

## 2025年度 第3回生涯教育研修会(学校健康教育事業部)

「成長期の子どもを対象とした個別的な相談指導の進め方」

【講義】 成長期の子どもを対象とした個別的な相談指導の進め方

【講師】 鹿児島純心大学 看護栄養学部健康栄養学科

准教授 今村 佳代子 先生

【配信期間】 2025年8月21日(木)～27日(水)

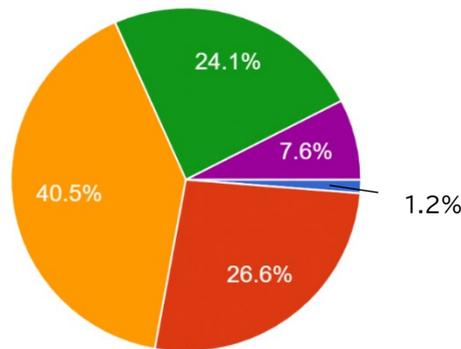
【受講申込者数】 128名

【アンケート回答者数】 79名

### 【アンケート結果】

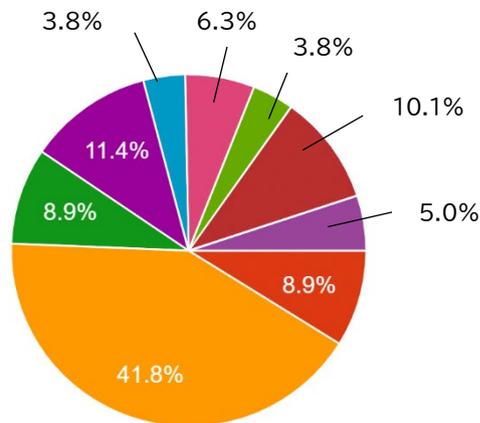
#### ◆受講者年代

	(人)
20代	1
30代	21
40代	32
50代	19
60代以上	6
合計	79



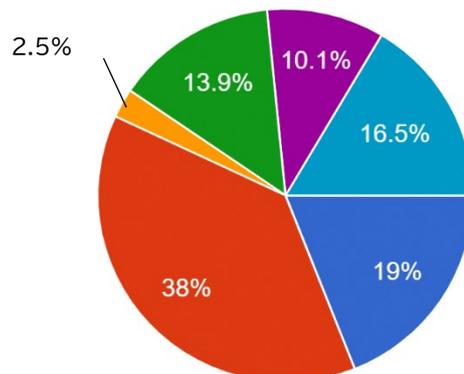
#### ◆所属支部

	(人)
村上	0
新発田	7
新潟市	33
三条	7
長岡	9
柏崎	3
十日町	5
魚沼	3
上越	8
佐渡	0
支部なし	4
合計	79



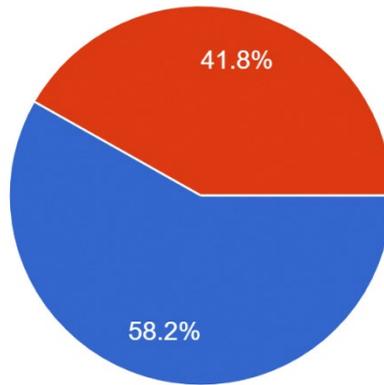
#### ◆職域

	(人)
公衆衛生	15
学校健康教育	30
研究・教育	2
医療	11
福祉	8
地域活動	13
勤労支援	0
職域なし	0
合計	79



◆内容の理解度

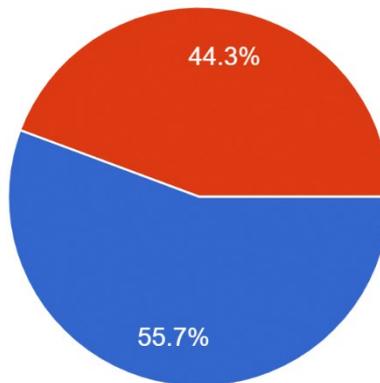
	(人)
非常にそう思う	46
どちらかといえばそう思う	33
どちらかといえばそう思わない	0
あまりそう思わない	0
合計	79



- 非常にそう思う
- どちらかといえばそう思う
- どちらかといえばそう思わない
- あまりそう思わない

◆内容の満足度

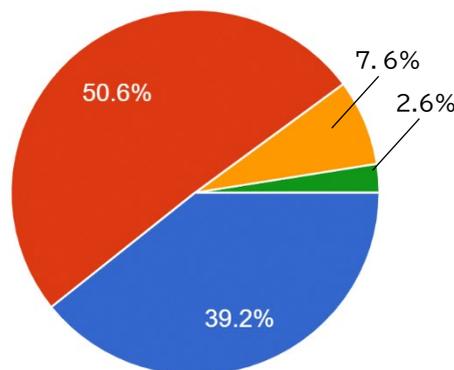
	(人)
非常にそう思う	44
どちらかといえばそう思う	35
どちらかといえばそう思わない	0
あまりそう思わない	0
合計	79



- 非常にそう思う
- どちらかといえばそう思う
- どちらかといえばそう思わない
- あまりそう思わない

◆実務への活用度

	(人)
非常にそう思う	31
どちらかといえばそう思う	40
どちらかといえばそう思わない	6
あまりそう思わない	2
合計	79



- 非常にそう思う
- どちらかといえばそう思う
- どちらかといえばそう思わない
- あまりそう思わない

## ◆研修の感想(一部抜粋)

### ○「知識を得ることができた」「勉強になった」という意見

- ・子どもと保護者の課題の他に教員や環境の課題が関わってくることも考慮しなければならないことを知ることができ、参考になりました。
- ・スクリーニングの抽出条件として、やせや肥満以外は健康課題を抱えていることが挙げられていました。部活動やスポーツをしている児童生徒への個別指導とは違うことが分かりました。
- ・成長曲線と肥満度曲線を合わせて見ること、一時点の結果だけでなく過去からの推移をしっかりと見ることが必要であることがよく理解できた。

### ○「実践に生かしたい」という意見

- ・個別指導の具体的な方法を学ぶことができ、すぐに実践に役立てたいと感じた。
- ・目標の設定方法として、優先順位の決定を重要性和改善可能性から導き出す方法は、医療の現場でも活用したいと思った
- ・今後、小児肥満や小児やせの症例に介入する時に役立てたいです。
- ・課題を数値化することは、個別的な相談指導だけでなく、普段の業務の振り返りにも生かしていきたい。

### ○「役に立つ内容だった」「分かりやすい内容だった」という意見

- ・子供の個別栄養指導について、必要なスキルや方法がよく分かりました。成長曲線の見方や、目標や課題の数値化など、具体的にとても参考になり良かったです。
- ・成長期の子供を対象とした個別的な相談指導の仕方について、具体的に講義をしてもらえたので、とても分かりやすかったです。
- ・栄養ケアマネジメントはどの分野でも必要になってくると改めて感じました。復習したいと思います。
- ・成長期のこどもだけでなく、フレイル事業や特定保健指導等でも使えるやり方のためになりました。

### ○「さらに詳しく聞きたい」という意見や質問

- ・他の教職員に個別的相談指導の必要性を理解してもらうために、どんなアプローチをしていったら良いのか悩んでいる。その取組例をぜひ知りたい。

### 《講師からの回答》

→多くの方が悩んでいらっしゃると思います。

既に個別的相談指導を進めている先生方にお聞きしますと、  
まずは、必要性を理解していただくために、スクリーニングの結果を、  
管理職や学校内に示すことが有効であるようです。

受診勧告が必要な児童と、生活習慣に関する指導をすることで予防できるレベルの児童を分け、  
その人数等を定期的に示すことが重要です。

また、栄養教諭が個別的相談指導が出来ること、個別的相談指導に効果があることを、  
文科省の事例集などを用いて、示すことも良いかと思います。

・相談指導計画以降の流れについて、もう少し詳しく聞きたかった。

《講師からの回答》

→私も後半、もう少し詳しくお話をさせていただきたかったのですが、限られた時間の中で説明できず、申し訳なかったです。

・体重を増やしたい方の栄養指導で、胃腸が弱く、多く食べると下痢をする場合、どのような栄養指導が有効か、どのような指導をしているのか具体例を教えてください。

《講師からの回答》

→下痢をする原因の詳細をアセスメントすることが大切です。

食べる量が問題・・・どのくらい食べると下痢をするのか

食べる物によって下痢の具合が異なるのか、運動の有無、食事にかかる時間・・・など、原因を明らかにすることで、改善策を考えることができます。

例えば、スポーツをしている男子で、体重を増やしたいあまり、

たくさん食べているのですが、下痢が習慣化している選手がいます。

この場合、せっかく食べても、体重が増えずに悩んでいたりします。

その際は、食べる量を増やすよりも、時間をかけてよく噛むことを指導し、

食べたものを消化・吸収することに重きを置きます。

一次的に食べる量が減るかも知れませんが、体重の減少はなくなるケースが多いです。

・実際に個別指導を行っているときにリアルタイムで相談できるところがあるとありがたい。

また、小中学生に対してのアセスメントとして、一般的に使えるアンケート用紙みたいなものがあるとありがたい。

《講師からの回答》

→現在、新潟県内に、文科省の事業に挑戦している先生方がいらっしゃいます。

また、アドバイザー、事業委員として活動されている先生がいらっしゃいます。

そのような先生方を中心に、アドバイスをもらえるような組織・環境を作るのはいかがでしょうか。

新潟県は、人材が揃っていらっしゃいますので、上手く進められるのでは、と思います。

→フォーマットが公表されているわけではないので、なかなか難しいですが、

最近の栄養教諭養成のための教科書には、参考になる事例が載っています。

[栄養教諭論 理論と実践でわかる食育 ワークシート・教育実習テキスト&ノート付/医歯薬出版株式会社](https://www.ishiyaku.co.jp/search/details.aspx?bookcode=700210)

<https://www.ishiyaku.co.jp/search/details.aspx?bookcode=700210>

また、厚労省の事例集も参考になるかも知れません。

今のところ、個別的相談指導の事例は、やはり、個人を対象としている分、

アセスメント項目や用紙が標準化するのには難しいのかも知れません。

もう少し事例が集まってくれば、標準化された調査用紙なども、

作成されるようになるかも知れません。

私も文科省の事業の際には、周囲にお聞きしたいと思います。

## ○その他

- ・多職種、他機関との連携計画の中に、ぜひ行政栄養士も加えていただくと、より深みのある相談指導となると思いました。学齢期で健康課題が表面化するケースもあるでしょうが、乳幼児期から継続的に健康課題を抱えている児のケースも少なくないと思います。後者の場合は、行政のそれまでの関わりを引き継ぎ、生かすことができます。幼児期から学齢期へのつながりが上手くいっていないのが現状です。
- ・学校での栄養教諭の個別的な相談指導は、市町村行政栄養士との連携が必要であると改めて感じた。
- ・学校でも栄養教諭による個別的な相談指導の機会が増えれば、すぐに問題解決に至らなくとも食生活上問題を抱えた児童やその親の気付きにつながると思う。
- ・現職、栄養教諭ではありませんが、乳幼児の健診や、地域の特定保健指導を行っています。個人目標の設定については、改善可能性及び、重要性を図式化することは、問題を明確化するのに有効だと感じました。課題に優先順位をつけ、あくまでも自発的に決定してもらうことが大切だと再認識しました。
- ・栄養教諭が行う個別的な相談指導実践事例集を参考にしてみたいと思いました。また、乳幼児の健診や相談の中で、親の知識不足、間違ったやせ意識などを感じることもあり、今後、小さいころから学校の教諭や栄養教諭の健康教育が、健全な成長、ひいては大人になってからの健康・病気予防の基となることを痛感しています。

## ◆来年度以降、学校健康教育事業部の生涯教育として取り上げてほしい内容

内容	票数
特別な支援を要する子どもや発達障がいの子どものアプローチ (食の傾向や偏食などの食の困難とその支援)	4
個別的な相談指導の実践について(具体例や指導者のスキルアップ)	3
業務改善や業務に参考になる最新情報について	3
痩せ傾向の女子生徒の指導や対応(生理不順や骨密度増加不十分)	2
食の視点からの学校における防災教育	1
中学校での栄養教育実践	1
生活習慣病の予防・改善を目指した時間栄養学	1
学校給食における衛生管理について	1
食育の実践事例について	1
ジュニアアスリートフードマイスターのダイジェスト版	1
コミュニケーションについて	1
アレルギー対応について	1
新潟県立大学 村山伸子先生の講義(国際的視点からの日本の栄養教育制度について)	1
国際協力活動	1
小中(高等)学校での食事指導のポイント(可能であれば事例も含めて)	1
他の職域との連携について	1