

【事例 8】

特性による偏食とやせへの個別的な相談指導（中学1年）

中学校

保護者と栄養教諭が連携し、特性によるこだわりをやわらげ 食べられる食品や量を増やし、やせを改善

(1) 対象者の抽出・決定

5月の身体計測結果からやせ（-20%以上）で、自閉スペクトラム症により食行動に課題があった中学1年生徒。

(2) 目的・期間

目的：特性による偏食及びやせの改善 期間：3か月（令和6年10月～12月）

(3) アセスメント

・身長 155.3 cm、体重 33.7 kg、肥満度 -26.7%

・食事調査より以下の課題を抽出した。

ア 肥満度が下がってきており、エネルギー不足が考えられる。（1,762kcal/日）

イ 食べられる食品や加工品のメーカーが限定されている。

ウ カルシウム摂取量は、平均 114mg/日（基準値の 11.4%）。

(4) 個人目標の設定

2か月後の身長 157.3cm と仮定し、目標を体重 1.5 kg 増量（体重 36.8 kg）、肥満度 -22.6% とした。

(5) 相談指導計画

・栄養補給計画：朝・昼・夕食からのエネルギー摂取量は、主食を追加 (+100kcal/日)、夕食の主菜を追加 (+49 kcal/日)、間食は食べられる食品（小魚や魚肉ソーセージ）を追加（エネルギー +21 kcal/日 カルシウム +100mg/日）、その他の栄養素はアセスメント時の値をもとに設定した。

・行動計画：

生徒：主食のない日に主食を追加、夕食には主菜を必ず食べる。

間食に小魚を1週間に5袋、魚肉ソーセージを1週間に2個食べる。

保護者：毎食必ず主食を、夕食には主菜も用意する。これまで生徒が家庭で食べていいない主菜を用意する。

外食の機会をもつ。間食に小魚、魚肉ソーセージを用意する。

(6) 相談指導の実施

・月 1～2 回の面談、月 1 回の身体測定、1 週間ごとにチェックシートで取組状況を確認。

・保護者に対して、給食の喫食状況の共有、給食レシピの提供、「2-1-1 法※」の紹介。

※食べられる食品 2 品、食べたことがある食品 1 品、
食べたことがない食品 1 品を食卓に並べる方法

(7) 再アセスメント

・身長 157.0cm、体重 35.0kg、肥満度 -25.9%

・食事調査より、以下のことがわかった。

ア 1日のエネルギー摂取量は、平均 1,973kcal/日。

イ 新たに増えた料理や食品は 12 品目（うどん、焼きそば、あじフライ、ぶり大根、メーカー・形状が異なるフライドポテト等）

ウ カルシウム摂取量は、平均 232mg/日（基準値の 23.2%）。

(8) 個人評価

・個人目標はおおむね達成された。

・身長は仮定した値より -0.3 cm、体重は目標の -1.8 kg、肥満度は -3.3% だった。

・肥満度は目標には達成しなかったが +0.7%、身長は 1.7cm 伸びた

I 具体的な指導手順・取組・指導内容

(1) 対象者の抽出・決定

【スクリーニング条件】

5月の身体計測において、肥満度－20%以上で食行動に課題がある生徒

(2) 目的・期間

【目的】 こだわりによる偏食とやせの改善

【期間】 令和6年10月～令和6年12月（3ヶ月）

【対象者】 やせの中学校1年男子生徒

(3) アセスメント（現状把握と課題の抽出）

【現状把握】

〔身体状況〕

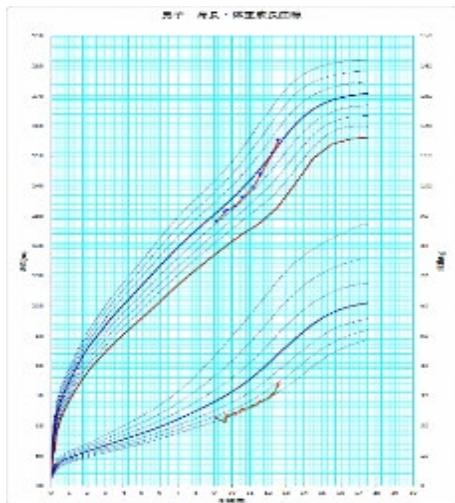
学年	小1	小2	小3	小4	小5	小6	中1	
測定月	H30.4	H31.4	R2.4	R3.4	R4.4	R5.4	R6.5	R6.9
年齢（歳）	6歳 2か月	7歳 2か月	8歳 2か月	9歳 2か月	10歳 2か月	11歳 2か月	12歳 3か月	12歳 7か月
身長(cm)	112.1	117.0	124.1	128.1	133.2	139.6	151.0	155.3
体重(kg)	16.9	18.5	19.4	22.5	24.2	26.7	30.2	33.7
肥満度(%)	-12.4	-13.5	-21.3	-15.4	-18.5	-21.6	-29.1	-26.7

- ・1歳6ヶ月検診で何らかの発達障害があると診断された。
- ・2歳頃からこだわりが強くなり、食べる量や食品の種類が減ってきた。
- ・小学校3年からやせが進行してきたが、きっかけは不明。

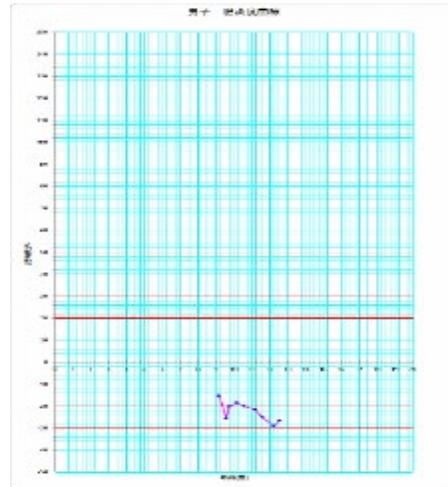
現状：肥満度－20%以下である。

課題：中学校入学後やせが進行している。

成長曲線



肥満度曲線



〔体調〕

現状：特になし

課題：特になし

〔生活・運動〕

現状：休日平日ともに起床6時、就寝10時。

自閉スペクトラム症による強いこだわりがある。

朝食を食べている途中でも自分が決めた時間になると食べるのをやめる。

片道1.2kmのなだらかな坂道を徒歩通学。

バドミントン部を退部してから運動はしていない。

家ではよくゲームをしている。

課題：こだわりが強く自分が決めた時間に従い生活をするため融通がきかない。
ゲームをして過ごすことが多い。

〔食事・食生活〕

現状：（家庭での食事）

- 鶏卵、落花生に食物アレルギーがある。
- 自閉スペクトラム症による強いこだわりがあり、牛乳、乳製品、野菜、魚、果物、甘いデザートを食べない。
- 食べる食品や加工品のメーカーが限定されている。
- 朝食はおにぎりと豆腐のみの味噌汁で、豆腐の味噌汁に違う食材が入っていることに気づくと、途中であっても食べることを全てやめる。
- 自分の目の前に食べたくない料理が並ぶと食べることを全てやめる。
- 間食にはカリカリとした食感のスナック菓子を好んで食べる。
- 一口で食べる量が少なく、食べるのに時間がかかる。
- 旅行先でのビュッフェ・外食など食事の場面が変わると普段食べない食品を食べる場合がある。

(給食時間の様子)

- 主食（ごはん、パン）は配食された1人分の量を残さず食べる。
- 牛乳は飲まない。乳製品も食べない
- 個付の主菜（チキン・煮魚・魚フライ等）は、残さず食べる。

- ・揚げ物を好む。
- ・汁物や副菜等は食べられる量（一口程度又はスプーン1杯程度）に自分で減らす。
- ・食べるのに時間がかかるが、自分で決めた量は毎回食できる。

課題：食物アレルギーにより鶏卵と落花生が食べられない。

食べられる食品や加工品のメーカーが限定されているため食べられる食品数が少ない。

- ・牛乳を飲まない。
- ・乳製品を食べない。
- ・家庭の食事では野菜や魚を食べない。

〔食事調査〕

方法

- ・休日1日、平日2日の合計3日間、食事写真の確認、聞き取りを行った。
- ・食事写真は、保護者にスマートフォンでの撮影を依頼した。
- ・食事写真は、保護者に学校用メールで提出するよう依頼した。
- ・食事写真での不明な点は、電話や面談により保護者から聞き取った。

解析

- ・上記の方法から、朝食・昼食・夕食・間食に分け、栄養素等摂取量を日本食品標準成分表2020版(八訂)をもとに算出した。

食事調査結果

1日目〔休日〕

朝食	昼食	間食	夕食
			
・おにぎり ・みそ汁(豆腐)	・フライドポテト	・スナック菓子 (小麦粉系)	・米飯 ・ぎょうざ

栄養素等摂取量(1日目)

	エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g/kg 体重	g	g	mg	mg	mg RAE	mg	mg	mg	g	g
朝食	325	8.6	—	3.3	61.5	33	62	1.3	0	0.10	0.06	0	1.6
昼食	687	8.7	—	31.8	90.6	12	105	2.4	0	0.36	0.18	120	9.3
夕食	512	10.7	—	15.6	80.5	2	6	0.1	0	0.02	0.01	0	1.2
間食	73	1.4	—	3.4	9.5	—	—	—	—	—	—	0.5	0.2
合計	1,597	29.4	0.9	54.1	242.1	47	173	3.8	0	0.48	0.25	120	12.6
													8.4

2日目〔平日1日目〕

朝食	給食	間食	夕食
<ul style="list-style-type: none"> おにぎり みそ汁（豆腐） 	<ul style="list-style-type: none"> パン ヤンニョムチキン ボイルキャベツ もずくスープ 	<ul style="list-style-type: none"> スナック菓子 (じゃがいも系) 	<ul style="list-style-type: none"> ごはん からあげ えびフライ

栄養素等摂取量（2日目）

	エネルギー kcal	たんぱく質		脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μg RAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	ビタミンE mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
		たんぱく質 g	g/kg 体重												
朝食	264	6.1	—	2.0	52.4	20	35	0.8	0	0.07	0.04	0	1.1	1.3	
給食	513	23.0	—	14.3	76.5	93	55	1.9	41	0.23	0.17	9	3.6	2.4	
夕食	843	34.9	—	36.9	52.9	68	250	2.0	64	0.18	0.25	5	2.1	1.7	
間食	298	4.0	—	13.7	38.0	—	—	—	—	—	—	—	—	0.7	
合計	1,918	68.0	2.0	66.9	219.8	181	340	4.7	105	0.48	0.46	14	6.8	6.1	

3日目〔平日2日目〕

朝食	給食	間食	夕食
<ul style="list-style-type: none"> おにぎり みそ汁（豆腐） 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 鰯の竜田揚げ 小松菜のポン酢和え はくたく汁 	<ul style="list-style-type: none"> スナック菓子 (じゃがいも系) 	<ul style="list-style-type: none"> フライドポテト

栄養素等摂取量（3日目）

	エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g/kg体重	g	g	mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
朝食	197	7.1	—	3.4	32.0	33	58	1.3	0	0.10	0.05	0	1.4	1.6
給食	545	16.9	—	13.7	88.3	66	47	2.2	84	0.57	0.22	9	1.7	0.9
夕食	458	5.8	—	21.2	60.4	8	70	1.6	0	0.24	0.12	80	6.2	3.0
間食	596	8.0	—	27.4	76.0	—	—	—	—	—	—	—	—	1.4
合計	1,796	37.8	1.1	65.7	256.7	107	175	5.1	84	0.91	0.39	89	9.3	6.9

平日2日間の平均および休日の栄養素等摂取量

[平日2日間の平均]

エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
kcal	g	g/kg体重	g	g	mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
1,857	52.9	1.57	66.3	238.3	144	258	4.9	95	0.70	0.43	52	8.1	6.5

標準体重 1kgあたりのたんぱく質量 : 1.15g

[休日1日間]

エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
kcal	g	g/kg体重	g	g	mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
1,597	29.4	0.90	54.1	242.1	47	173	3.8	0	0.48	0.25	120	12.6	8.4

標準体重 1kgあたりのたんぱく質量 : 0.64g

[休日1日間・平日2日間の平均]

エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
kcal	g	g/kg体重	g	g	mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
1,770	45.1	1.34	62.2	239.5	112	229	4.5	63	0.62	0.37	74	9.6	7.1

標準体重 1kgあたりのたんぱく質量 : 0.99g

現状 : • 食べている食品数が少ない。

- 食べられる食品や加工品のメーカーが限定されている。
- 朝食は毎日決まったメニューで、主食は短時間で食べられるようおにぎりにしている。
- 朝食は自分が決めた時間になると食べるのをやめるため、日によってエネルギー摂取量に差が出る。
- 休日の昼食や平日の夕食で主食を食べていない日がある。
- フライドポテトのみの食事の時がある。
- 家庭の食事では野菜や魚を食べていない。
- 牛乳や乳製品を食べない。
- 旅行先でのビュッフェなど食事場面が変わると普段食べられないもの食べるときがある。
- 標準体重 1kg当たりのたんぱく質量は 0.99 g で、休日は 0.64 g

課題 : ①エネルギー摂取量が平均 1,770kcal/日

②家の食事で主食を食べていない時がある。

③食物アレルギーにより鶏卵と落花生が食べられない。

- ④食べられる食品や加工品のメーカーが限定されている。
- ⑤カルシウム摂取量が平均 112mg/日(基準値の 11.2%)
- ⑥ビタミン A 摂取量が平均 63 μg RAE/日(基準値の 8.3%)
- ⑦鉄摂取量が平均 4.5mg/日(基準値の 45%)

〔アセスメントから抽出した今回の個別的相談指導で改善する課題〕

①	エネルギー摂取量が平均 1,762kcal/日である。
②	食べられる食品や加工品のメーカーが限定されている。
③	カルシウム摂取量が平均 114mg/日(基準値の 11.4%)である。

(4) 個人目標の設定

【目標】特性による偏食とやせの改善

体重 1.5kg の增量

(身長 157.3 cm 体重 36.8kg 肥満度 -22.6%)

【期間】3か月(令和6年10月～12月)

【個人目標設定根拠】

時期	10月		12月(仮定)			
	アセスメント時	指導なし	指導あり			+2 kg
			+1 kg	+1.5 kg		
身長(cm)	155.3			157.3		
体重(kg)	33.7	35.3	36.3	36.8	37.3	
肥満度(%)	-26.7	-25.7	-23.6	-22.6	-21.5	

(5) 相談指導計画

【栄養補給計画】

	エネルギー		たんぱく質		脂質		炭水化物		カルシウム		マグネシウム		鉄		ビタミン A		ビタミン B ₁		ビタミン B ₂		ビタミン C		食物繊維		食塩相当量	
	kcal	g	g	kg 体重	g	g	Mg	mg	Mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	g	g		
アセスメント	1,762	45.6	1.35	61.4	239.1	114	227	4.5	66	0.63	0.37	69	9.4	7.2												
方法案	180					100																				
栄養補給計画	1,942	45.6	1.26	61.4	239.1	214	227	4.5	66	0.63	0.37	69	9.4	7.2												

【エネルギー・栄養素等設定根拠】

指導なしの場合

2ヶ月後身長 157.3cm、体重 35.3kg、肥満度 -25.7% と仮定した。

肥満度 -20% を目指し、体重 3kg の增量を目標としたいところだが、生徒の特性を踏まえ、短期間での大きな変化は心的及び消化器系に過度の負担をかける可能性があるため、体重 1.5kg 増量を目標とした。

体重を 1kg 増量の場合 $1.5\text{kg} \times 7,200\text{kcal} = 10,800\text{kcal}$
 $7,200\text{kcal} \div 60\text{日} = 180\text{kcal/日}$

エネルギー摂取量の増加と身長の伸びを考慮し、カルシウム摂取量の増加を優先的に計画した。

【栄養補給計画実現のための方法案】

課題	内 容	エネルギー	カルシウム
①	主食を食べない日に、主食（ごはん100gか食パン6枚切り1枚）を追加する。 (主食がない日：休日の昼食、平日の夕食)	100kcal	—
②	夕食に毎日、主菜*を1品食べる。 (※9,10月の給食で食べられた主菜の平均値から換算)	60kcal	15mg
③-1	間食に給食と同じ小魚を週に5袋食べる。	11kcal	54mg
③-2	間食に給食と同じ魚肉ソーセージを週に2個食べる。	10kcal	34mg
	合 計	180kcal	103mg

【行動計画】

生徒	①	毎食必ず主食（ごはん100gか食パン6枚切り1枚）を食べる。
	②	主菜を夕食に必ず1品食べる。
	③-1	間食に小魚を食べる。（5袋以上/週）
	③-2	間食に魚肉ソーセージを食べる。（2個/週以上）
保護者	①	毎食必ず主食（ごはんかパン等）を用意する。
	②	夕食に主菜を用意する。
	②	これまで生徒が家庭で食べていない主菜を用意する。※1
	②	違うメーカーや形状のものを食べるため外食の機会をもつ。※1
	③-1	間食に小魚を用意する。
	③-2	間食に魚肉ソーセージを用意する。

※1は生徒の特性から、行動計画が多くなると精神的に負担がかかるため、保護者と栄養教諭のみが共有した。この取組は対象生徒には気付かれないようチェック表で確認できるようにした。

【栄養教育計画】

時期	場所	対応者	対象	内 容	本人の特性を踏まえた指導のポイント
9月	相談室	栄養教諭	保護者	・現在の身体状況について ・給食の喫食状況を保護者と共有 ※図1	生徒が現在の身体状況を正しく理解できるようにする。
	保健室	養護教諭 栄養教諭	保護者 生徒	・身体測定の実施 ・成長曲線の見方 ・食事の大切さについて	▼ 体の成長には食事が大きく関係していることを伝える。
	電話	栄養教諭	保護者	・目標の設定について	▼ 取組への意欲を持てるよう精神的な負担に配慮する。
10月	相談室	栄養教諭	保護者 生徒	・行動目標についての説明と決定 ・チェックシートの記入方	食事調査の結果を基に生徒自身が自分の食事の課題に気づけるよう資料を用意す

				法について	る。 ▼ ピークボーンマスのグラフを活用しカルシウム摂取を優先した行動計画について理解できるようする。
相談室	栄養教諭	保護者		・給食時間の様子について	
電話	栄養教諭	保護者		・取組状況の確認	
保健室	養護教諭 栄養教諭	生徒		・身体測定の実施 ・中学生に必要な栄養について(カルシウム)※図3	生徒の気持ちを聞き出せるよう信頼関係を深めながら課題解決に向けた目標を自己決定するよう導く。
11月	相談室	栄養教諭	保護者	・給食レシピの提供※図2 ・食事の幅を広げるために ※図4	給食時間の様子を確認し頑張りを保護者に伝える。 ▼
	電話	栄養教諭	保護者	・取組状況の確認	鉄やビタミンの働きについて理解し、学校での頑張りを家での食事につなげられるよう提案する。 ▼
相談室	養護教諭 栄養教諭	生徒		・身体測定の実施 ・中学生に必要な栄養について(鉄・ビタミン)	月に1回以上は保護者と電話で連絡を取り、状況を確認しながら進める。
12月	電話	栄養教諭	保護者	・取組状況の確認	これまでの頑張りを認め、取組の成果を伝える。 ▼
	相談室	養護教諭 栄養教諭	生徒	・身体測定の実施 ・取組の成果について	今後の励みになる声かけを行う。 ▼
相談室	養護教諭 栄養教諭	保護者 生徒		・身体測定の実施 ・成長曲線の見方 ・これまでの頑張りによる成果と次のステップに向けて	次のステップに向けた提案をする。 ▼ 無理なく継続できるよう丁寧な説明を心がけ、自己決定に導く。

【連携についての計画】

〔連携体制〕

食に関する指導の全体計画及び年間計画に基づいて体制を整備した。

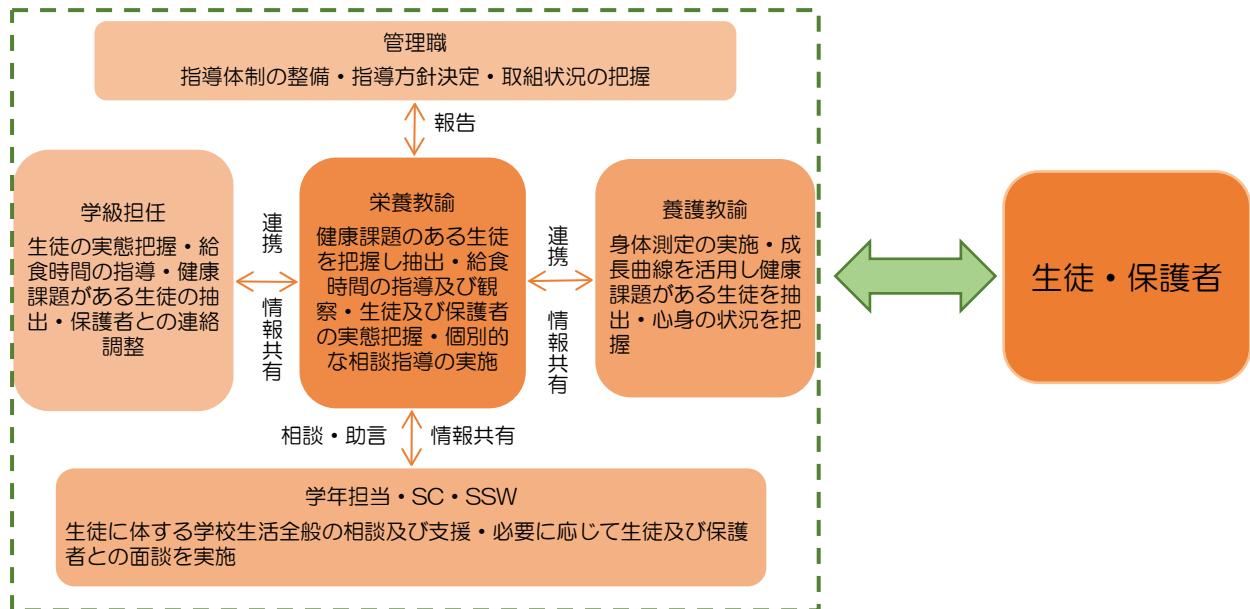


図1 個別的な相談指導校内連携体制

〔連携計画〕

担当	内 容	時 期
管理職	個別的な相談指導の体制整備	年度初め
栄養教諭	家庭での食事の状況や身体状況を確認 給食の喫食状況を確認 提出されたチェックシートを確認し取組状況を把握する 新しいチェックシートを担任に渡す 保護者との連携調整(アレルギー対応を含む)	10月・12月 毎日 毎週月曜日 毎週月曜日 毎月1回
養護教諭	身体測定を実施し、成長曲線と肥満度曲線を作成する 栄養教諭とともに生徒の状況を確認し栄養教育を行う	毎月1回 毎月1回
学級担任	給食の喫食状況を確認 配膳時、主食（ごはん）は、多めのものを配食する チェックシート回収し、帰りに新しいチェックシートを手渡す 毎月末に翌月のアレルギー対応関係書類の配付及び回収を行う 励ましの声かけを行う	毎日 毎日 毎週月曜日朝 毎月末 適宜
学年担当	担任とともに学校生活の様子を見守り、励ましの声掛けを行う	適宜
保護者	毎月のアレルギー対応の確認（確認書、クラス配膳用力レンダー） 生徒とともにチェックシートの記入	毎月末 毎日

(6) 相談指導の実施

【実施事項・指導媒体】

〔身体測定〕

対象生徒：毎朝、排尿後に体重計測する。

月1回、保健室に行って身体測定をした。

保護者：月1回、保健室で身体測定をするよう対象生徒に声かけをする。

〔チェック表〕

対象生徒：毎日チェック表を記録し、毎週月曜日に学級担任へ提出した。

栄養教諭：学級担任から受け取ったチェック表の内容を確認の上、コメントを記入して生徒へ返却し、コピーをファイルに綴る。

チャレンジカードで生徒の取組状況を確認する。

保護者：毎朝、生徒と一緒に体重を量り、チェック表に記録する。

毎日、生徒と一緒にチェック表を記入する。

毎週日曜日にチェック表にコメントを記入し、月曜日に学級担任に提出するように声かけをする。

食事の記録		10月							
目標	目標	日付	月	火	水	木	金	土	日
	食べ物○：食べなかった×：残したもの		記入用						
	朝食 生食(おにぎり等)を食べる		○						
	昼食 生食(おにぎり等)を食べる ※選んでの昼食について記入してください。		○						
	生食(ごはん等)を食べる		△						
	主菜を食べる		○						
	お食べた料理の名前		唐揚げ						
	小菓子を食べる		2袋						
	魚肉ソーセージを食べる		1本						
目標	体重の記録(kg)		34.0						
	用意した○：用意しなかった×								
	朝食：主食(ごはん等)を用意する		朝食 ○						
	昼食		○						
	夕食		○						
	お食に主菜を用意する		○						
	小菓子を用意する		○						
	魚肉ソーセージを用意する		○						
	自分の感想		感想や気分に悩むことが多い となど自由に書いてください。						
おうちの人の感想	(例) ○日おかずをたくさん食べてくれました。新しい料理にも挑戦してくれました。								
先生からのメッセージ			先生からの応援メッセージを書きます。						

図2 チェック表

[指導媒体]

[保護者：面談1回目]

対象生徒が、給食で何をどれだけ喫食できたかを担任や栄養教諭が記録し、保護者と共有したところ、家に比べ食べている種類や量の多さに驚かれた。1食当たりの栄養価、半量の栄養価、スプーン1杯分の栄養価を記載し、対象生徒が少しずつ食べる量を増やす意欲がもてるようにした。

9月給食喫食状況		(○ : 完食 × : 全く食べない その他は食べた量)							
9月2日		9月3日		9月4日		9月5日		9月6日	
始業式	パン	○	ごはん	○	ごはん	○	パン	○	パン
	春巻き	○	豚肉ハンバーグ	汁少し残る	いわしの生姜煮	○	ミニチカツ	○	
	枝豆	2程度	ストックリラダ	スープ1杯	ブロッコリーのこま和え	1湯	キャベツのカレーソテー	スープ1杯	
	八宝菜	1/3程度	メロンヒーリー	○	肉じゃが	1/3程度	ミネストローネ	1/3程度	
9月9日		9月10日		9月11日		9月12日		9月13日	
ごはん	○	パン	○	麦ごはん	○	ごはん	○	減量パン	○
揚げ餃子	○	スラッピージョー	1/3程度	チャップエ	1/3程度	里芋のそぼろあんかけ	1/3程度	パンのトマト煮	1/3程度
麻婆なす	1/3程度	かぼちゃのクリームスープ	1/3程度	トックスープ	1/3程度	太ごわやさしい汁	1/3程度	根菜のマヨネーズ炒め	スープ1杯
春雨スープ	1/3程度	魚肉ソーセージ	○	ヨーグルト	X	月男丼子	X	小魚	○
9月16日		9月17日		9月18日		9月19日		9月20日	
敬老の日	パン	○	麦ごはん	○	ごはん	○	丸パン	○	
	肉団子と野菜の甘酢あん	1/3程度	チキンカレー	1/3程度	厚揚げのねぎだれ	1/3程度	セルフカツバーガー	○	
	中華コーンスープ	1/3程度	カミカミリラダ	1/3程度	豚肉と野菜の生姜汁	1/3程度	野菜たっぷりスープ	1/3程度	
9月23日		9月24日		9月25日		9月26日		9月27日	
振替休日	パン	○	麦ごはん	○	ごはん	○	米粉パン	○	
	ヤンニョムチキン	○	ガパオライス	1/3程度	さばの煮田揚げ	○	ほれん草とひじきのリラダ	1/3程度	
	ホイルチャパリ	1/3程度	野菜スープ	1/3程度	小松菜のポン酢和え	1/3程度	ポークビーンズ	1/3程度	
	もずくスープ	1/3程度	冷奴	X	はくたく汁	1/3程度			
9月30日									
ごはん	○								
トッポギ	1/3程度								
わかめスープ	1/3程度								
はちみつ大豆	X								

一口程度 スプーン1杯程度 スプーン2杯程度

図3 学校給食喫食状況確認表

[保護者：面談3回目]

図1をきっかけに、保護者の行動計画②「生徒が家庭で食べていない主菜を用意する」を実行しやすくするために、給食で喫食できた給食のレシピ集（図2）を保護者に提供した。



図4 学校給食レシピ集

食べることができるものを増やすために、配膳の工夫「2-2-1法」(図5)について情報提供した。

【2-2-1法】

- 「確実に食べられる食品」…2品
- 「食べたことがある食品」…1品
- 「食べてほしい食品」…1品

を食卓に並べる方法

図5 配膳の工夫「2-2-1法」

「摂食行動障害（発達障害児）の栄養管理について」

兵庫県尼崎市総合医療センター 烏居隆志 日本栄養士会雑誌：2023.12Vol66より

〔生徒：2回目〕

中学生の時期に骨量を増やすことが大切ということや、カルシウムを多く含む食品について対象生徒に栄養教育を行った。また、対象生徒が給食で喫食できた主菜のカルシウム量（図4）を提示した。



○○君が給食で食べた主菜のカルシウム量

★9月 5日 いわしの生姜煮 102.4mg

★9月 10日 魚肉ソーセージ 119.0mg

★9月 13日 小魚 75.0mg

9月 26日 さばの竜田揚げ 3.5mg

10月 4日 白身魚フライ 8.4mg

10月 9日 いわしの梅煮 23.6mg

10月 21日 白身魚の香味だれ 13.9mg

図4 主菜のカルシウム量

【モニタリング状況】 〈チェック表の変更〉

10月の保護者面談で、家庭での体重測定と生徒が感想を記入することが、生徒の負担になっているということがわかったため、体重測定は月1回保健室で行うこと、感想欄は保護者が生徒の気持ちを聞き一緒に記入する方法に変更した。

食事の記録 10月		日付	月	火	水	木	金	土	日	合計
日付	回数	月	火	水	木	金	土	日	合計	
10月1日	1回目	月	○	△	△	△	○	○	○	7
10月2日	2回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
10月3日	3回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
10月4日	4回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
10月5日	5回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
10月6日	6回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
10月7日	7回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
10月8日	8回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
10月9日	9回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
10月10日	10回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
10月11日	11回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
10月12日	12回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
10月13日	13回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
10月14日	14回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
10月15日	15回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
10月16日	16回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
10月17日	17回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
10月18日	18回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
10月19日	19回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
10月20日	20回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
10月21日	21回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
10月22日	22回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
10月23日	23回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
10月24日	24回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
10月25日	25回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
10月26日	26回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
10月27日	27回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
10月28日	28回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
10月29日	29回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
10月30日	30回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
10月31日	31回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
11月1日	1回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
11月2日	2回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
11月3日	3回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
11月4日	4回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
11月5日	5回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
11月6日	6回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
11月7日	7回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
11月8日	8回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
11月9日	9回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
11月10日	10回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
11月11日	11回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
11月12日	12回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
11月13日	13回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
11月14日	14回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
11月15日	15回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
11月16日	16回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
11月17日	17回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
11月18日	18回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
11月19日	19回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
11月20日	20回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
11月21日	21回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
11月22日	22回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
11月23日	23回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
11月24日	24回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
11月25日	25回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
11月26日	26回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
11月27日	27回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
11月28日	28回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
11月29日	29回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
11月30日	30回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
11月31日	31回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
12月1日	1回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
12月2日	2回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
12月3日	3回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
12月4日	4回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
12月5日	5回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
12月6日	6回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
12月7日	7回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
12月8日	8回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
12月9日	9回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
12月10日	10回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
12月11日	11回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
12月12日	12回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
12月13日	13回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
12月14日	14回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
12月15日	15回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
12月16日	16回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
12月17日	17回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
12月18日	18回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
12月19日	19回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
12月20日	20回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
12月21日	21回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
12月22日	22回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
12月23日	23回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
12月24日	24回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
12月25日	25回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
12月26日	26回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
12月27日	27回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
12月28日	28回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
12月29日	29回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
12月30日	30回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
12月31日	31回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
1月1日	1回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
1月2日	2回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
1月3日	3回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
1月4日	4回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
1月5日	5回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
1月6日	6回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
1月7日	7回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
1月8日	8回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
1月9日	9回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
1月10日	10回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
1月11日	11回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
1月12日	12回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
1月13日	13回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
1月14日	14回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
1月15日	15回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
1月16日	16回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
1月17日	17回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
1月18日	18回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
1月19日	19回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
1月20日	20回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
1月21日	21回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
1月22日	22回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
1月23日	23回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
1月24日	24回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
1月25日	25回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
1月26日	26回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
1月27日	27回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
1月28日	28回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
1月29日	29回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
1月30日	30回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
1月31日	31回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
2月1日	1回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
2月2日	2回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
2月3日	3回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
2月4日	4回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
2月5日	5回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5
2月6日	6回目	木	○	△	△	△	○	○	○	5
2月7日	7回目	金	○	△	△	△	○	○	○	5
2月8日	8回目	土	○	△	△	△	○	○	○	5
2月9日	9回目	日	○	△	△	△	○	○	○	5
2月10日	10回目	月	○	△	△	△	○	○	○	5
2月11日	11回目	火	○	△	△	△	○	○	○	5
2月12日	12回目	水	○	△	△	△	○	○	○	5

〈学校給食の喫食状況を保護者と共有〉

学校給食の頑張りを家庭につなげるため、学校給食の喫食状況を毎日、表に記録し、月末に保護者にコピーを渡した。家庭に比べ、生徒が想像以上に多種の料理を食べていることを知り、保護者は大変驚いていた。

(○ : 完食 × : 全く食べない その他は食べた量)

10月給食喫食状況

	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日
パン	○	体育大会	予備日	パン
いか天のスイートチリソースかけ	○			白身魚フライ
フォー	1/3程度			キーパリソティー
プリン(乳糖不使用)	×			ミネストローネ
10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
わかめごはん	○	パン	○	米粉パン
れんこんのピリッと炒め	スプーン1杯	ブランクフルトのトマト煮	○	○
豆乳汁	1/3程度	マカロニスープ	1/3程度	チキンカツ
		スイートポテト	×	○
		のりの佃煮	×	沢菜ラーメン
10月14日	10月15日	10月16日	10月17日	10月18日
スポーツの日	パン	○	妻ごはん	○
	ミンチカツ	○	麻婆の具	1/3程度
	リワーキャベツ	-口	いかめん	1/3程度
	カレースープ	1/3程度	はちみつ大豆	○
10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日
ごはん	○	パン	○	パン
白身魚の香味だれ	○	豚肉の甘辛炒め	1/3程度	ハンバーグのケチャップソース
ちゃんこ汁	1/3程度	みそチキンスープ	1/3程度	1/3程度
		ヨーグルト	×	クリームスープ
10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
ごはん	パン	○	妻ごはん	○
豚肉のごまだれ炒め	コッペ	○	カレー	1/3程度
中華卵スープ(除去食)	カラフルリラダ	-口	だいこんのツナ炒め	1/3程度
	パンブリンクボタージュ	1/3程度	スライスチーズ	八杯汁

担任として何かできることがないかと考え、本人が気に入っているので、欠席者の分の小魚をさりげなく机に置いてみたところ2袋食べられた。

(○ : 完食 × : 全く食べない その他は食べた量)

11月給食喫食状況

担任が少し多く盛り付けられたごはんを

さりげなく渡してみたところ、残さず食べた。

11月1日				
米粉パン	○			
ヨートパゲティ	1/3程度			
フルーツミックス	スプーン1杯			
魚肉ソーセージ	○			
11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日
振替休日	パン	○	妻ごはん	○
	看込みパンバーグ	○	セルフつきごはんの具	1/3程度
	沢菜ラーメン	-口	キーパリの塩昆布炒め	-口
	クリームスープ	1/3程度	さつまいものみぞ汁	1/3程度
	アセロラゼリー	×		
11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日
ごはん	○	米粉パン	○	米粉パン
八宝菜	1/3程度	オムレツ	アレルギー	和風のこスパゲティ
小松菜入りシューマイ3ミニ	○	ラタトイユ	-口	さわらのリラダ
中華丼	-口	マカロニスープ	1/3程度	さつまいもとかぼちゃのリラダ
		魚肉のメンチカリー	×	X
11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日
ごはん	○	パン	○	キャラメル揚げパン
いわしのおかか煮	○	白身魚フライ	○	アレルギー
厚揚げのねぎたれ	-口	チリコカン	-口	ウインナーの炒め物
みそのやうめん	1/3程度	カレッジ	1/3程度	玉ねぎスープ
	プリン(乳糖抜きプリン)	○		1/3程度
11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日
妻ごはん	○	パン	○	
ぎょうざ具の具	1/3程度	チキンティー	-口	
みそチキンタンドリースープ	1/3程度	パンブリンクボタージュ	-口	
みかん	×	レバーの煮田揚げ	-口	
	コンソメスープ	1/3程度		

10月には食べていなかったプリンだが、
11月は食べることができた。

10月に続き、今回も欠席者の小魚をさりげなく机に置いてみたところ2袋食べた。担任としても本人の頑張りを見ることができ嬉しいと話していた。

〔行動計画達成状況〕

	課題	行動計画	割合	達成率(%)
生徒	①②	毎食必ず主食を食べる	51日／63日	81
	①④⑤	主菜を夕食に必ず食べる	62日／63日	98
	①④⑤	間食に小魚を1週間に5袋以上食べる	67袋／63日 (7.4袋／週)	100
	①④⑤	間食に魚肉ソーセージを1週間に2個以上食べる	20個／63日 (2.2個／週)	100
保護者	①②	毎食必ず主食を用意する	63日／63日	100
	①④⑤	夕食に主菜を用意する	63日／63日	100
	①④⑤	これまで生徒が家庭で食べていない主菜を用意する。	63日／63日	100
	④	違うメーカーや形状のものを食べるため3週間に1度以上外食の機会をもつ。	2回／1～3週 4回／4～6週 1回／7～9週	100
	①④⑤	間食に小魚を用意する	63日／63日	100
	①④⑤	間食に魚肉ソーセージを用意する	63日／63日	100

その他

〔行動計画以外に得られた成果〕

家庭	新たに食べことができた料理や食品	
	②	主食（うどん、やきそば（豚肉、キャベツ入り））
	④	給食メニュー（あじフライ、白菜スープ）
	④	主菜（ぶり大根、えび天）
	※	外食（エビ天、チキンナゲット）
	※	外食メーカー及び形状の異なるフライドポテト
	※	食べるスピードが速くなり朝食を残す日が減った
給食	※	担任が少し多く盛ったごはんを配ったが残さず食べた
	※	11月は甘いデザート（プリン）を食べた
	※	栄養教諭と会話を交わすことができた

【倫理的配慮・個人情報の管理】

- ・スクリーニング後、保護者から指導について同意を得た後に開始した。
- ・給食の喫食状況の確認や、月に1度保健室での身体測定の際は、周囲に気付かれないよう配慮した。
- ・校務パソコンの共有フォルダでパスワードをつけて保管した。
- ・書類の受け渡しは、封筒を使用し、中身が見えないようにした。

(7) 再アセスメント

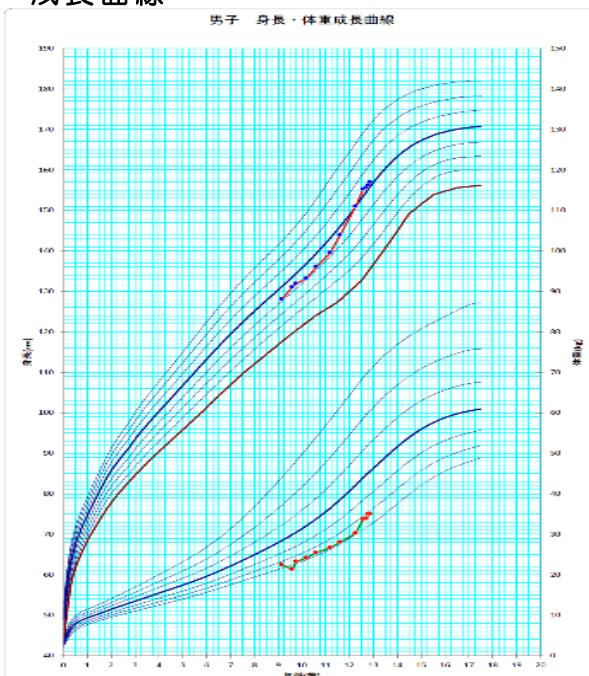
〔身体状況〕

現状

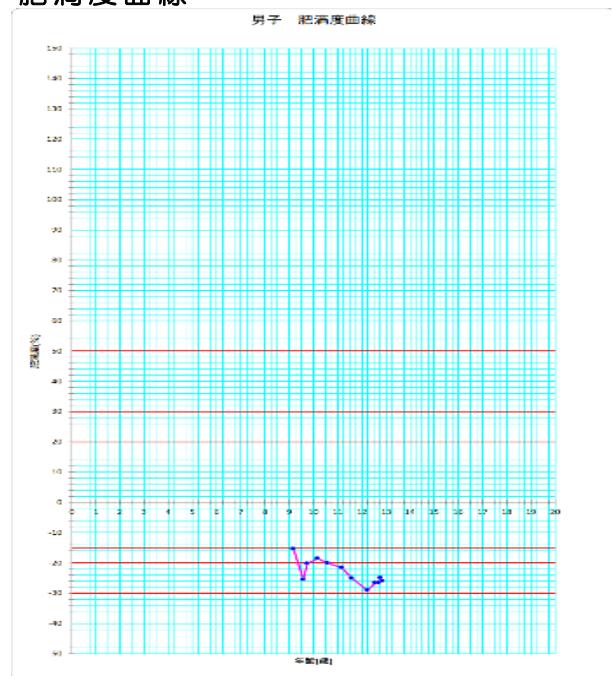
	R6.12
身長(cm)	157.0
体重(kg)	35.0
肥満度(%)	-26.0

課題：肥満度は0.7%増加したが、やせは継続している。

成長曲線



肥満度曲線



〔体調〕

現状：変化なし。欠席などは特になく毎日の授業を受けている。

文化祭のクラス発表に向けて、生き生きと意欲的に活動していた。

痩せているため、ランリュックの肩ベルトが鎖骨に当たると痛く、タオルをはさんでいる。

課題：やせが継続している。

〔生活・運動〕

現状：体を動かすのは、徒歩での通学と体育の時間のみで特別な運動はしていない。

家では、毎日ゲームや動画の視聴をして過ごしている。

課題：通学と授業以外体を動かしていないため、部活動への再加入は現段階では難しい。

〔食事・食生活〕

現状：朝食は毎日決まったメニューを食べていた。

フライドポテトのみという食事はなくなった。

母親のお皿から「ぶり大根」の「ぶり」を取り食べた。

食べられる料理が増えた。（あじフライ、うどん、えび天等）※表1
給食のレシピを参考に、「白菜スープ」を食べた。

外食で「えび天」を食べたことをきっかけに家庭でも食べるようになった
外食でこれまでと違うメーカーの異なる形状のフライドポテトを食べた。

表1：家庭の食事において新たに食べることができた料理や食品

①	主食	うどん、焼きそば（豚肉、キャベツ入り）
②	主菜	あじフライ、ぶり大根、えび天 外食：えび天、フライドチキン
③	カルシウム	あじ、ぶり、カタクチイワシ、魚肉ソーセージ
※	外食	メーカーが異なるフライドポテト

課題：家では野菜をほとんど食べない。

〔食事調査〕

方法・解析

方法・解析はアセスメント時と同様。

食事調査結果

1日目〔休日〕

朝食	昼食	間食	夕食
			
・米飯 ・みそ汁（豆腐）	・米飯 ・フライドポテト	・スナック菓子 (じゃがいも系)	・やきそば ・からあげ

栄養素等摂取量（1日目）

	エネルギー Kcal	たんぱく質		脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μg RAE	ビタミンB ₁ mg	ビタミンB ₂ mg	ビタミンC mg	食物纖維 g	食塩相当量 g
		g	g/kg 体重											
朝食	218	7.0	—	3.3	37.1	34	59	1.3	0	0.10	0.05	0	2.6	1.2
昼食	843	10.7	—	32.0	125.2	15	112	2.5	0	0.38	0.19	120	10.8	3.0
夕食	619	40.6	—	28.7	46.7	45	61	1.9	83	0.23	0.47	6	3.7	3.1
間食	336	3.1	—	21.6	32.4	—	—	—	—	—	—	—	—	0.5
合計	2,016	61.4	1.75	85.6	241.4	94	232	5.7	83	0.71	0.71	126	17.1	7.8

2日目〔平日1日目〕

朝食	給食	間食	夕食
			
<ul style="list-style-type: none"> ・米飯 ・みそ汁（豆腐） 	<ul style="list-style-type: none"> ・麦ごはん ・タコライス ・もずくスープ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スナック菓子（じゃがいも系） ・小魚 	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯 ・からあげ

栄養素等摂取量（2日目）

	エネルギー		たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g/kg 体重	g	g	mg	mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
朝食	218	7.0	—	3.3	37.1	34	59	1.3	0	0.10	0.05	0	2.6	1.2	
給食	449	12.7	—	6.6	83.6	71	45	2.1	25	0.51	0.10	8	3.5	0.9	
夕食	819	55.8	—	41.0	53.6	51	82	2.3	121	0.36	0.48	9	2.2	3.5	
間食	354	5.6	—	21.9	33.8	85	9	0.7	—	—	—	—	—	0.7	
合計	1,840	81.1	2.32	72.8	208.1	241	195	6.4	146	0.97	0.63	17	8.3	6.3	

3日目〔平日2日目〕

朝食	給食	間食	夕食
			
<ul style="list-style-type: none"> ・米飯 ・みそ汁（豆腐） 	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯 ・麻婆豆腐 ・大根とささみのサラダ ・魚肉ソーセージ 	<ul style="list-style-type: none"> ・スナック菓子（じゃがいも系） 	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯 ・あじフライ ・フライドポテト ・白菜スープ

栄養素等摂取量（3日目）

	エネルギー		たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
	kcal	g	g/kg 体重	g	g	mg	mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
朝食	218	7.0	—	3.3	37.1	34	59	1.3	0	0.10	0.05	0	2.6	1.2	
給食	463	13.9	—	6.2	89.1	151	61	3.5	47	0.59	0.12	5	2.0	1.1	
夕食	1140	49.3	—	54.7	114.3	161	153	3.7	38	0.60	0.44	84	9.2	6.6	
間食	298	4.0	—	13.7	38.0	—	—	—	—	—	—	—	—	0.7	
合計	2,119	74.2	2.12	77.9	278.5	346	273	8.5	85	1.29	0.61	89	13.8	9.6	

**平日2間の平均および休日の栄養素等摂取量
〔平日2日間の平均〕**

エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
Kcal	g	g/kg 体重	g	g	Mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
1,980	77.7	2.22	75.4	243.3	294	234	7.5	116	1.13	0.62	53	11.1	8.0

標準体重 1kgあたりのたんぱく質量 : 1.64g

〔休日1日間〕

エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
Kcal	g	g/kg 体重	g	g	Mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
2,016	61.4	1.75	85.6	241.4	94	232	5.7	83	0.71	0.71	126	17.1	7.8

標準体重 1kgあたりのたんぱく質量 : 1.30g

〔休日1日間・平日2日間の平均〕

エネルギー	たんぱく質		脂質	炭水化物	カルシウム	マグネシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB ₁	ビタミンB ₂	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量
Kcal	g	g/kg 体重	g	g	Mg	mg	mg	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
1,992	72.2	2.06	78.8	242.7	227	233	6.9	105	0.99	0.65	77	13.1	7.9

標準体重 1kgあたりのたんぱく質量 : 1.53g

- 現状 :**
- ・食品数：1日に食べている食品数は12品目増えた。
 - ・朝食：毎日決まったメニューを食べている。
 - ・主食：休日の昼食や平日の夕食で主食を食べない日はなくなった。
 - ・フライドポテトのみの食事の時はなくなった。
 - ・限定していた食品メーカーや形態は、異なるものを食べるようになった。
 - ・家庭の食事：わずかではあるが野菜や魚を食べるようになった。
 - ・標準体重1kg当たりのたんぱく質量は平均1.53gで、休日は1.30g。

- 課題 :**
- ・野菜や魚は、摂取量が少なく、牛乳や乳製品を食べない。
 - ・食べられる食品や加工品のメーカーは広がったが、フライドポテトやからあげなど好きなメニューの摂取頻度が多い。
 - ・カルシウムは基準値の23.2%、ビタミンAは13.4%、鉄は68%。
 - ・休日の昼食にごはんとフライドポテトを食べており、主菜について正しく理解できていない。

(8) 個人評価

【成果評価（アウトカム）】

評価：1

【評価基準】 1：個人目標を達成できた O：個人目標を達成できなかった

	アセスメント 9月	再アセスメント① 12月	個人目標②	増減 ① - ②
身長(cm)	155.3	157.0	157.3	-0.3
体重(kg)	33.7	35.0	36.8	-1.8
肥満度(%)	-26.7	-26.0	-22.6	-3.4

身長が仮定した値に 0.3 mm の差で達していた。体重は目標（35.3 kg）より 1.8 kg 少なかつたが、アセスメント時と比べると体重 +1.3kg、肥満度は 0.7% 増加したため 1 とした。

【活動評価（アウトプット）】

項目	評価	内容
スクリーニング	4	<ul style="list-style-type: none"> 条件、時期は適切であり、組織的にできた。 校内委員会でのスクリーニングを経たことで、適切に対象者を選定することができた。 今回は進行している「やせ」の課題を優先することに校内で合意を得られたが、今後もスクリーニングを行うにあたっては、校内委員会を経て、総合的に判断できるよう組織的に動きたい。
アセスメント	現状把握	<ul style="list-style-type: none"> 取組み当初は、生徒とのコミュニケーションをうまくとれなかつたため、廊下からの見取りとともに、母親からの聞き取りが中心になつた。今後は、取り組み前から関係性をつくつていけるよう、給食時間の関わり等を増やしていきたい。 適度な距離を保ちつつ、生徒と接する機会を重ねることで会話を交わすことができるようになった。特性をもつ生徒に対するアセスメントの精度を高めるためには、今後も表情や態度を見取り、距離感に留意しながら繋がりを深めていきたい。
	課題の抽出	<ul style="list-style-type: none"> 課題が多くある中、特性とやせという複数の視点から、課題を抽出することは難しかつた。生徒の特性を踏まえ心身への負担を考慮しつつ、「重要性」と「改善可能性」の観点から優先度を選び、抽出するようにした。 今後も家庭背景、体調、健康課題の要因、生徒の特性など多角的な観点から、優先順位を考えていきたい。
個人目標の設定	3	<ul style="list-style-type: none"> 目標体重には至らなかつたため、本来なら 2 であるが、肥満度が改善したため、3 とした。 やせが進行しているため、身長の伸びにどれくらい影響したのかどうか、見極めることは大変難しいと感じた。 小学生の時期に比べると身長は伸びているため、モニタリングを丁寧に行い、エネルギー不足にならないように長期的に個人目標を設定していく必要があると感じた。
栄養補給計画 ※1	3	<ul style="list-style-type: none"> 鉄やビタミン A ほか栄養素等の不足もあったが、生徒の特性を踏まえスマールステップに心がけ、まずはやせの改善とカルシウム量の増加を抽出した。食べられる食品が限定されているため、心身へ過度の負担をかけることなく実現可能な計画として、食べられる食品を增量するという計画にし、期間中、新たに 12 品目、食品が増えた。 再アセスメントの結果より、すべてのエネルギー・栄養素等の摂取量が栄養補給計画を超えていたことは 4 だが、依然としてカルシウム・ビタミン A は基準の 50% 程度のため 3 とした。 今後は、保護者の協力体制のもと、負担の少ない栄養補給計画を立案していきたい。
行動計画	4	<ul style="list-style-type: none"> 生徒の心身への負担を考え、生徒の行動計画は必要最小限にできた。 再アセスメントの結果より、すべての栄養素等の摂取量增加につなげることができたのは、生徒が間食と夕食で 100%、98% 達成できしたこと、保護者の行動計画で「生徒がこれまで家庭で食べていない主菜を用意すること」を 100% 達成できることによる成果と考える。 体重測定・感想の記載という生徒の負担感を保護者から聞き取り、チェックシートを継続しやすい形に修正したこともあり、4 とした。
栄養教育計画	3	<ul style="list-style-type: none"> 当初、生徒の気持ちを会話を通して確認することができず、栄養教諭の一方的な指導が多かつたため、生徒への栄養教育としては 2 だが、保護者に学校給食の様子を伝え、給食レシピを紹介したことが家で食べられる料理の種類増に繋がつたため、3 とした。

			<ul style="list-style-type: none"> 今後は、特性のある生徒に対して理解度や困りを把握しつつ、実践の必然性がわかるような、やりたくなる方法を模索していきたい。
連携計画	4		<ul style="list-style-type: none"> 学級担任、養護教諭、栄養教諭、保護者が連携を密にして、生徒の様子を共有した。 給食の喫食状況を保護者に共有したところ、家とは異なる生徒の頑張りに驚かれ、それならと家庭での料理が増えるきっかけとなった。保護者との連携は特に効果大だため、4とした。 栄養教諭は給食センター勤務であるため、今後は、部活動顧問・S C・SSW等とも効率よく情報交換を密に行えるようにICT活用方法を検討したい。
個人情報の管理	4		<ul style="list-style-type: none"> 計画通りに実施できた。
モニタリング	3		<ul style="list-style-type: none"> 2か月目から家庭での体重測定をやめ、学校での測定に変更したが、それは、生徒が負担感を感じていることを保護者から聞き取ったことからわかったことであった。特性のある生徒が負担感や困りを言葉に表せない場合のモニタリングのスキル不足を痛感した。表情や態度のほか、表出する行動の変化に対して気づくためには、日ごろの様子を含め、見取りが必要だと感じた。 今後は、言葉に表しにくい生徒に対するモニタリングの方法について予め困りを想定し、キーパーソンは誰か、場面ごとにどのようなサインを示すようにするとよいか、事例を示すなど見通しが持てるよう準備していきたい。 チェック表に主菜の料理名の記入欄を設けたことで、新たに食べることができた料理やメーカー、外食の様子を確実に把握することができたこともあり、総合的に3とした。
再アセスメント	現状把握	3	<ul style="list-style-type: none"> 食事調査の3日間は調査日を離したもの、夕食に同じ食材が食卓に並んでいた。食品が限定されているため、想定内ではあったが重なった場合は、他の献立の日も調査を依頼すればよかった。 「自閉スペクトラム症」の診断は幼児期のものであるが、現在の学校生活や家庭生活でどのように影響しているのかという視点でのアセスメント項目を準備しておけばよかった。 フライドポテトはメーカーも形状にこだわりがあったが他メーカーのものも食べられるようになってきた。食感、匂い、形状、色など食品が限定される理由を把握しておけば、食べられるようになった理由とも比較でき、今後の指導に生かせると感じた。
	課題の抽出	3	<ul style="list-style-type: none"> 休日の昼食に、ごはんとフライドポテトを食べており、主菜について正しく理解できていないことが新たにわかった。 朝食はアセスメント時と変化はなく、野菜不足や乳製品は摂らないなどの課題もあるため、主食・主菜・副菜の大切さなど栄養教育の必要性を感じた。 今後は、さらに生徒の特性を把握し、偏食の改善とともに負担の少ない行動変容をめざして、継続的に関わっていきたい。

【評価】 4：できた 3：おおむねできた 2：あまりできなかった 1：できなかつた

※1 [再アセスメントと栄養補給計画の比較]

	エネルギー kcal	たんぱく質		脂質 g	炭水化物 g	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μg RAE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
		g	g/kg体重											
①栄養補給計画	1,942	45.6	1.26	61.4	239.1	214	227	4.5	66	0.63	0.37	69	9.4	7.2
②再アセスメント	1,973	72.4	2.07	77.6	240.8	232	231	6.8	107	1.00	0.64	72	12.7	7.8
① - ②	-31	-26.8	-0.81	-16.2	-1.7	-18	-4	-2.3	-41	-0.37	-0.27	-3	-3.3	-0.6

II 栄養教諭の配置環境

調理場方式：共同調理場

食数：1,015人

栄養教諭数：1人

受配校数：4校

兼務校数：なし