

### 3 個別的な相談指導

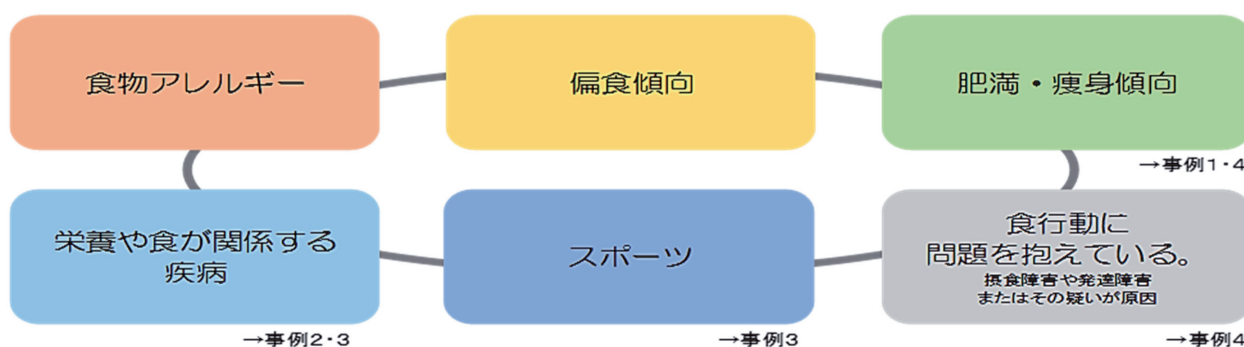
#### (1) 個別的な相談指導の進め方

個別的な相談指導は、授業や学級活動等、全体での指導では解決が難しい健康に関係した個別性の高い課題について改善を促すために実施します。発育・発達期である児童生徒が健康に過ごすために必要であるとともに、将来に向けた望ましい食生活の形成を促すためにも重要です。

個別的な相談指導を、事前に想定される問題や課題に対して実施する場合は、期間を決めて、定期的・継続的に指導を進めることにより、対象の児童生徒の行動変容を促し、改善、あるいは、より良好な生活を行うための習慣を獲得できるようにします。

その際、全教職員が児童生徒の食に関する問題や課題を理解し、学校として計画的、組織的に個別指導を行うよう、校内の指導体制を整備することが重要です。保健主任等が中心となり、既存の組織を活用したり、個別相談指導委員会等を立ち上げたりして、取組等について定期的に協議する場を設定します。

適切に対応するためには、学級担任、養護教諭、栄養教諭、保健主任、体育主任、部活動担当、学校医や主治医等、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーなどの関係者が連携を図り、それぞれの専門性を生かして児童生徒及び保護者の相談指導にあたることが大切です。



想定される個別的な相談指導

#### (2) 指導上の留意点

- ① 対象児童生徒の過大な重荷にならないようにすること。
- ② 対象児童生徒以外からのいじめのきっかけにならないように、対象児童生徒の周囲の実態を踏まえた指導を行うこと。
- ③ 指導者として、高い倫理観とスキルをもって指導を行うこと。
- ④ 指導上得られた個人情報の保護を徹底すること。
- ⑤ 指導者側のプライバシーや個人情報の提供についても十分注意して指導を行うこと。
- ⑥ 保護者を始め関係者の理解を得て、密に連携を取りながら指導を進めること。
- ⑦ 成果にとらわれ、対象児童生徒に過度なプレッシャーをかけないこと。
- ⑧ 確実に行動変容を促すことができるよう計画的に指導すること。
- ⑨ 安易な計画での指導は、心身の発育に支障をきたす重大な事態になる可能性があることを認識すること。

## (3) 個別的な相談指導事例

## 事例1 肥満傾向にあり、ストレスを抱えている小学生女子

アセスメント 現状把握と課題抽出	<ul style="list-style-type: none"> <li>入学時から体格がよく中等度の肥満であった。外で遊ぶよりも読書が好きで、4年生の4月の身体計測では、肥満度が79%と高度肥満になっていた。</li> <li>太っていることで、男子に嫌なことを言われて、保健室への来室が増えてきた。</li> <li>家庭は自営業で、夕食の時間が不規則であり、空腹を満たすためにおやつを好きなだけ食べている。</li> <li>両親共に体格がよいため、指導しても子どもの肥満をあまり気にしていない様子で、肥満がなかなか改善しないことが推察される。</li> </ul>	
児童の目標設定	<ul style="list-style-type: none"> <li>おやつを含めた食事内容を見直し、バランスのよい食事を家族と一緒によくかんで食べることができる。</li> <li>運動習慣を身に付けることができる。</li> </ul>	
相談指導者及び内容（役割分担）	養護教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>事前に学校医に相談した上で学級担任、栄養教諭と連携し、母親、本人と健康相談を実施した。母親を責めないように留意して、食事内容の改善と運動習慣の定着を促した。</li> <li>体重測定の手続きや保健室への来室時を捉えて定期的に児童と面談を行い、児童の気持ちを受け止めた。</li> </ul>
	学級担任	<ul style="list-style-type: none"> <li>嫌なことを言われてつらい思いをしている児童の話聞き、解決方法を一緒に考えていくことにした。からかっている男子児童には、今後、人を傷つけるようなことはしてはいけないことを指導することを約束した。</li> </ul>
	栄養教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>食事調査を実施し、その結果をもとに栄養素の偏りや食べる速さ、規則正しい食事時間等について話した。養護教諭と連携し、母親と本人の思いを聞きながら、できそうなことを見つけていった。まずは、おやつの中身と量を見直し、夕食の時間を早めることを本人に決定してもらった。</li> <li>自分たちで決めた目標の到達状況を確認しながら、養護教諭とともに根気強く声掛けを続けた。第一段階の目標が達成できている様子を確認したうえで、次のステップとして、万歩計をつけての散歩を進め、1日5000歩以上歩くという目標を決めた。5000歩をクリアできたら1万歩をめざして声掛けを続けた。</li> </ul>
	スクールカウンセラー	<ul style="list-style-type: none"> <li>来校日に保健室で対象児童へ声掛けをし、日々の生活の悩み相談、励ましを行った。</li> </ul>
児童への評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食事時間、食事内容の改善が見られたか。</li> <li>○運動習慣が身に付いたか。</li> <li>○肥満度が下がったか。</li> <li>食習慣の改善は難しく、目標の達成は一進一退を繰り返している。運動習慣については、散歩以上のことはできていないが、吹奏楽部に入部し、規則正しい生活が送れるようになっている。身長が伸び、肥満度は、中等度まで下がった。</li> </ul>	

## 事例2 歯周疾患要観察者（GO）である小学生男子

アセスメント 現状把握と課題抽出	<ul style="list-style-type: none"> <li>4年生の定期健康診断の歯科検診の結果、GOと判定されたが、歯・口の健康に関心が低く、5年生の検診でもGOと判定された。</li> </ul>	
児童の目標設定	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の歯肉の状態に気づき、自分の歯並びに合ったみがき方を習得して、歯肉炎を予防することができる。</li> <li>う歯や歯肉の病気の予防に必要な生活習慣の改善に取り組むことができる。</li> </ul>	
相談指導者及び内容（役割分担）	養護教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>学校歯科医の指導助言の下、歯肉の状態、歯垢のみがき残しを観察させ、自分の歯並びに合った歯みがきの方法を指導した。定期的に保健指導の機会を設け、再評価しつつ、児童の改善意欲の維持に努めた。</li> <li>学級担任、栄養教諭へ指導内容を知らせ、学級活動等に役立ててもらった。</li> </ul>
	学校歯科医	<ul style="list-style-type: none"> <li>歯垢の染め出し検査（歯垢の染め出しと確認染め）による歯みがきの自己評価方法について、養護教諭等へ指導助言を行った。</li> <li>次年度歯科検診にて、対象児童のGOの継続的管理結果を評価するなど、健康相談の充実を図った。</li> </ul>
	学級担任	<ul style="list-style-type: none"> <li>保健や学級活動における指導、給食直後の歯みがき指導等、クラス全体での学習活動へつなげた。</li> <li>学級通信を活用して情報発信し、家庭の理解と協力を得た。</li> </ul>
	栄養教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>学級担任との連携により、保健や学級活動の時間に、間食や食事の適切な摂り方について全体指導を行った。また、その内容を食育通信で家庭へ啓発を行った。</li> <li>養護教諭と連携し、保健室での個別相談時に励ましの声掛けを行った。</li> </ul>
児童への評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>○歯肉の病気の予防に必要な生活習慣の改善に取り組み、歯肉炎を予防することができたか。</li> <li>歯肉の自己観察力の習得及び自分に合った適切な歯みがきの方法の工夫をはじめ、生活習慣の改善に努めた結果、最終学年における歯科検診において、GOは消失した。</li> </ul>	

歯周疾患要観察者(GO)…歯石沈着は見られないが、歯垢の付着と軽度の歯肉炎が見られ、生活習慣の改善と注意深いブラッシング等によって炎症が改善されるような歯肉の状態の者をいう。

### 事例3 運動部活動も相まって貧血となった中学生女子

アセスメント 現状把握と課題抽出	<ul style="list-style-type: none"> <li>陸上競技部の活動に熱心に取り組んでいたが、記録が伸び悩むなど運動能力が低下してきた。顔色が悪い程度で自覚症状を欠いていたが、初経を迎えたことも加わり、貧血が疑われた。</li> </ul>	
生徒の目標設定	<ul style="list-style-type: none"> <li>成長期には貧血になりやすいことを理解することができる。</li> <li>受診及び治療の必要性を理解するとともに、食生活を改善することができる。</li> </ul>	
相談指導者及び内容（役割分担）	部活動顧問	<ul style="list-style-type: none"> <li>運動能力の低下が認められたため、学級担任とも情報共有し、養護教諭に健康相談を依頼した。</li> <li>受診の結果、しばらく運動制限が設けられたためこれを適切に管理し、活動復帰への意欲を損なわず、治療や食生活の改善に取り組めるよう相談に応じた。</li> <li>記録の伸びだけでなく、体重や成長に応じた練習メニューを組み、将来的に運動に関われるよう指導した。</li> </ul>
	養護教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>部活動顧問、学級担任の健康観察内容をもとに、事前に保健調査し、内科検診につなげた。</li> <li>学校医の所見を添え、内科検診結果を生徒及び保護者に通知し、受診結果を報告するよう指導した。</li> <li>鉄欠乏性貧血との診断結果を受け、疾患の理解を促し、鉄剤の正しい飲み方等を指導した。</li> </ul>
	学校医	<ul style="list-style-type: none"> <li>内科検診において、眼瞼結膜等の身体兆候や症状を観察した上で、貧血の有無を正確に判定する必要性を認め、医療機関等で血液検査を受けるよう指導した。</li> </ul>
	学級担任 教科担任	<ul style="list-style-type: none"> <li>学校生活において、学習能力の低下も認められたため、保護者に電話連絡の上、受診を勧めた。</li> <li>日常の健康観察を通じて、顔色が悪い、疲れやすい等の症状がないかを確認した。</li> <li>栄養教諭と連携して、給食時間にも貧血予防の指導を行った。</li> </ul>
	栄養教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>できるだけ食物から鉄を摂取できるよう、バランスのよい食事について保護者と本人へ話した。鉄を多く含む食品（レバー・あさり・かつお・卵・大豆・ひじき・小松菜等）とともに、たんぱく質やビタミンCを多く含む食品と一緒に食べるなど、バランスの大切さを確認した。</li> <li>食育通信により、家庭への啓発も行った。</li> </ul>
生徒への評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>○貧血について理解し、食生活を改善することができたか。</li> <li>治療を続けた結果、症状は改善し、運動制限も解かれ、部活動に復帰できた。</li> <li>特に女子は月経も重なり、鉄欠乏貧血になりやすいことを理解し、家族の協力を得て、鉄を多く含むバランスのよい食事をするように努めることができた。</li> </ul>	

I 学校における食育の推進

II 学校における食に関する指導

III 学校・家庭・地域が連携した食に関する指導

資料

### 事例4 自分の体形を誤認識して痩身願望になり体調を崩しかける高校生女子

アセスメント 現状把握と課題抽出	<ul style="list-style-type: none"> <li>アイドルに夢中になっており、握手会などに出かけている。振り向いて欲しいため、自分の体形や顔など外見が気になるようになった。体形は標準の中に入っていたが、太っていると思い込んでおり、食事制限を始め、保護者が心配して学校に連絡された。</li> </ul>	
生徒の目標設定	<ul style="list-style-type: none"> <li>自分の体形、体重が標準であることを自覚できる。</li> <li>3食きちんと摂取することができる。</li> </ul>	
相談指導者及び内容（役割分担）	養護教諭	<ul style="list-style-type: none"> <li>身体の観察を行い、健康状態の把握を行った。（体温・脈拍・血圧・体重の測定、食習慣、月経の有無）</li> <li>健康相談などを通して、本人に痩身とそれからくる身体の不具合について理解を促した。</li> <li>家庭や学級担任等と連携し、自己肯定を含め、ありのままの自分を受け入れられるように、本人の心の安定を図った。</li> </ul>
	学級担任 教科担任	<ul style="list-style-type: none"> <li>学校生活においての容姿や体形についての気になる言動を拾い上げ、コンプレックスにつながらないように指導していった。</li> <li>体重の増減についてなどを不用意に伝えないように教員間でも共通理解を深めた。</li> <li>過剰に活動する傾向がみられないか注意した。</li> </ul>
	学校医	<ul style="list-style-type: none"> <li>養護教諭からの相談に応じ、思春期摂食障害外来の紹介、及び学校生活に関する指導助言を行った。</li> </ul>
	スクール カウンセラー	<ul style="list-style-type: none"> <li>生徒及び保護者に対し、定期的なカウンセリングを実施し、状況を把握した。</li> <li>保護者や教員に話しにくい部分を共有し、生徒理解に努め、家庭生活や学校生活へフィードバックさせるようにした。</li> </ul>
生徒への評価	<ul style="list-style-type: none"> <li>○自分の現状を把握し、食生活を改善することができたか。</li> <li>早期に家庭と学校とが連携できたことにより、自分では理解していなかった体重の減少の危険性について、少しずつ理解をしはじめた。</li> <li>将来に向けて、食習慣を整えることが大切だということも自覚しはじめた。</li> </ul>	