

令和7年度 第1回 学校健康教育部会研修会報告

日時…令和7年9月27日（土）14:00～16:00

場所…ウインクあいち907会議室

参加者…53名

「成長曲線と肥満度曲線に基づく栄養食事指導～個別的な相談指導の充実に向けて～」

講師…和洋女子大学家政学部健康栄養学科 杉浦 令子氏

学校では、定期的に身長体重測定が行われ、児童生徒等の発育評価には、身長・体重成長曲線および肥満度曲線を積極的に活用することになっています。今回の講義では、その体格評価指標について、正しく理解し評価することや、個別指導は児童生徒の正常な成長を第一に考え、身長・体重成長曲線や肥満度曲線を見て、その都度経過をみながら対応することが大切であることを学びました。

まず、身長・体重成長曲線より、正しい異常判定と肥満の早期発見の方法について学びました。①身長・体重ともに曲線が「チャンネル」を横切っていない体質性肥満は、経過観察としてよいこと ②身長は正常範囲だが、体重が「チャンネル」を横切って上向きに増加している原発性肥満は、健康被害があるかの確認が必要であること ③身長がチャンネルを下向きに横切り、体重が異常に増加している二次性肥満は、早期に原因の病気を発見し治療する必要があること 等です。一時点の肥満度だけではなく、肥満度曲線を活用し判断していくことが重要であることを学びました。

また、肥満の治療は成長の途中か最終身長に到達しているかで目標が異なり、成長途中であれば身長が伸びているか確認しながら体重の管理をする必要があります、体重維持を目標としても身長が伸びていれば肥満度は改善に向かうことを確認しました。しかし、肥満の状態が長く続くと身長の伸びが低下する場合があるので注意しなければならず、肥満を早期に発見・改善し正常な成長を促す必要があります、そのためにも、成長曲線と肥満度曲線による正確な身体評価が大切になることがわかりました。

なお、食事摂取基準は肥満・やせの判定の人には個別の調整が必要なことを確認し、演習では、成長曲線・肥満度曲線を見ながら、どのタイミングでどのような指導が理想であるのかを考えました。曲線の傾きにも注目し、指導のタイミングを見極めることの難しさも痛感しました。



肥満・やせのような基準を外れる児童生徒に対しては個別指導が必須であり、改めて栄養教諭に求められている資質について考える時間となりました。児童生徒の健やかな成長のため、適切な個別指導を行うことができるよう、今後も研鑽を積み重ねていきたいと思っています。

（報告者 尾張旭市立白鳳小学校 深尾直美）