

【事例 12】

肥満児童への個別的な相談指導（小学部 5 年）

特別支援学校

肥満、偏食の二つの課題に対し、本人に寄り添った指導で食べられる食材が増加し、肥満度も減少

（1）対象者の抽出・決定

- ①4 月の校内身体測定において、肥満度曲線のチャンネルを横切っていること。
- ②摂取食材が 10 種類以下であること。

（2）目的・期間

- 目的：①肥満の改善 ②偏食の改善
- 期間：3 か月（令和 6 年 11 月～令和 7 年 1 月）

（3）アセスメント

- ・身長 142.0 cm 体重 44.0 kg 肥満度 21.1%
- ・食事調査より
 - ア 一日のエネルギー摂取量に対し、夕食のエネルギー摂取量の割合が 58%である。
 - イ 食べられる食材が 5 種類である。

（4）個人目標の設定

- ①3 か月後の身長を 144.2 cm と仮定し、目標を体重 44.9kg（+0.9 kg）、肥満度 18.2%（-2.9%）とした。
- ②食べられなかった給食の食材を 1 種類以上食べる。給食の牛乳を 3g 飲む。

（5）相談指導計画

- ・栄養補給計画：夕食のエネルギー摂取量を -80kcal とする。
エネルギー以外は、食べる野菜を人参 1g、牛乳 3g を摂取したと仮定し、栄養素等摂取量を算出した。
- ・行動計画：
 - 児童：・準備された夕食をすべて食べる。（-80kcal）
 - ・2 種類以上の野菜を 1 g 食べる。
 - ・牛乳を 3g 飲む。
 - 保護者：・食べられる料理、食材はそれぞれ計量し提供する。
 - ・週に 1 回、2 種類以上の野菜を用意し、触れることができるようにする。
 - ・毎日牛乳を用意する。

（6）相談指導の実施

- ・給食では人参のみを別皿に盛り付けて提供していたが、同じ皿に他の食材も一口ずつ盛り付けて提供。
- ・5 週目、栄養教諭からサプリメントの使用について情報提供を行い、サプリ米の使用を開始。

（7）再アセスメント

- ・身長 143.4 cm 体重 44.5 kg 肥満度 19.1%
- ・食事調査より、
 - ア 1 日のエネルギー摂取量に対し、夕食のエネルギー摂取量の割合は 30%である。
 - イ 食べられる食材が 26 種類である。

（8）個人評価

- ・個人目標は達成された。
- ・身長は仮定より -0.8cm、体重は目標より -0.4kg、肥満度は +0.9%となった。身長が仮定よりも伸びていなかったため、肥満度は目標値には達しなかった。
- ・目標体重 44.9 kg のところ最終的に 44.5 kg となった。保護者の行動計画達成率が 94.% と高く、毎日食べていたフライドポテトの摂取回数が週に 1～2 回に減少したことから、体重が減少したと考えられる。
- ・食べられる食材が 26 種類に増え、給食の牛乳を 3g 飲むことができるようになった。

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】

- 1 体重の増減が成長曲線、肥満度曲線のチャンネルを横切っている。
- 2 摂取できる食材は 10 種類以下である。
- 3 白飯でないと食べられず、給食でも混ぜご飯の日には具とご飯を分ける対応をしている。

(2) 目的・期間

【目 的】

肥満の改善と偏食の改善

【期 間】

肥満	偏食
3 ヶ月 (11～1 月)	I 期 7 ヶ月 (4～10 月)
	II 期 3 ヶ月 (11～1 月)
	III 期 2 ヶ月 (2～3 月)

【対象者】 軽度肥満の小学部 5 年男子

(3) アセスメント（現状把握と課題の抽出）

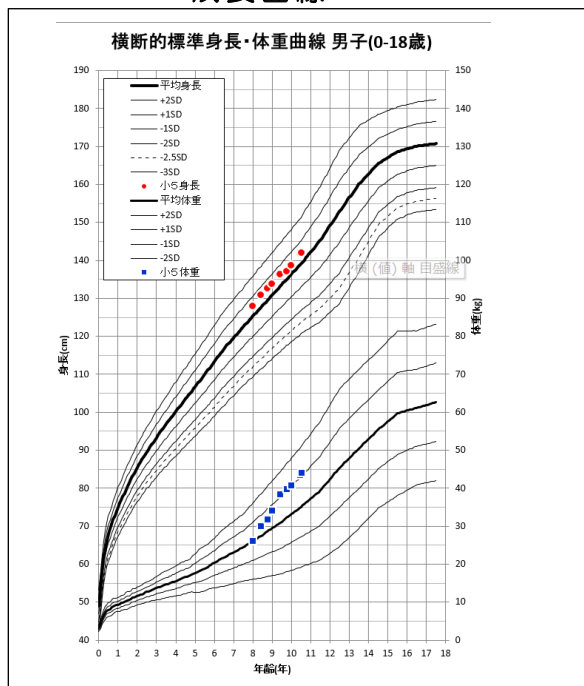
【現状把握】

〔身体状況〕

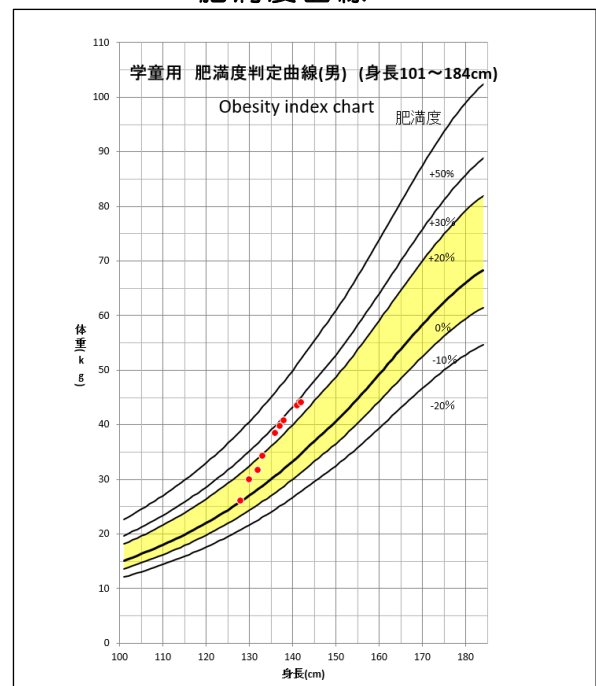
現状：身長 142.0 cm 体重 44.0 kg 肥満度 21.1%

課題：偏食に伴う肥満からチャンネルを横切る体重の増加がある。

成長曲線



肥満度曲線



〔体調〕

現状：

- ・花粉症があり、症状がある時は服薬をしている。
- ・友達の泣き声に敏感で、気持ちが不安になることがある。
- ・その際は、イヤーマフをして気持ちを落ち着かせる対応をしている。

課題：なし

〔生活・運動〕

現状：

- ・スクールバスを利用している。
- ・毎日排便している。
- ・運動習慣がない。

課題：

- ・運動習慣がない。

〔食事・食生活〕

現状：（保護者・担任からの聞き取りより）

	現在できること	現在できないこと
匂い		<ul style="list-style-type: none"> ・匂いが強いものに対して嘔吐反射する。
温度	<ul style="list-style-type: none"> ・冷たいゼリーを1回なめることができた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感覚過敏があり、何かに触れることも嫌がるしぐさをする。 ・手に持った時に熱いと感じる食べ物は食べることができない。
形態	<ul style="list-style-type: none"> ・太さと長さが均一な海苔巻きは、食べることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯は、白飯しか食べることができない。 ・太さと長さが均一でない海苔巻きは、食べることができない。 （海苔 1/2 に対してご飯は 100～120g） ・ラーメンに具や背脂が乗っていると食べられない。 ・特定の細麺以外のラーメンは食べられない。
嗜好	<ul style="list-style-type: none"> ・具なしの醤油ラーメンの麺は、食べることができる。（特定のメーカーの冷凍麺） 	<ul style="list-style-type: none"> ・焼き海苔は新海苔だと食べられない。 ・特定のメーカーの冷凍麺であっても、醤油味以外のラーメンは食べられない。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・麦茶を飲む。 （3～4L／日） 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮出しすぎの匂いが強い麦茶は飲めない。 ・牛乳は飲めない。 ・りんごを友達の促しで少量食べたことがあるが、現在は食べられない。

課題：

- 食べられる食材が5種類である。
- 野菜を食べることができない。
- 摂取する水分は、麦茶のみ。

〔食事調査〕

方法

- 平日2日間、休日1日の合計3日間
- 食事記録は、保護者が食事内容と写真をマイクロソフト Forms で回答。
- 保護者に食事の写真撮影、食事記録を依頼し、食事記録法を活用して実施。
- 日常的に摂取している海苔巻きやフライドポテトは保護者に摂取量の測定を依頼して、量の把握を行った。
- 給食の米飯量は栄養教諭が重量を測定した。その他については、直接または写真を確認して、重量の予測を行った。
- 食事記録及び写真で不明な点は、保護者から電話で聞き取りをした。

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（八訂）」から算出。

1日目〔平日〕

朝食	給食	夕食	間食
 朝食の一部	写真なし	 夕食の一部	写真なし
・海苔巻き 228g ・スナック菓子 18g ・鉄サプリメント 1g	・海苔巻き 306g	・海苔巻き 278g ・フライドポテト 260g ・醤油ラーメン （麺のみ 190g）	・スナック菓子 27.5g

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	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	447	8.4	—	5.3	95.2	125	25	2.8	69	0.07	0.09	6.3	5.0	0.2
給食	486	10.0	—	1.1	114.0	26	39	1.0	140	0.10	0.17	13.0	6.7	0.1
夕食	1,652	27.1	—	52.2	274.3	155	44	3.7	104	0.70	0.21	48.0	18.4	4.3
間食	139	2.1	—	6.9	17.0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	1.0	0.3
合計	2,724	47.6	1.1	65.5	500.5	306	108	7.5	313	0.87	0.47	67.3	31.1	4.9

2日目〔平日〕

朝食	給食	夕食	間食
 <p>朝食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 375.5g ・スナック菓子 18g ・鉄サプリメント 1g 	写真なし	  <p>夕食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 359.5g ・スナック菓子 40g ・醤油ラーメン (麺のみ 190g) 	—
	・うどん 4g		なし

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	683	12.8	—	5.8	150.9	134	39	3.1	104	0.11	0.14	9.5	7.8	0.3
給食	4	0.1	—	0.0	0.9	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0.0	0.10	0.00
夕食	1,063	23.7	—	12.5	226.0	145	56	1.6	138	0.13	0.19	12.6	13.4	0.9
間食														
合計	1,750	36.6	0.8	18.3	377.8	279	95	4.7	242	0.24	0.33	22.1	21.3	1.2

3日目〔休日〕

朝食	昼食	夕食	間食
 <p>朝食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 231g ・スナック菓子 55g ・鉄サプリメント 1g 	写真なし	  <p>夕食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 329.5g ・フライドポテト 260g ・醤油ラーメン (麺のみ 190g) 	—
	・海苔巻き 223g		なし
	・醤油ラーメン (麺のみ 190g)		

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	639	11.4	—	14.6	119.4	125	25	2.8	69	0.07	0.09	6	6.4	0.6
昼食	825	23.1	—	3.1	188.8	55	49	1.5	69	0.10	0.13	6	14.6	1.9
夕食	1,735	29.0	—	52.4	294.0	160	52	3.9	138	0.72	0.25	51	19.7	4.3
間食														
合計	3,199	63.5	1.4	70.1	602.2	340	126	8.2	276	0.89	0.47	63	40.7	6.8

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
2,237	42.1	1.0	41.9	439.2	293	102	6.1	278	0.56	0.40	45	26.2	3.1

〔休日1日の平均〕

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
3,199	63.5	1.4	70.1	602.2	340	126	8.2	276	0.89	0.47	63	40.7	6.8

〔平日2日間・休日1日の平均〕

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
2,558	49.2	1.1	51.3	493.5	308	110	6.8	277	0.67	0.42	51	31.0	4.3

現状：

- 保護者が SNS からの情報でサプリメントを使用している。
（鉄分補給サプリメント）
- 偏食についての把握
 - ① 6つの基礎食品群ごとに、食べられる食材

1群	2群	3群	4群	5群	6群
	焼きのり			ごはん じゃがいも（スナック菓子、フライドポテト） ラーメン	油

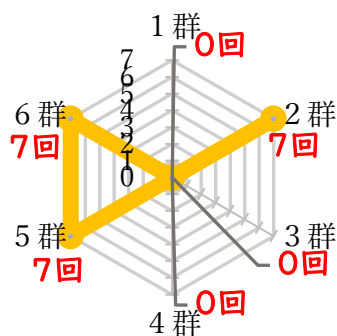
※極少量でも口に入れられて飲み込めるものをカウント
※スナック菓子の原材料上位3つは「じゃがいも」「植物油」「乾燥じゃがいも」のため、5群と6群にカウント

② 週当たりの摂取食品

朝食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
	スナック菓子
	にこにこ鉄分1g
給食及び昼食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
間食	スナック菓子
夕食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
	フライドポテト
	こむぎ〔即席めん類〕即席中華めん 非油揚げ 調理後全体（添付調味料等を含むもの）
飲み物	<その他> 麦茶 浸出液

朝食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
	スナック菓子
	にこにこ鉄分1g
給食及び昼食	こむぎ〔うどん・そうめん類〕うどん ゆで
	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
夕食	あまのり 焼きのり
	スナック菓子
	こむぎ〔中華めん類〕中華めん ゆで
飲み物	<その他> 麦茶 浸出液

朝食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
	スナック菓子
	にこにこ鉄分1g
給食及び昼食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
	こむぎ〔中華めん類〕中華めん 生
夕食	こめ〔水稻めし〕精白米 うち米
	あまのり 焼きのり
	フライドポテト
	こむぎ〔即席めん類〕即席中華めん 非油揚げ 調理後全体（添付調味料等を含むもの）
飲み物	<その他> 麦茶 浸出液



※カウント方法：１日に複数回食べていても１回

- 課題：①匂いの強いものが食べられない。
 ②熱いものが食べられない。
 ③１日の平均総エネルギー摂取量：2,558kcal
 ④１日の総エネルギー摂取量に対し、夕食の平均エネルギー摂取量の割合：58.0%
 ⑤炭水化物の摂取量（３日間平均）：378.4g
 ⑥フライドポテトからのエネルギー摂取量：平均995kcal/回
 ⑦カルシウムの摂取量が日本人の食事摂取基準（２０２０年版）の推奨量に対し、44%と低い。
 ⑧１週間当りの３群、４群が０回
 ⑨１週間当りの１群が０回、２群７回
 ⑩スクールバス通学のため、運動習慣がない。

〔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〕

肥満	偏食
①１日の平均エネルギー摂取量 2,558kcal	③３群、４群が０回／週
②一日の総エネルギー摂取量に対し、 夕食の平均摂取エネルギー比率が 58.0%	④日本人の食事摂取基準（２０２０年 版）の推定平均必要量に対し、カル シウム摂取量が５７%
	⑤１群が０回、２群７回／週

（４）個人目標の設定

【目 標】※今回は赤枠の計画で実施。

期間	肥満	偏食
Ⅱ期 ３ヶ月 (11～1月)	+0.9kg	<ul style="list-style-type: none"> • 食べられなかった給食の食材を食べる １（にんじん）→２種類以上 • 給食の牛乳を飲む 0→3g

【期 間】３カ月（令和６年１１月～１月）

【個人目標設定の根拠】

身長伸びを考慮し、無理のない範囲で設定。

時期	11月	1月（仮定）				
	アセスメント時	指導なし	指導あり			
			-1.0kg	現状維持	+0.9kg	+1.8
身長（cm）	142.0	144.2	144.2			
体重（kg）	44.0	45.9	43.0	44.0	44.9	45.8
肥満度（％）	21.1	20.9	13.2	15.9	18.2	20.6

・偏食

児童のストレス等を考慮し、スモールステップで目標を設定。

（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	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
アセスメント	2,558	49.2	1.1	51.3	493.5	308	110	6.8	277	0.67	0.42	51	31.1	4.3
方法案	-78	-1.3	—	-2.6	-12.6	-2	-2	-0.1	-8	-0.02	-0.01	-2	-0.8	-0.1
栄養補給計画	2,480	47.9	1.1	48.7	480.9	306	108	6.7	269	0.65	0.41	49	30.3	4.2

【エネルギー設定根拠】

指導なしの場合、3か月後の身長 144.2cm、体重 45.9kg と仮定した。

個人目標の体重にするために、45.9-44.9=1kg 減らすことが必要。

すなわち、1 kg×7,000kcal÷90 日÷80kcal/日とした。

※1kg の体重減少に必要なエネルギー量を 7,000kcal として算出。

【栄養補給計画実現のための方法案】

肥満	偏食
①②夕食のエネルギー摂取量 -80kcal/日	③野菜を1 g 別皿に盛り付けて食べる （1週間に7回にじんじん1 g を食べると、ビタミンAが+28μgRAE）
	④牛乳を3 g 飲む （週7回だとたんぱく質+ 0.7g 脂質+ 0.8g カルシウム+23 mg）

【行動計画】

肥満		偏食		
児童（家庭）	保護者（家庭）	児童（学校）（家庭）		保護者（家庭）
①② 夕食をすべて食べる	①②-1 スナック菓子を 40g 計って提供する。 ①②-2 フライドポテト 240g 計って提供する。 ①②-3 ご飯を 270g 計って提供する。（海苔巻きにする） ※3つから1つ選んで実施	Ⅱ期	③2種類以上の野菜を 1 g 食べる。 ④牛乳を 3 g 飲む。	③2種類以上の野菜を用意し、1回触れることができるようにする。/週 ④牛乳を 3 g 用意する。

【栄養教育計画】

肥満		偏食		
児童	保護者		児童	保護者
宿泊学習時のバイキングの選び方を知る。	①② フライドポテトのエネルギーの情報提供。（10月）	家庭	③ 野菜（にんじん、キャベツ、こまつな）の実物に2回触れる。/月	④ 行動計画の実施について毎日確認するよう協力を依頼。他：保護者にサプリメントを使った場合の情報を提供。（服用している薬（市販薬）とサプリメントの成分の関係もあるため、使用の判断は保護者に委ねる。）
		学校	③ 玉ねぎの皮むき体験の授業の実施。（2学期中に1回）	

		給食	④ 給食時間に牛乳のひみつについて学年に伝える。 (2学期中に1回以上)	④ 行動計画の実施について確認 するよう協力を依頼。
--	--	----	--	----------------------------------

【連携についての計画】

担当	いつ	場面	内 容
栄養教諭	毎日 毎日	給食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 米飯を 300 g 給食室で盛る。 ・ 給食で野菜を 1 g 以上別の皿で提供。 (児童の様子を見ながら、味の有無、形の変更) ・ 給食時に様子を見る。
	2～3 回 (月・水・木 または金曜日) / 週 1 回 (金曜日) / 週		<ul style="list-style-type: none"> ・ 記録用紙の作成。 ・ 記録用紙で給食での取組を確認。
	1 回 / 月 1 回 / 月	身体測定後	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体重測定結果から発育状況の確認。 ・ 成長曲線、肥満度曲線のプロット。
学級担任	毎日 毎日 毎日	給食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教室で海苔巻きを巻く。 ・ 児童に言葉かけを行い、食べる食べないの確認。 ・ 喫食状況を記録用紙に記入。
	1 回 (金曜日) / 週		<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食での取組の記録用紙を保護者に配付。
養護教諭	1 回 / 月		<ul style="list-style-type: none"> ・ 身長と体重の測定。
その他の職員	適宜		<ul style="list-style-type: none"> ・ 改善に向けて取り組んでいることに対して言葉かけ。
管理職	適宜	学校保健委員会等	<ul style="list-style-type: none"> ・ 保護者から同意書を得るよう指示。 ・ 個別的な相談指導の時期、対象者の選定、内容等の相談、栄養教諭との情報共有。
保護者	毎日 1 回 (金曜日) / 週 1 回 (金曜日) / 週	家庭	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家庭で肥満と偏食の取組をする。 ・ 記録用紙で給食での取組を確認。 ・ 担任に記録用紙を返却する。
	適宜	給食	<ul style="list-style-type: none"> ・ 焼き海苔を用意する。

(6) 相談指導の実施

【実施事項・指導媒体】

〔身体測定〕

対象児童：学校で身体測定を行う。（1回／月）

保護者：行動計画の実施状況をチェックシートへ記入する。（1回／週）

栄養教諭：チェックシートを確認し、不明な点について保護者に連絡帳や家庭連絡を通して確認する。（1回／週）

身体測定の結果及び行動計画の実施について確認する。

（1回／月）

〔面談〕2回実施

〔チェックシート〕

1週間ごとに確認できるように作成した。

給食での取り組み

	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
ごはん 300g	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した
野菜	形（ ） 味付 （ ）	形（ ） 味付 （ ）	形（ ） 味付 （ ）	形（ ） 味付 （ ）	形（ ） 味付 （ ）
	食べた量	食べた量	食べた量	食べた量	食べた量
牛乳	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）

	月 日	月 日	月 日	月 日	月 日
食事について (保護者)	<input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> フライドポテト <input type="checkbox"/> 海苔巻き	<input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> フライドポテト <input type="checkbox"/> 海苔巻き	<input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> フライドポテト <input type="checkbox"/> 海苔巻き	<input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> フライドポテト <input type="checkbox"/> 海苔巻き	<input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> フライドポテト <input type="checkbox"/> 海苔巻き
(本人) 上のを食べたら○をつける					
野菜 (保護者)					
別皿 (保護者)					
牛乳 (保護者)					
保護者					
栄養教諭					

【モニタリング状況】

〔給食での取組の変更点〕

- ・担任が細長い俵型のおにぎりにして提供したところ、食べることができた。
- ・11月5日から担任がおにぎりの握り方を教え、児童が俵型のおにぎりを1個握る取組を開始。（完食）
- ・盛り付け方法の変更



【変更前】

にんじんのみを別皿に盛り付けて提供。

	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日
ごはん 300g	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した
野菜	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）
	食べた量 鶏肉と人参を 食べた	食べた量 キャベツとさつ ま芋を食べた	食べた量 キャベツとさつ ま芋を食べた	食べた量 キャベツとさつ ま芋を食べた	食べた量 キャベツとさつ ま芋を食べた
牛乳	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）



【変更後】

他の食材も一口ずつ別皿に盛り付けて提供。

	10月7日	10月8日	10月9日	10月11日
ごはん 300g	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した	食べた量 全量 残した
人参	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）	形（ ） 味付 （なし）
	食べた量 鶏肉と人参を 食べた	食べた量 キャベツを食べた	食べた量 キャベツを食べた	食べた量 大根を食べた
牛乳	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）	食べた量 スプーン （ ）

- ・児童の日々の様子から行動計画の見直しを行った。

日にち	内容
10月28日	児童が給食で挑戦する食材を1種類から2種類に増加。
11月7日	家の食事での計測は海苔巻きのみ実施に変更。 ※他の2つに比べて計量しやすく、取り組みを継続しやすいと保護者より申し出あり。
12月11日	児童が給食で頑張る食材を2種類から3種類に増加。

〔家庭での取組〕

- ・野菜は生野菜で実施。
- ・にんじん、レタス、キャベツは「オエッ」としながらも食べた。
- ・牛乳のスプーンは、アイスの小さいスプーンで実施。
- ・牛乳をヨーグルトや豆乳に置き換えて実践した日もあった。豆乳は嫌がるため牛乳に戻した。
- ・11月4日からサブリ米（Ca強化）の使用を開始。11月20日から使用量を増加。
- ・マルチビタミンパウダーはすっぱく、苦いため、使用しない。

	10月31日	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日
食事について (保護者)	<input checked="" type="checkbox"/> じゃがりこ <input checked="" type="checkbox"/> マックポテト <input checked="" type="checkbox"/> 海苔巻き	<input checked="" type="checkbox"/> じゃがりこ <input type="checkbox"/> マックポテト <input checked="" type="checkbox"/> 海苔巻き	<input checked="" type="checkbox"/> じゃがりこ <input type="checkbox"/> マックポテト <input checked="" type="checkbox"/> 海苔巻き	<input checked="" type="checkbox"/> じゃがりこ <input type="checkbox"/> マックポテト <input checked="" type="checkbox"/> 海苔巻き	<input checked="" type="checkbox"/> じゃがりこ <input type="checkbox"/> マックポテト <input checked="" type="checkbox"/> 海苔巻き
(本人) 上のを食べたら○をつける	じゃがりこ1個 ポテト11個 海苔巻き5本	じゃがりこ2個 ポテト11個 海苔巻き6本	じゃがりこ2個 ポテト11個 海苔巻き6本	じゃがりこ2個 ポテト11個 海苔巻き6本	じゃがりこ2個 ポテト11個 海苔巻き6本
野菜 (保護者)	キャベツ(生) 生のキャベツを食べた	人参(生) 生の人参を食べた	人参(生)	人参(生)	人参(生)
別皿 (保護者)	ハンバーグの肉汁(100g)	ハンバーグの肉汁(100g)	ハンバーグの肉汁(100g)	ハンバーグの肉汁(100g)	ハンバーグの肉汁(100g)
牛乳 (保護者)	スポン 1杯 飲んだ牛乳量	スポン 1杯	スポン 1杯	スポン 1杯	スポン 1杯

〔栄養教育〕

児童がイメージしやすいよう動画を使って実施した。

たまねぎのかわむき



〔行動計画達成状況〕

肥満		日数(日)	実施率(%)
児童	①②夕食をすべて食べる/日	68/90	75.6
保護者	※3つの内一つを選択。		
	①②-1 スナック菓子を40g計って提供する	12/90	13.3
	①②-2 フライドポテト240g計って提供する	3/90	3.3
	①②-3 ご飯を270g計って提供する。 (海苔巻き6本から5本にする)	81/90	90.0

* 保護者の行動計画については選択制にし、毎日1つ以上を選択し実施できた。

偏食			日数（日）	実施率（％）
Ⅱ期	給食	児童	①2種類以上の野菜を1 g 食べる。 【前期 参考】	0/8 0.0
			①3・4群食材を極少量でも1種類食べる	47/67 70.1
			②3 gの牛乳を飲む。 【前期 参考】	0/8 0.0
			②牛乳をスプーン1.5 g 飲む	29/67 43.3
	家庭	児童	①野菜を舐める 【前期 参考】	0/90 0.0
			①3・4群食材を極少量でも1種類食べる	76/90 84.4
			②3 gの牛乳を飲む（家庭で用意したスプーンで飲んだ日をカウント）	26/90 28.8
			①2種類以上の野菜を用意し、1回触れることができるようにする／週	18/26 69.2
	保護者	保護者	① 3 gの牛乳を用意する／日	26/90 28.8

【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、指導を開始した。
- ・個人情報はパスワードのかかったPCで管理
- ・保護者に、食事調査の写真は学校用のメールアドレスに送信するよう依頼。

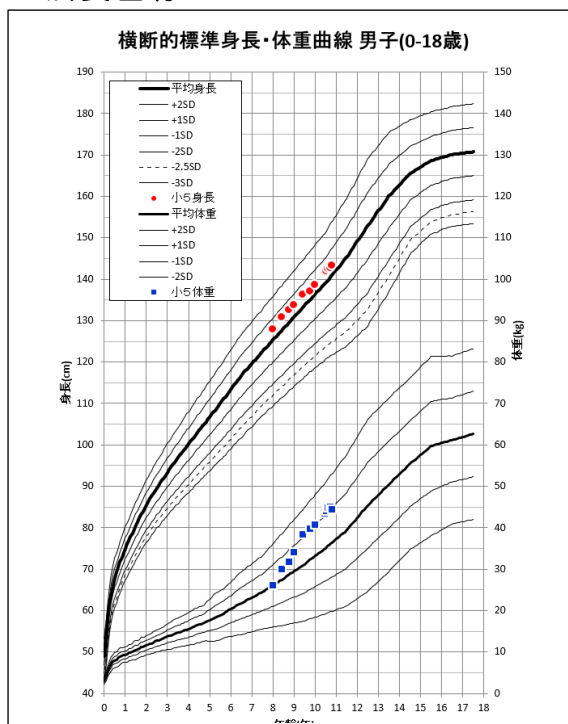
（7）再アセスメント

〔身体状況〕

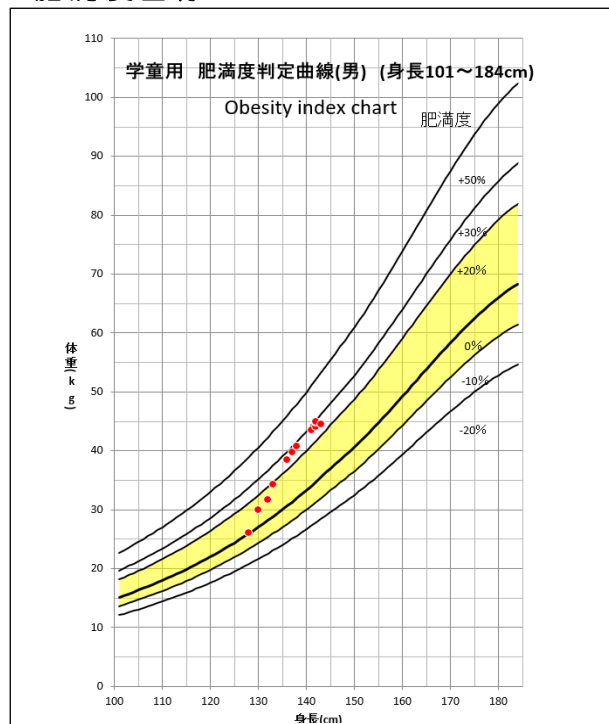
	令和7年1月
身長（cm）	143.4
体重（kg）	44.5
肥満度（％）	19.1

課題：なし

成長曲線



肥満度曲線



〔体調〕

現状：

- ・花粉症があり、症状がある時は、服薬をしている。
- ・友達の泣き声に敏感で、気持ちが不安になることがある。
- ・その際は、イヤーマフをして気持ちを落ち着かせる対応をしている。

課題：なし

〔生活・運動〕

現状：

- ・スクールバスを利用している。
- ・運動習慣がない。
- ・排便の習慣は毎日ある。

課題：

- ・運動習慣がない。

〔食事・食生活〕〇はできるようになったこと

	現在できること	現在できないこと
匂い		<ul style="list-style-type: none"> ・匂いが強いものに対して嘔吐反射する。
温度	<ul style="list-style-type: none"> ・冷たいゼリーを1回なめることができた。 〇冷たい杏仁豆腐を1回なめることができた。 〇給食時間に出汁で使った昆布を持って教室を巡回した際、以前は触るのも嫌そうな顔をしていたが、児童に言葉かけをした所、自ら進んで手を伸ばし、昆布を触り、匂いを嗅ぐ姿が見られた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・感覚過敏があり、何かに触れることも嫌がるしぐさをする。 ・手に持った時に熱いと感じる食べ物は食べることができない。
形態	<ul style="list-style-type: none"> ・太さと長さが均一な海苔巻きは、食べることができる。 〇自分で俵型に握ったおにぎりを食べることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯は、白いご飯しか食べることができない。 ・太さと長さが均一でない海苔巻きは、食べることができない。 (海苔 1/2 に対してご飯は 100～120g) ・ラーメンに具や背脂が乗っていると食べられない。 ・特定の細麺以外のラーメンは食べられない。
嗜好	<ul style="list-style-type: none"> ・具なしの醤油ラーメンの麺は、食べることができる。(特定のメーカーの冷凍麺) 〇給食のラーメンを 1 cm 食べることができる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・焼き海苔は新海苔だと食べられない。 ・特定のメーカーの冷凍麺であっても、醤油味以外のラーメンは食べられない。
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・麦茶を飲む。 (3～4L/日) 〇牛乳はスプーン1杯を飲むことができる。 〇みかん(果汁)を飲むことができる。 〇給食時間に別皿に盛られた食材を食べる時に、「オエッ」と嘔吐反射をしていたが、現在は見られなくなった。 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮出しすぎでの匂いが強い麦茶は飲めない。 ・牛乳は飲めない。 ・りんごを友達の促しで少量食べたことがあるが、現在は食べられない。

課題：

- ・家庭や給食で準備されたものを完食できない。

〔食事調査〕

方法・解析

アセスメントと同様

1日目〔平日〕

朝食	給食	夕食	間食
 <p>朝食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 203g ・スナック菓子 18.3g ・サプリメント (鉄サブリ 1g、サブリ米 Ca 強化 6g) 	 <p>児童が握った おにぎり</p> <p>白菜 高野豆腐 にんじん</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 306g ・牛乳 2g ・白菜 0.5g ・高野豆腐 0.5g ・白滝 0.3g ・みかん果汁 0.5g 	 <p>夕食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 262.8g ・醤油ラーメン (麺のみ 173.5g) 	<p>写真なし</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スナック菓子 100.8g

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	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	μg RAE	mg	mg	mg	g	g
朝食	435	8.1	—	5.4	91.6	424	23	2.8	69	0.06	0.09	6.3	4.7	0.3
給食	488	10.1	—	1.2	114.1	29	39	1.0	140	0.10	0.17	13.0	6.7	0.1
夕食	607	13.2	—	2.3	139.2	89	40	1.0	86	0.10	0.13	8.0	6.3	2.0
間食	508	7.7	—	25.3	62.3	0	0	0	0	0	0	0	3.5	1.1
合計	2,038	39.1	0.9	34.2	407.2	542	102	4.8	295	0.26	0.39	27.3	21.2	3.5

2日目〔平日〕

朝食	給食	夕食	間食
 <p>朝食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 203g ・スナック菓子 18.3g ・サプリメント (鉄サブリ 1g、サブリ米 Ca 強化 6g) 	 <p>児童が作った おにぎり</p> <p>鶏肉 豆腐 白滝 玉ねぎ</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 306g ・牛乳 2g ・豆腐 0.5g ・鶏肉 0.5g ・玉ねぎ 0.5g 	 <p>夕食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> ・海苔巻き 250g ・醤油ラーメン (麺のみ 00g) 	<p>写真なし</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スナック菓子 100.8g

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	620	10.9	—	14.6	114.3	424	23	2.8	69.0	0.06	0.09	6.3	6.0	0.7
給食	488	10.2	—	1.2	114.1	29	40	1.0	140	0.10	0.17	13	6.7	0.1
夕食	704	16.7	—	3.3	158.1	96	46	1.3	86	0.11	0.14	8	6.8	3.3
間食	508	7.7	—	25.3	62.3	0	0	0	0	0	0	0	3.5	1.1
合計	2,320	45.5	1.0	44.4	448.8	549	109	5.1	295	0.27	0.40	27	23.0	5.2

3日目〔休日〕

朝食	昼食	夕食	間食
 <p>朝食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> 海苔巻き 201g スナック菓子 55g サプリメント (鉄サブリ 1g、 サブリ米 Ca強化 6g) 	 <p>海苔巻き 229g 醤油ラーメン (麺のみ 200g)</p>	 <p>夕食の一部</p> <ul style="list-style-type: none"> 海苔巻き 250g 醤油ラーメン (麺のみ 200g) 	<p>写真なし</p> <ul style="list-style-type: none"> スナック菓子 55g

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	617	10.9	—	14.6	113.5	424	23	2.8	69	0.06	0.09	6	6.0	0.7
昼食	546	12.9	—	2.4	122.2	27	37	1	69	0.09	0.11	6	5.7	2.2
夕食	621	13.7	—	2.5	142.4	110	40	1.1	86	0.10	0.13	8	6.2	2.2
間食	277	4.2	—	13.8	34.0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	1.9	0.6
合計	2,061	41.7	0.9	33.3	412.1	561	100	4.9	224	0.25	0.33	20	19.8	5.7

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
2,179	42.3	1.0	39.3	428.0	546	106	5.0	295	0.27	0.40	27	22.1	4.4

〔休日1日の平均〕

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
2,161	41.7	0.9	33.3	412.1	561	100	4.9	224	0.25	0.33	20	19.8	5.7

〔平日2日間・休日1日の平均〕

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
2,139	42.1	0.9	37.3	422.7	551	104	4.9	271	0.26	0.37	25	21.3	4.8

現状：

- ・偏食についての把握

① 6つの基礎食品群ごとに、食べられる食材

1群	2群	3群	4群	5群	6群
○鶏肉	焼き海苔	○にんじん	○白菜	ご飯	油
○豚肉	○牛乳	○かぼちゃ	○しいたけ	じゃが芋	
○豆腐	○ヨーグルト	○小松菜	○長ねぎ	ラーメン	
○豆乳			○キャベツ	○食パン（白い部分）	
○高野豆腐			○レタス	○うどん	
○イナダ			○きゅうり	○こんにゃく	
			○もやし		
			○大根		
			○とうもろこし		
			○みかん		
			○りんご		

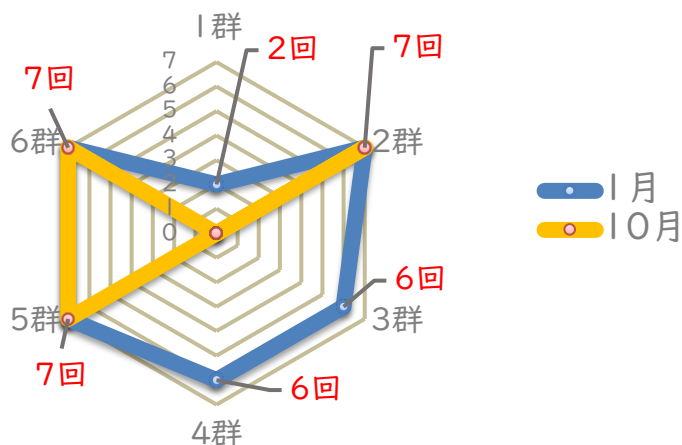
※極少量でも口に入れられて飲み込めるものをカウント

※○がついている食材は介入してから口に入れられるようになった食材

※スナック菓子の原材料上位3つは「じゃがいも」「植物油」「乾燥じゃがいも」のため、5群と6群にカウント

② 食事調査から週当たりの摂取

朝食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米	朝食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米	朝食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米
	あまのり 焼きのり		あまのり 焼きのり		あまのり 焼きのり
	スナック菓子		スナック菓子		スナック菓子
	にこにこ鉄分1袋2g		にこにこ鉄分1袋2g		にこにこ鉄分1袋2g
	新玄 サプリ米 カルシウム米		新玄 サプリ米 カルシウム米		新玄 サプリ米 カルシウム米
給食及び昼食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米	給食及び昼食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米	給食及び昼食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米
	あまのり 焼きのり		あまのり 焼きのり		
	はくさい 結球葉 ゆで		<牛乳及び乳製品> (液状乳類) 生乳 ホルスタイン種		
	だいず [豆腐・油揚げ類] 凍り豆腐 水煮		だいず [豆腐・油揚げ類] 絹ごし豆腐		あまのり 焼きのり
	<いも類> こんにゃく しらたき		<鳥肉類> にわとり [若どり・主品目] もも皮なし ゆで		こむぎ [即席めん類] 即席中華めん 非油揚げ 調理後全体 (添付調味料等を含むもの)
	<牛乳及び乳製品> (液状乳類) 生乳 ホルスタイン種		(たまねぎ類) たまねぎ りん茎 ゆで		
間食	スナック菓子	間食	スナック菓子	間食	スナック菓子
夕食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米	夕食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米	夕食	こめ [水稻めし] 精白米 うるち米
	あまのり 焼きのり		あまのり 焼きのり		あまのり 焼きのり
	こむぎ [即席めん類] 即席中華めん 非油揚げ 調理後全体 (添付調味料等を含むもの)		こむぎ [即席めん類] 即席中華めん 非油揚げ 調理後全体 (添付調味料等を含むもの)		こむぎ [即席めん類] 即席中華めん 非油揚げ 調理後全体 (添付調味料等を含むもの)
飲み物	<その他> 麦茶 浸出液	飲み物	<その他> 麦茶 浸出液	飲み物	<その他> 麦茶 浸出液



※カウント方法：1日に複数回食べていても1回

課題：極少量でも口に入れられて飲み込める食材は増えたが、量はまだ食べられない。

（８）個人評価

【成果評価（アウトカム）】

評価：1

評価基準：1 達成できた 0 達成できなかった

肥満				
	アセスメント 10月	①再アセスメント 1月	②個人目標	③差
身長 (cm)	142.0	143.4	144.2	-0.8
体重 (kg)	44.0	44.5	44.9	-0.4
肥満度 (%)	21.1	19.1	18.2	0.9

目標体重 44.9kg に対し、-0.4kg となり、おおむね目標が達成できた。
身長は予測値まで伸びなかった。

偏食			
アセスメント 10月	アセスメント 1月	増減	個人目標
1種類 (にんじん)	極少量でも25種類の食材を食べることができるようになった。 (食事摂取調査①より)	+24種類	・食べられなかった給食の食材を1種類以上食べる。
スプーン 1/3杯 (1g)	スプーン 1/2杯 (1.5g) 飲むことができるようになった。 (チェックシートより)	+0.5g	・給食の牛乳を3g飲む。

食べられなかった給食の食材を25種類食べることができるようになり、目標を大きく達成することができた。牛乳については、行動計画の達成率は高かったが、量が増えず、目標達成はできなかった。

【活動評価（アウトプット）】

評価基準（4 できた 3 おおむねできた 2 あまりできなかった 1 できなかった）

項目	評価	内容
スクリーニング	4	<ul style="list-style-type: none"> ・スクリーニング条件は適切であった。 ・学校保健委員会でスクリーニング条件について周知し、対象者を抽出することができた。

目的・期間		3	<ul style="list-style-type: none"> 同時に肥満と偏食の改善を目指すのは、児童・保護者ともに負担をかけることになった。課題が複数ある場合、課題の優先順位をつけて1つずつ計画を立てた方が保護者の負担の軽減になり、より良い指導を行うことができる。 偏食については、2、3ヶ月の短期間での改善は困難であるため、長期的な介入が必要である。今回は、1年間のⅠ期、Ⅱ期、Ⅲ期に分け、取り組むことができた。
アセスメント	現状把握	3	<ul style="list-style-type: none"> 課題が複数あることで、保護者に説明する際の資料やチェックシートも、それぞれ作成する必要があり、面談までの期間が空いてしまった。一つずつ取組をすることで、アセスメントから実施までの期間を短くする必要がある。
	課題の抽出	3	<ul style="list-style-type: none"> アセスメント結果より、課題を重要性和改善可能性で分類し、優先的な課題を抽出することができた。
個人目標		肥満	偏食
		<u>評価 3</u> <ul style="list-style-type: none"> 過去の身体測定の結果から、成長を予測し設定することができた。 	<u>評価 3</u> <ul style="list-style-type: none"> 偏食の目標をⅠ期・Ⅱ期・Ⅲ期に分けたことで、児童の目指すべき姿が明確になった。
栄養補給計画 ＊1		<u>評価 3</u> <ul style="list-style-type: none"> 夕食を選択制にしたことで、習慣的に食べていたフライドポテトの摂取回数を減らすことができた。 再アセスメントの結果から、栄養補給計画よりエネルギー摂取量がー340kcalであった。エネルギー摂取量が不足すると身長伸びを抑制することもあるため、身体測定の推移を確認しながら、栄養補給計画の変更を行う必要がある。 	<u>評価 3</u> <ul style="list-style-type: none"> サプリメントを用いて不足の栄養素（カルシウム）を補うことができた。 栄養教諭が提示するサプリメント栄養成分や使用方法について情報収集を行い、児童が無理なく使用できるサプリメントを取り入れることができた。安心して使用してもらうために、サプリメントに関する情報を正しく理解する知識が必要である。 サプリメントの情報提供では、二次元コードを資料に載せたことで、保護者が情報に直ぐにアクセスすることができた。
行動計画＊2		<u>評価 4</u> <ul style="list-style-type: none"> 保護者の行動計画達成率が85%だったことから、児童の達成率の高さへつながっている。 	<u>評価 3</u> <ul style="list-style-type: none"> 児童の様子を担当が観察をしながら見取り、栄養教諭と共有することで行動計画を見直すことができた。それにより、達成率0から40%以

		保護者と連携した行動計画が有効であった。	上になった。行動計画が児童にあっていないか、早い段階で見極める必要がある。
栄養教育計画		評価 2 <ul style="list-style-type: none"> 個別の栄養教育が難しい児童だったため、個別指導ではなく集団指導の回数を増やすべきだった。 	評価 2 <ul style="list-style-type: none"> 個別の栄養教育が難しい児童だったため、個別指導ではなく集団指導の回数を増やすべきだった。
連携計画		評価 3 <ul style="list-style-type: none"> 個別的な相談指導を継続的に行うために、学校保健委員会等を活用し、校内体制を強化することが必要である。 栄養教諭の取組を全校の職員に周知するために、校内研究発表会等を活用して、発信することも必要である。 	評価 4 <ul style="list-style-type: none"> サプリメントの使用について保護者と情報共有を行い、児童に合ったサプリメントを採用することができた。 情報提供は、保護者が判断するため、価格、形状、手に入りやすさを調べ、栄養教諭自ら試すことで、保護者が児童に合ったサプリメントの採用につなげることができた。 給食時間に担任が児童の様子を確認し、栄養教諭と共有することができた。
再アクセスメント	相談指導の実施	4	<ul style="list-style-type: none"> チェックシートから家庭での取組、学校での取組を栄養教諭、担任、保護者が確認し、モニタリングを丁寧に進めることができた。 児童の表情や反応を見ながら、保護者と連携し、食材の量や種類の増減を調整することができた。
	現状把握	4	<ul style="list-style-type: none"> 聞き取り調査、食事調査、食事摂取調査を行ったことで児童の変化をみとることができた。 強い匂いが苦手で感覚過敏である児童が、自ら食材を触ったり、匂いを嗅いだりする姿が見られるようになり、児童の食材への興味関心を高めることができた。
	課題の抽出	3	<ul style="list-style-type: none"> 児童が飲み込める食材は増えたが、極少量であり、今後も継続して取り組み、量を増やしていく必要がある。

	エネルギー	たんばく質		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 栄養補給計画	2,480	47.9	1.1	48.7	480.9	306	108	6.7	269	0.65	0.41	49	30.3	4.2
② 再アクセスメント	2,139	42.1	0.9	37.3	422.7	551	104	4.9	271	0.26	0.37	25	21.3	4.8

①-②	341	5.8	0.2	11.4	58.2	-245	4	-1.8	-2	0.39	0.04	24	9.0	0.6
-----	-----	-----	-----	------	------	------	---	------	----	------	------	----	-----	-----

* 1〔再アセスメントと栄養補給計画の比較〕

栄養補給計画と再アセスメントのエネルギー摂取量の差が 341kcal であった。これは、夕食の米飯量に対する行動計画の達成率が 90%であったこと、習慣的に食べていたフライドポテトの摂取回数が減ったことが原因と考えられる。

Ⅱ 栄養教諭の配置環境

調理場方式：単独調理場

食数：400 食

栄養教諭数：1 人

兼務校数：なし（隣の市に分教室あり）