

『個別的な相談指導の取り組みについて』

郡山市立西田学園義務教育学校 酒井良枝（学校健康教育協議会）県南支部

本校は平成 30 年 4 月 1 日開校の小中一貫教育校です。

令和 6 年 4 月と 8 月の身体測定の結果より、急激に肥満度が高くなった児童生徒を把握し、養護教諭から保護者へお知らせし、面談希望がある場合、11 月授業参観日や 12 月教育相談日に行いますが、日程調整をして 9 月中旬に個別的相談指導を行いました。

現状把握は、身体測定値と成長曲線から養護教諭が行い、栄養士は確認を行いました。生徒の肥満度は、4 月は「ふつう」で、8 月は「中等度肥満」になっていました。

養護教諭は、給食が原因で肥満になったのではないかと予想しました。

担任が本人に聞き取りをすると、夏季休業中は、弁当持参で 9 30～15 00 までデイサービスへ行き、15 時におやつが出ていました。体は動かすものの学校生活時と異なり、運動量が少なかったのではないかと予想しました。また、焼肉を食べにいったと言ったため、それらも一因になるかと予想しました。

栄養士が本人に朝食、夕食の内容の聞き取りを行い、公益社団法人日本栄養士会の研修杉浦令子先生の「子どもの栄養食事指導。支援プログラムの活用と個別指導」のソフトを使用して栄養価計算をすると、ほぼ 1 日分をバランスよくとれていました。

また、公益社団法人日本栄養士会の研修杉浦令子先生の「子どもの栄養食事指導。支援プログラムの活用と個別指導」のソフトを使用して、生徒の食事処方を作成し、資料を準備しました。また、焼肉の部位は脂質が多く含まれることから写真の資料を用意しました。

保護者との個別相談指導は、中学部の養護教諭、栄養士で対応しました。

養護教諭からは、家庭での日常の様子を聞いたり、学校での様子をお伝えしたりしました。

栄養士からは、本人から聞いた朝食内容、夕食内容から計算し、1 日分がバランスよくとれていたことをお伝えしました。生徒の 1 食分の給与エネルギー目標量と、弁当箱の大きさは、生徒に合う大きさだということを伝えました。保護者の聞き取りから、焼肉には行っておらず、家庭では食事の支度は母親が行っており、豚肉や鶏肉を使用しており、野菜をたっぷり使用したカレーライスで週 1 ペースで出していたということでした。カレーの半分は油脂であることをお伝えしました。朝食で汁物をとると、水分でお腹が満たされることもあるため、汁物の摂取をすすめましたが、塩分のとりすぎを気にされており、無理にはすすめませんでした。保護者の聞き取りで、内容の大きな相違はなかったため、用意しておいた食事処方を提示しました。小学校入学時は「高度肥満」でしたが、保護者の継続的な努力があり「ふつう」になり、成長曲線からも順調に成長していることがわかりました。

養護教諭、担任、栄養士間では、おかわりはしないで、最初にわけられた一人分をゆっくりかんで食べる等の共通理解を図り、保護者の許可を得て、保健室での体重測定を定期的に行うことにしました。

時折、担任が目を見せた時に、給食の自分のごはんをヘラで押してたくさん入れていることがあり、担任は注意をしていました。栄養士は給食の教室巡回時に、よくかんで食べるよう声をかけたり、味付けはどうか等声をかけたりしています。栄養補給計画は、成長期であることを踏まえ、3 か月後に身長、体重、肥満度を予想し、家庭での運動や犬の散歩等をすすめました。

その後、改善がみられましたが、また体重が増えた時期もあり、継続して様子をみています。