

## 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良いと思っている。
- 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摂る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

○

◇ 該当者が話した内容

○

◇ アドバイスしたこと

○

◇ その他

○