展機構へのストレスが大きくなり疼痛を生じる。また、knee-inによって脛骨近位が外旋すると膝蓋靭帯内側は伸張され、踏み込み動作による膝関節屈曲でさらに遠心性で引き伸ばされる。下腿近位部の外旋により脛骨粗面部は外側へ偏倚し、大腿四頭筋の走行にも影響する。この Q アングルの増大は大腿四頭筋収縮時の膝蓋骨外方へ牽引力増大の原因となり、膝蓋大腿関節外側部に痛みを生じることがある。

・Osgood-Schlatter 病…成長期の脛骨近位端に生じる骨端症である。病因に関しては、繰り返しの運動負荷により大腿四頭筋の収縮による牽引力が、力学的に脆弱な脛骨粗面の骨端軟骨にかかることにより同部位に炎症、部分的剥離、微小裂離骨折が生じたものとする。



臨床での疑問点のまとめ

➡知識の整理

➡簡単なプレゼン



鈴木孝宏

後方重心により屈曲モーメントが大きくなるし、骨盤後傾による大腿直筋の遠心収縮生じることによりさらにストレスが大きくなるから重要なポイントだね。



鈴木孝宏

オスグットで重要なのは、成長のステージに応じて運動量をどう調整するかが重要だね。月曜日に資料もってくるので、確認してみてください。

一年間で成長したことを箇条書きで書き出してもらいます。

- ① 目に見える成長（できるようになった技術や習得した資格など）
- ② 目に見えない成長（他者の気持ちを洞察できる力など人間的成長のこと）
- ③ 成長できなかったこと（成長したいのにできなかったこと）

特に成長に影響を与えたことに対して、具体的に振り返ります。

- ④ 一年間で成長したこと（身につけた力）ベスト3
- ⑤ この一年間で身につけた力を、今後どのようなシーンで活かしますか？
- ⑥ 一番成長できなかったワースト1
- ⑦ 一番成長できなかったことを、今後どのように改善していきますか？

⑥ゴールシートの振り返りシート

13

最初に立てた1年間の目標の振り返りを行い、今後への成長の糧にしてもらいます。

- ①自己採点（100点満点）
- ②加点の理由
- ③減点の理由
- ④今後目標達成に必要なだと思う具体的な方法と考え方の記載

- 参考サイト

- ➡ KOBポートフォリオ (<https://kob-portforlio.com/>)

- お問い合わせ

- ① 参考サイトのお問い合わせから連絡
 - ② 20s3040@g.iuhw.ac.jpに連絡