

個別的相談指導の充実による食育の推進

～食物アレルギーへの対応～

～学校給食センターの取組み～

喜多方市喜多方学校給食共同調理場栄養教諭 伊藤美穂子

1

実態

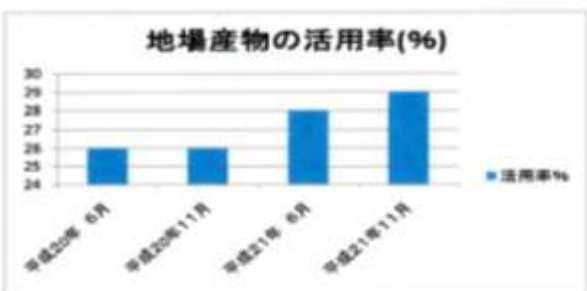
(1) 学校給食センターの実態

本調理場は、平成20年4月から新設され、受配校13校、約3300人に配食し、主食調理能力の関係から、毎日3種類の献立に対応している。

学校教育関係者、児童生徒の保護者、学校給食関係者による学校給食実行委員会が組織され、共同調理場が実施する学校給食計画を作成し、円滑な学校給食運営のため、定期的に協議している。

本地域は、小学校において農業科を設置し、食農体験に積極的に取り組んでいる。地元の産物に対する意識が高く、本調理場においても地産地消を運営方針に掲げ、地元産コシヒカリを使用した自校炊飯による米飯給食や地元産米粉と小麦粉配合の米粉パンの提供、地元産大豆使用の加工品や伝統工芸である漆椀・塗り箸等を導入している。

また、食育の推進を目指して、給食センターから食育全体計画を受配校に発信するとともに、毎週水または金曜日に魚料理を中心とした日本型食生活を提供したり、毎月19日を食育の日とし、望ましい食事のモデルとなる給食の提供に努めたりして、受配校の食育を支援している。



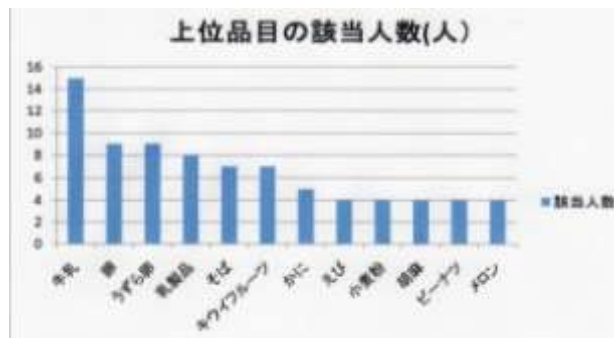
資料1

食育年間指導計画

年度	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
食育目標
指導内容
実施方法
評価

(2) 児童生徒の食物アレルギーに関する実態

児童生徒の1%にあたる34名が食物アレルギーを有し、その原因アレルギー食品は、38種類に及び、毎日の学校給食の中で、除去、代替食を実施している。



食物アレルギーへの対応は、平成20年4月に新設実施された当初において、保護者からのアレルギー除去食依頼書に基づいて個別に対応していたため、対応食実施可能範囲が多岐に及んでいた。また、対応の多様さからこれまでの単独校・単独調理場時代に日常身近に行われていた個別的相談指導を行う余裕は無かった。そのため、実施決定基準や対応の基本的な基準を整理し見直す必要があった。

2 重点目標

- (1) 対応食実施基準及び対応食実施手順を整理し、受配校との共通理解を図る。
- (2) 食物アレルギー児童生徒に対する食事の質や安全性を下げずに運営していく基本的な手順を検討する。(共同調理場内)
- (3) 個別的相談指導の機会を増やすとともに、支援体制を構築する。(共同調理場と受配校のかかわり)

3 実践内容

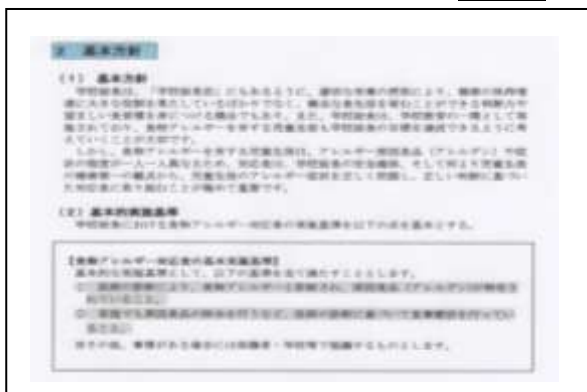
(1) 対応食実施基準及び手順の共通理解

これまでの受配校個々の対応を踏まえ、給食センターからの案をもとに、学校給食実行委員会で協議し、平成21年1月の校長会において、共通理解を図った。

① 対応食実施基準 (以下実施基準) の作成

対応食の決定にあたっては、医師の診断・検査により、食物アレルギーと診断されていること、アレルゲン (原因食品) が特定されており、医師からも食事療法を指示されていること、家庭でも原因食品の除去を行うなど食事療法を行っていることを前提とした。

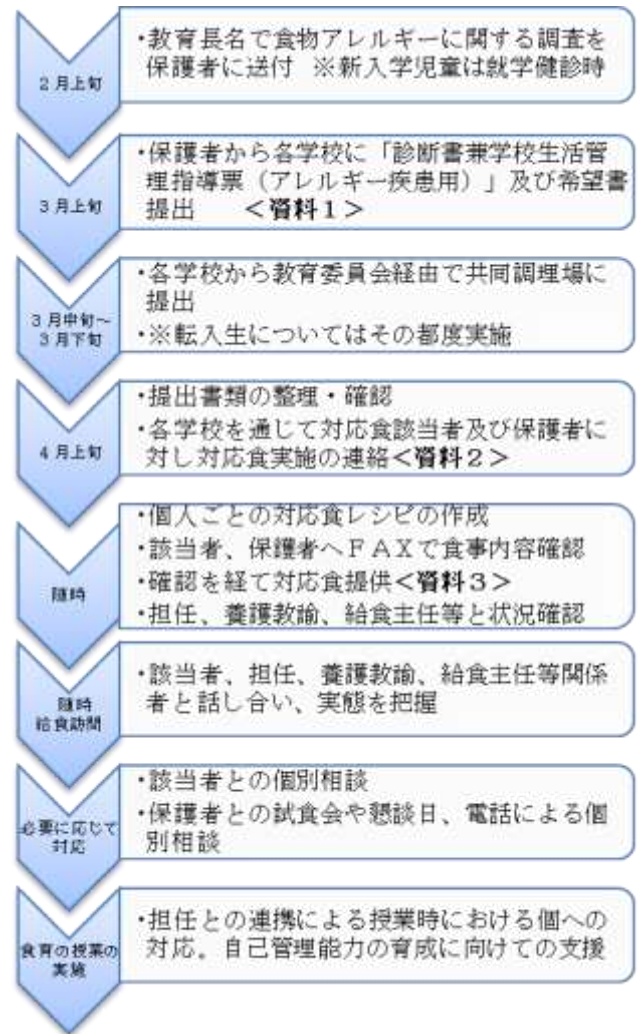
資料2



② 対応食実施手順 (以下実施手順) の確認

対応食実施には、保護者、市教委、学校、共同調理場が、確かな情報を共有し、連携を密にすることが大事であるので、その手順を明確にした。

<実施手順>



<資料1>

資料3

主治医からの診断書兼学校生活管理指導票

② 児童生徒との個別的相談指導

給食時間訪問時の機会を捉え、担任と確認をとりながら、必要に応じ、該当者と個別に話し合いを持ち、その内容によって指導を行った。また、その都度、指導内容を記録した。

<給食時間訪問時の個別的相談指導例>

- 学校給食における食物アレルギー対応食の食べ方
- 日常生活における注意事項
- アレルギー食品の表示の見方
- 成長期における大切な栄養素と食物アレルギーとのつきあい方
- デザート、おやつ、おやつの摂り方 等

<個別的相談指導の記録>

資料6

個別的相談指導記録簿						
学校	年	組	名前			
平成	年	月	日	時	分	～ 時 分 (場所)
○ 行ったこと						
○ 学校給食の食物アレルギー対応食に対する満足度や悩みなどを聞いた。						
○ 学校給食以外の日常食や食生活について、話を聞いた。						
○ 体調の変化などを聞いた。						
○ 日常の食事内容や食生活について、アドバイスをを行った。						
○ 特におやつ、おやつの摂り方については、除去すれば良いだけでなく、代わりになる食品を食品フードモデルや実物を活用して、成長期に必要な栄養素を過不足なく補充する方法をアドバイスした。						
○ 該当者が話した内容						
○ 学校給食には満足しているが、たまに、友達と同じものを食べたい時がある。						
○ 体調は、特に最近おかしいところはない。						
○ 少しでも、食べられる食材が増えればいいと思っている。						
○ おかあさんがしっかりした食事管理を行っているので、家での食事内容は、特に問題がないが、たまに、食べてはいけないおやつを食べたい時がある。						
○ アドバイスしたこと						
○ おやつ、おやつの摂り方については、除去すれば良いだけでなく、代わりになる食品を食品フードモデルや実物を活用して、成長期に必要な栄養素を過不足なく補充する方法をアドバイスした。						
○ 日常食について、同一食品を多く摂ったり、連続して食べたりしないようにアドバイスした。						
○ アレルギー症状が出ている時は、消化・吸収能力が低下している場合が多いので、易消化の形など、胃腸に負担がかからないものを選ぶようにアドバイスした。また、香辛料などは、血管拡張作用があるので避けることを促した。						
○ アレルギー発作を誘発しやすいので、過食しないように、1食分の食事内容をフードモデルを活用して、アドバイスした。						
○ その他						
○ 日常の食生活や体調の変化など、普段から、ノートなどに書き留めておくように伝えた。						

<個別的相談指導後の児童の感想より>

- ・ 食物アレルギーに対する不安が無くなった。
- ・ 体調が前より良くなったような気がする。
- ・ おやつ、おやつの摂り方等において、除去すれば良いだけでなく、代わりになる食品を取り入れて、成長期に必要な栄養を過不足なく補充する方法も理解できた。
- ・ アレルギー食品の表示の見方を教えてもらったので、よかった。

③ 保護者との個別的相談指導

電話での直接相談や学校給食試食会の後などにおいて、家庭における食事療法等の指導を行った。

<保護者との個別的相談内容例>

- 原因食品の除去を行う場合の注意事項
- 除去食を行っている時の成長期における栄養面での注意事項
- 調理の際の注意事項
- 原因食品を除去すべき食品と代替になる食品の提示

<個別的相談指導後の保護者の感想より>

- ・ 相談指導後、食物日誌をつけていたら、偏った食事をさせていたことがわかった。調理の際の注意事項を教えていただき、対応食の幅が広がった。
- ・ アレルギー反応のメカニズムも詳しく教えていただき、よかった。
- ・ 除去食を行っている時は、成長期における栄養面にも十分注意を払っていく必要があることも理解できた。
- ・ 家庭での対応での不安が解けた。
- ・ 原因食品の除去を行う時の注意事項や、栄養面での注意事項が良くわかった。
- ・ 調理の工夫で、子どもにもあまり孤立感を感じせずに、楽しく家族で食べる対応の仕方がわかった。
- ・ 除去食の解除はどのように進めていったらよいか詳しく教えていただき、参考になった。
- ・ 調理の際の注意事項を指導していただいたので、調理を工夫することで、子どもの食べられる食品数が増えてきた。



学校給食試食会の席で保護者と生のトマトの家庭での対応について、話し合った。

④ 食育の授業における対応

食物アレルギー児童生徒が在籍する学級における食育の授業では、担任と連携し、十分な事前打合せを行い、展開場面に応じて個別指導を実施している。教材教具等においても、食物アレルギー児童生徒の実生活に対応するよう配慮している。

おやつを選ぶ食育の授業では、食物アレルギー児童には、原因食品を含まないおやつカードを配布した。



4 成果と課題

(1) 成果

① 重点目標（1）について

実施基準を明確に定めたことにより、各学校の対応が一元化した。そのため、学校においては、取り組みガイドラインの周知徹底が図られ、共同調理場においても、対応体制が確立した。また、対応手順を示すことにより、各関係者の責任や役割が明確となり、共通理解が図られ、迅速に対応できるようになった。

② 重点目標（2）について

日々の献立において、個人ごとの代替食、除去食の標準を明確にしたことで、関係職員間で共通認識が促進し、統一した対応の取組みが確立され、提供する給食の質の向上、安全性の確保につながった。

③ 重点目標（3）について

食物アレルギーに対する個別的相談指導を児童生徒及び保護者に行うことにより、児童生徒も保護者も食物アレルギーに対する不安が解消してきている。また、個別的相談指導や食育授業の中での個別指導を通して、児童生徒が自分自身の健康と向き合い、日常の生活における実践力の育成につなげることができた。

(2) 課題

食物アレルギーに対する個別的相談指導は、教育的な問題というよりも、医療に関する問題であるということを認識し、特にアナフィラキシーショックなど、症状が悪化し、生命の危険が生じることもあることから、養護教諭を窓口

- ・文書による正確な情報を得る。
- ・主治医の指示に従う。
- ・保護者との共通理解のもと進める。

などが必要であり、一層受配校との連携を強化していく必要があることを再認識した。

また、食事制限で心の負担がある児童生徒に対し、個別的相談指導を行う際は、特に、カウンセリングの技法に熟達する必要があると痛感した。

食物アレルギー児童生徒に対する栄養学的なアドバイスが必要となることから、実践を通して、栄養教諭が非常に重要な役割であることを改めて認識した。今後も、関係者と適切に連携を図りながら、継続していきたいと考えている。