

2010. 5. 7 版

児童養護施設における
「食生活の自立支援マニュアル」(2009)

平成 22 (2010) 年 3 月

社団法人 日本栄養士会

全国福祉栄養士協議会

『児童養護施設における「食生活の自立支援マニュアル」(2009)』
の発刊にあたり

社団法人日本栄養士会全国福祉栄養士協議会では、福祉サービスを利用する国民の健康保持増進と生活の質（QOL）の向上に寄与することを目的に、福祉施設における栄養管理の充実と施設を核にして地域を包括した活動の展開を図っています。

厚生労働省「社会保障審議会児童部会」においては社会的養護体制の拡充について検討が進められており、児童に必要なケアの専門性と、そのために必要な職員配置、施設機能のあり方についても検討されているところです。

児童養護施設に勤務する管理栄養士・栄養士は、日々の栄養管理を基本に児童の成長・発達に応じた適切な「食育の推進」に努めているところです。その食育の一つとして、施設退所後に地域社会での「自立」、安定した生活を営めることをめざした継続的な栄養・食生活支援が必要であると考えています。

そこで、本協議会では平成 20 年度の政策事業として「児童養護施設における食生活に関する実態調査～管理栄養士・栄養士の関わり～」を全国の児童養護施設を対象に実施し、その調査結果を把握したうえで、継続的に栄養・食生活支援するための『児童養護施設における「食生活の自立支援マニュアル」(2009)』を作成しました。

なお、マニュアルを作成するに当たり、社会的自立を目前にした高校生を対象とした『高校生のための「食生活自立支援に向けた食育プログラム」(2009)』を作成し、安定した食生活および日常生活が営める一助としてモデル事業を実施し、その事例を紹介することとしました。

今回作成しました『児童養護施設における「食生活の自立支援マニュアル」(2009)』を管理栄養士・栄養士を中心として大いに活用していただき、多職種協働による栄養・食生活支援が児童一人ひとりの養育の実践に役立つことはもとより「食育」がより推進されることを期待しております。

本マニュアルの作成、実態調査、食育のモデル事業にご協力いただきました各施設の施設長はじめ多くの職員の方々に厚く御礼申し上げます。

社団法人 日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会
協議会長 政 安 静 子

児童養護施設における「食生活の自立支援マニュアル」

目 次

はじめに	1
1. 食育の計画	
(1) 食育の計画の目的	2
(2) 食育の計画の目標	2
(3) 食育の計画づくり	2
(4) 食育の実践と評価	2
2. 食育の視点を含めた自立支援計画の作成	4
資料1 児童養護施設・食育計画（例）	5 - 6
資料2 児童養護施設・食育年間活動計画（例）	7 - 8
資料3 - 1 児童養護施設・4月食育活動計画（例）	9
資料3 - 2 児童養護施設・8月食育活動計画（例）	10
資料4 児童養護施設・実践記録（例）	11
資料5 児童養護施設・「食」の自立に向けた評価シート（案）	12 - 14
3. 食事提供に関する計画づくり	
(1) 食事提供に関する計画づくり	15
資料6 児童養護施設・入所時栄養アセスメント書	17
資料7 児童養護施設・栄養アセスメント書	19
資料8 - 1 児童養護施設・成長記録表	21
資料8 - 2 成長曲線（男児・女児）	22
(2) 厨房以外での調理のための衛生管理マニュアル（案）	24
資料9 消毒方法について	28
資料10 嘔吐物の処理方法	29
資料11 注意しましょう！	30
4. 高校生のための	
「食生活の自立支援に向けた食育プログラム」（2009）	32
実践事例（施設） 社会福祉法人 児童養護施設 子持山学園	34
＜参考資料＞	
1. 自立支援計画票（社会福祉法人 児童養護施設 子持山学園）	38
2. 児童福祉法、児童福祉法最低基準	39

はじめに

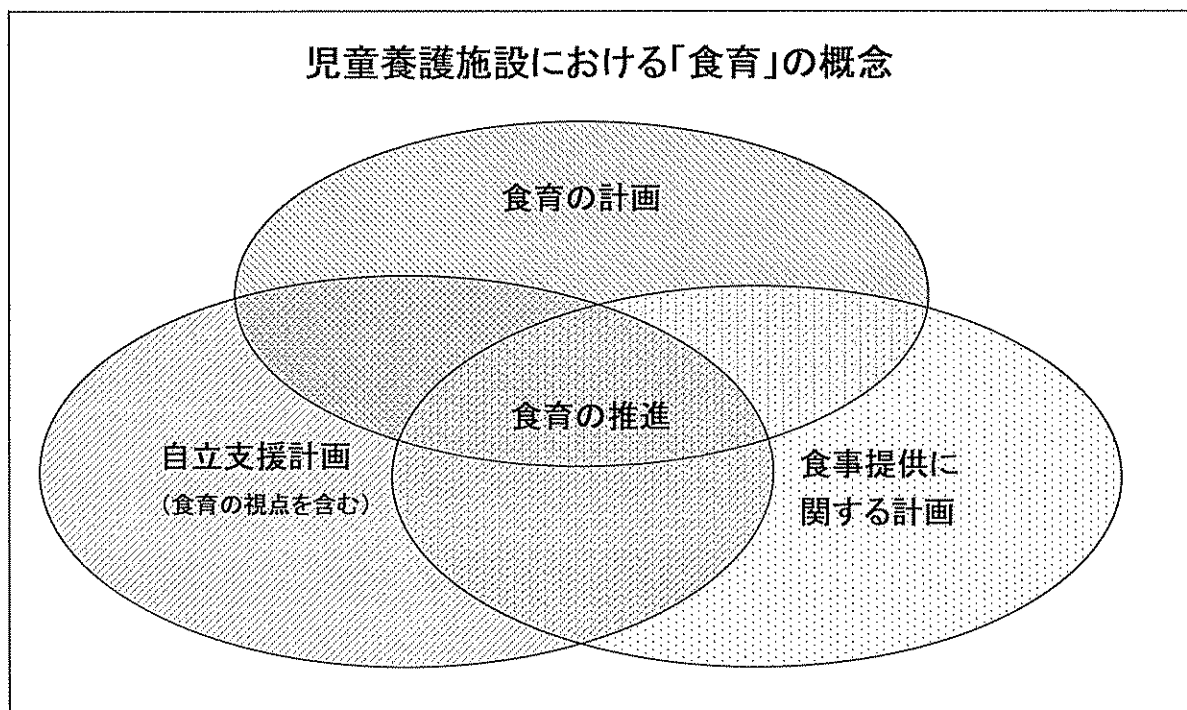
平成 17 年に施行された食育基本法では、家庭、学校保育所等における食育の推進が謳われており、児童養護施設においても、子どもたちの健やかな成長・発達を促す食事の提供、社会的自立（成人期）に向けた健康の保持・増進のための栄養・食生活支援などの「食育」の推進が必要とされています。

社団法人日本栄養士会全国福祉栄養士協議会では、平成 20 年度に「児童養護施設における食生活に関する実態調査～管理栄養士・栄養士の関わり～」を実施し、入所児童の食生活や食の自立支援に関する関わり方を把握した結果、「食育」の推進においては「食育計画」や「食に関する内容がある自立支援計画」を立てている施設で、計画のない施設に比べてより有意に実践されていることが確認でき、食育の推進には「食育の計画」と「食育の視点を含めた自立支援計画」が重要であることが実証できました。

児童養護施設において「食育」を推進するためには「食育の計画」、「食育の視点を含めた自立支援計画（個別）」、「食事提供に関する計画」が必要です。そして、それぞれが相互作用し、そこからよりよい食育の活動が生まれてきます。

そこで、「食育」の推進に向けて、食および養育の担い手である管理栄養士・栄養士が中心となり、多職種で連携を図りながら「食育の計画」、「食育の視点がある自立支援計画」、「食事提供に関する計画」を立てることが必要となります。さらに、それぞれの計画を立てた目標が達成できるように実施し、計画通りに実施できたかどうかを評価し、次の計画の見直しに反映するようにします。

したがって、児童養護施設の管理栄養士・栄養士が、これらの一連の業務をスムーズに実施し、よりよい食育の推進を実践することができるように、「食生活自立支援マニュアル」を作成しました。



1. 食育の計画

児童養護施設においては、児童の成長・発達の過程に応じた適切な「養育」が日々の営みのなかで展開されています。衣・食・住にまつること等、整えられた日常生活が安定して継続されること、また子どもとおとなとの人間関係、信頼関係を築くことをもとに「養育」は展開されており、「食育」はその中の大事な一部分を担っています。管理栄養士・栄養士を中心として全職員が共通認識のもと「食育」の推進が図られるよう、その専門性をいかした食育の計画づくりが必要とされています。

(1) 食育の計画の目的

「食育基本法」（平成 17 年 7 月 15 日施行）の前文には、『国民一人一人が「食」について改めて意識を高め、自然の恩恵や「食」に関わる人々の様々な活動への感謝の念や理解を深めつつ、「食」に関して信頼できる情報に基づく適切な判断を行う能力を身に付けることによって、心身の健康を増進する健全な食生活を実践するために、今こそ、家庭、学校、保育所、地域等を中心に、国民運動として、食育の推進に取り組んでいくことが、我々に課せられている課題である。』とされています。

食育の計画の目的は、「生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ（食育基本法 第 1 章総則、第 1 条）」ことを目標に、『現在を最も良く生き、かつ、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本として、自立した「食を営む力」を持った大人に成長するよう食育を推進すること（保育所保育指針より抜粋）』を実践するため、食育を総合的かつ計画的に推進することです。

(2) 食育の計画の目標

入所児童が退所するときに「どのような子どもに成長していて欲しいか」、栄養・食生活に関する子どものめざす姿をもとに、各児童養護施設における食育の計画の目標を作成します。

めざす子どもの姿（例）

- ・心身ともに健康な子ども
- ・生活リズムが整う子ども
- ・自立した食生活が営める子ども
- ・健康と食に関して知識がある子ども
- ・食を通して人、社会との関係が作れる子ども など

(3) 食育の計画づくり

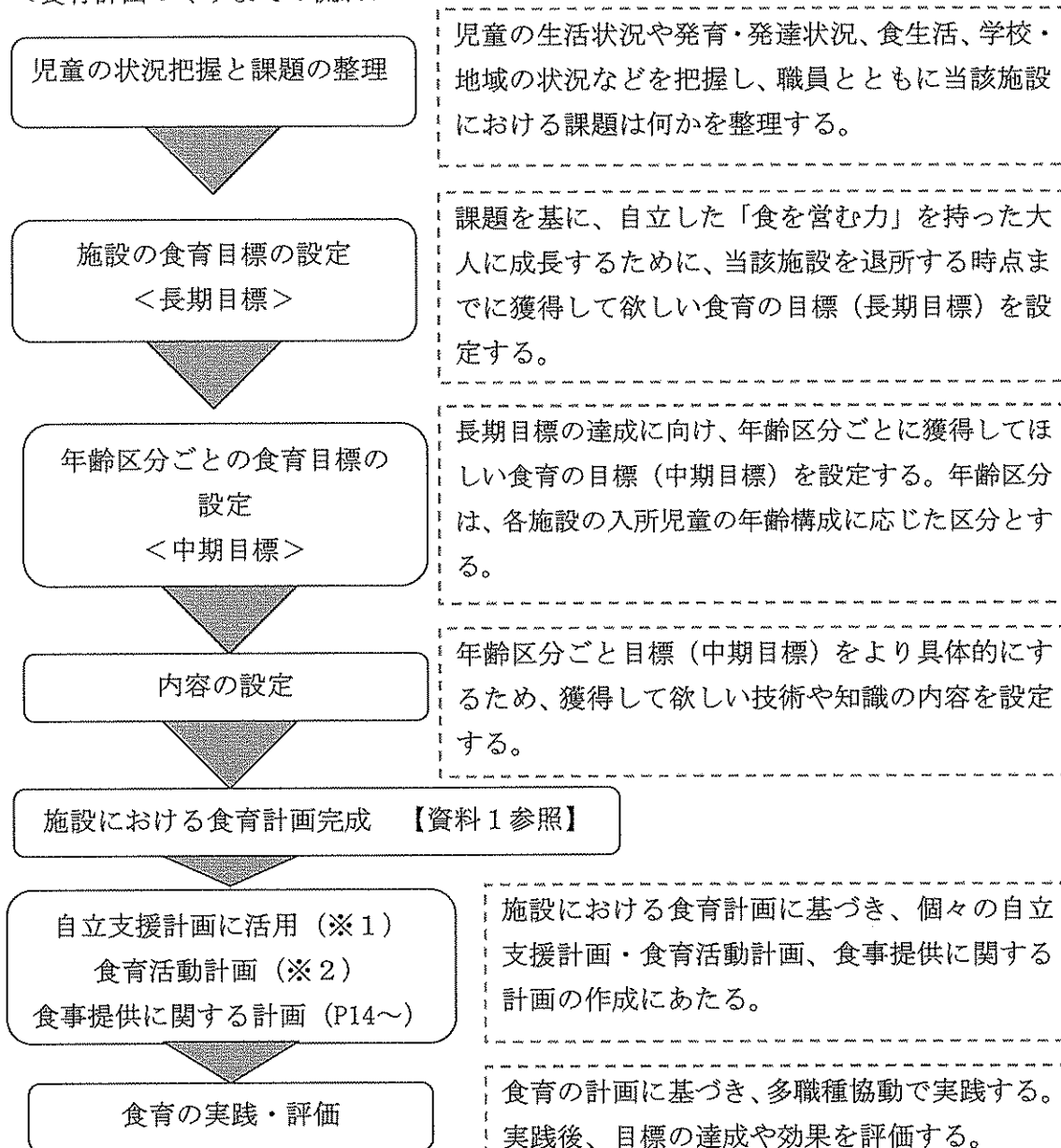
食育の目標を達成するために、どのような食育が必要かを検討し、自立支援計画の目的に沿った内容であるかを明確にした上で、それに基づく食育の計画を作成します。計画は児童一人ひとりの状況を把握し、施設の全職員の確認のもとに作成します。

(4) 食育の実践と評価

食育の計画に基づき具体的に食育を実践します。食育（さまざまな取り組み）を実

実践するには、事前に実践記録【資料4参照】を用いて計画を作成し、職員の共通理解の上で実践・評価を行い、次の計画作成に反映させることとなります。

<食育計画づくりまでの流れ>



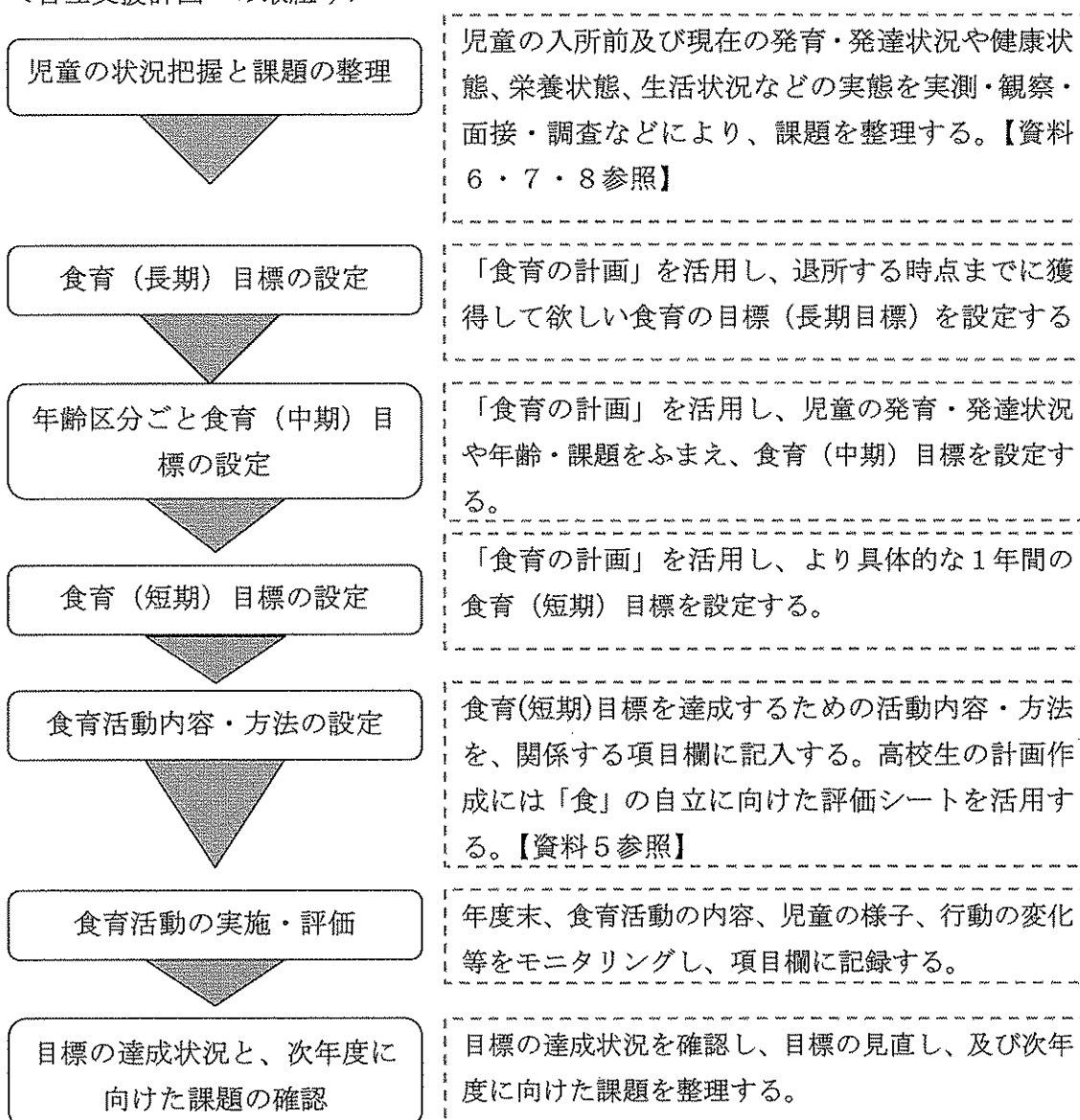
※1 自立支援計画とは、児童福祉施設最低基準第45条の2にある「入所中の個々の児童について、児童やその家族の状況等を勘案して、その自立を支援するための計画」です。【参考資料1・参照】

※2 食育活動計画とは、食育目標を達成するため食育活動の計画を示したもので、年間や期・月別、年齢別、行事別等があります。【資料2～4参照】

2. 食育の視点を含めた自立支援計画の作成

自立支援計画の作成の中で、食に関する内容を検討する際には、「食育」の推進に向けて、食および養育の担い手として管理栄養士・栄養士は積極的に参画することが必要です。作成した食育計画をもとに、計画的に「自立」に向けた栄養・食生活を支援します。なお、管理栄養士・栄養士は実施記録に基づく話し合いにも参加して、食育の支援が適切に行われているかを評価し、その評価結果が次の計画に反映されるよう、多職種協働で食育を推進します。

<自立支援計画への取組み>



長期目標◎心身が健全に発達し、一人一人が年齢・能力に応じた望ましい食習慣を身につける		
◎楽しい雰囲気の中での食事や、食育活動を通して、豊かな心を育成し社会性を培う		
◎自立した食生活が営めるようになる		
年齢	「年齢区分ごとの食育目標」	指導上の留意点
2 ～ 3 歳	「食を通して心の安定を図る」 ・生活リズムを整える ・食べたい物、好きな物が増え、食事を楽しむ ・衛生面に注意し健康に過ごす ・一緒に食べる人がいることで、食を通して心の安定を図る ・食具を使ったり、食事のマナーについて関心を持つ ・行事食を楽しむ ・食前、食後の挨拶をする ・食事に興味を持つ	・早寝早起きを促し、生活リズム、食事のリズムが安定するように伝えていく ・空腹感を味わえるように、遊びを設定し、空腹感をもって食事の時間を迎えることができるようにする ・色々な食品や料理を味わうことで、好きな食べ物が増える ・職員が手本を示し、正しい手洗い、姿勢を伝えていく ・食後に口腔内を清潔にするように伝えていく ・よく噛んで食べることを伝える ・職員と子どもが楽しい雰囲気の中で食卓を囲み、食事をする ・スプーン・フォークを使い食事をするように、一人一人の発達をふまへ食具の使い方を知らせる ・食器を持ったり、手を添えて食べる正しい姿勢を知らせる ・季節感や行事を知らせ、食事を楽しむ ・「いただきます・ごちそうさま」の挨拶を知らせる ・食事の準備や後片付けに関心を持つ ・食べている食品の名前を知らせる
就 4 学 歳 前	「望ましい食習慣を身につけながら食事を楽しむ」 ・生活リズムが整って食事を楽しむことができる ・食べ物と健康の関心に興味をもつ ・衛生と健康の関心について関心を持つ ・一緒に食べる人と楽しい雰囲気の中で食事をする ・食具を使ったり、食事のマナーについて知る ・行事食を楽しむ ・食に関わる人との関係を広げ、感謝の気持ちを知る ・食生活について少しずつ興味を持つようになる	・生活リズムを定期的に確認する ・食事と健康について簡単な内容を伝える ・色々な食品や料理を味わうことで、好きな食べ物が増え、新しい食品でも自ら食べるように促す ・食事前に手を洗うように、手洗いの必要性について知らせる ・食後に口腔内を清潔にすることと歯みがきの大切さを伝える ・食後に歯みがきをすることを伝え歯みがきを確認する ・よく噛んで食べるができるように、噛むことの大切さを伝える ・食事の会話を大切にし、楽しい雰囲気の中で 食べてみようとする気持ちを育む ・一人一人の発達をふまへ箸の正しい使い方や、正しい姿勢、マナーを知らせ、一人で食べられるようにする ・食事を楽しみにするように、季節感や行事食を知らせる ・食品や食事を作ってくれている人がいることを伝えていく ・簡単な食事の準備、片付けを手伝うよう促す(食器を運ぶ等) ・色々な食材を見たり触れる体験をさせる ・簡単な調理のお手伝いを楽しむ(トウモロコシ・たまねぎの皮むき等)
1 ～ 3 年 小 学 生	「望ましい食習慣を身につけながら食事を楽しみ調理に関心をもつ」 ・生活リズムの大切さを知る ・食事の大切さを理解する ・衛生と健康の関心について関心を持つ ・一緒に食べる人と楽しい雰囲気の中で食事をする ・食具を使うことや食事のマナーを身につける ・行事食の知識を得る ・食に関わる人との関係を広げ、感謝の気持ちを持つ ・食生活に興味を持つ	・生活リズムの大切さを伝える ・食事と健康について簡単な内容を伝える(主食・副菜・主菜等) ・感染症などの予防のために手洗いとうがいなどの必要性を伝え、確認する ・食後に歯みがきをし、食後の口腔内を清潔にするように伝える ・噛むことの大切さの意味を知らせ、よく噛んで食べるように伝える ・食事の会話を大切にし、楽しい雰囲気の中で 食べてみようとする気持ちを育む ・正しい食習慣、マナーと一緒に食事をしながら手本となり伝える ・箸の持ち方を確認し正しい持ち方を知らせる ・季節や行事に合わせた、食事や行事食を伝える ・食品や食事を作ってくれている人がいることを伝え、感謝の気持ちを知らせる ・簡単な食事の準備、片付けなど、お手伝いの楽しさを伝える ・色々な食材や料理名を伝える ・簡単な調理のお手伝いを楽しむ

年齢	「年齢区分ごとの食育目標」	
4 ～ 6 年	「望ましい食習慣を身につけながら食事を楽しみ、食事・調理の基本的知識・技術を学ぶ」	
	・生活リズムの大切さを理解する ・食事バランスについて知る ・衛生と健康について学び身体の清潔を心がける ・運動と健康、食べ物の関係について理解する ・一緒に食べる人と楽しく食べる ・食具を使うことや食事のマナーが身につく ・行事食について理解し、楽しむ ・食材や食事を用意してくれる人への感謝の気持ちを持つ ・食生活について関心を持ち、自ら係わりようとする	・生活リズムの大切さを伝える ・食事バランスが分かり、自分で考えて食べられるようにする ・感染症などの予防のために手洗いとうがいなどの必要性を伝え、確認する ・歯の大切さを理解し、食後の歯みがきの必要性について伝え確認する ・噛むことの大切さと歯の関係について伝え、よく噛んで食事をしていることを確認する ・食事と健康・運動の関係について伝える ・食事中の会話を大切にし、食べてみようとする気持ちを育み、楽しく食べる ・正しい食習慣、マナーが楽しい食事につながる事を知らせる ・箸の持ち方を確認し正しい持ち方を知らせ確認する ・季節や行事に合わせた、食事や行事食を伝え期待を持たせる ・食品や食事を作ってくれている人に感謝の気持ちを持つことを知らせる ・食事の準備、後片付けを促し、必要性を伝える ・食材の成り立ちを伝え、食べ物を大切にしようとする ・色々な食品や料理法を知らせ、調理体験等で関心をもたせる
中 学 生	「望ましい食習慣を身につけながら食事を楽しみ、食事・調理の方法を体験する」	
	・生活リズムの大切さを理解する ・食事と必要な栄養量について理解する ・衛生と健康について理解し、身体の清潔を心がける ・ダイエット食、運動と健康、食べ物の関係について理解する ・一緒に食べる人と楽しく食べる ・行事食について理解し、楽しむ ・食材や食事を用意してくれる人への感謝の気持ちを持つ ・食生活の自立に向けての準備を知る	・生活リズムを定期的に確認し、アドバイスする ・食事と栄養素、健康の関係を知らせる ・感染症などの予防のために手洗いとうがいの必要性を伝える ・日頃からの身体の清潔について確認する ・歯の大切さと、食後の歯みがきの必要性について伝え確認する ・噛むことの大切さと歯の関係について伝える、 ・将来の健康のためにも、今の健康の大切さ・運動の大切さを知らせる ・一緒に食べる人と会話をしながら、正しいマナーで楽しく食事をする ・季節や行事に合わせた、食事や行事食を伝え期待を持たせる ・食品や食事を作ってくれている人に感謝の気持ち、食べ物を大切にすることを伝えます ・食事の準備、後片付けを促し、必要性を伝える ・食材の成り立ちを伝え、食べ物を無駄にしないよう知らせる ・簡単な調理を手伝う、一緒に作ることを楽しむ ・自立に向け予算、衛生の基本を知らせる
高 校 生	「望ましい食習慣を身につけ、食事を楽しみ、食の自立を図る」	
	・生活リズムの大切さを理解し、自己管理する ・食事と栄養バランスについて理解し食事が選択できる ・衛生と健康について理解し、身体の清潔を心がける ・食と健康、運動について知り、食生活を自己管理する ・一緒に食べる人を気遣い楽しく食べる ・行事食について理解し、自らかかわり楽しむ ・食材や食事を用意してくれる人への感謝の気持ちを持つ ・食生活の自立に向けて準備をする	・生活リズムの大切さを伝え、自己管理できるように伝える ・食事バランスを意識して食事を選べるように伝え、確認する ・感染症などの予防のために手洗いとうがいの必要性を伝える ・日頃からの身体の清潔について確認する ・体調不良の時の食事を知り、日頃から健康管理ができるようにする ・日頃から運動することを心がけるように伝える ・一緒に食べる人を気遣い、楽しく会話をしながら食事ができるように伝える ・季節や行事に合わせた、食事や行事食を楽しみにし、自ら関われるように考える ・食品や食事を作ってくれている人に感謝の気持ち、食べ物を大切にすることを伝えます ・食事の準備、後片付けを、責任もって行えるよう促す ・食品の選び方、調理法から、ゴミ処理等、食生活のサイクルを伝える ・基本的な調理法をマスターし、自分で献立をたてて料理できるように伝える ・自立に向け、買い物や外食を体験し、予算管理できるように伝える

児童養護施設・食育年間活動計画(例)

(社)日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会(2009)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
月目標	朝ごはんをしっかり食べる	食事マナーを児童衛生について知る	歯の大切さについて知る よく噛んで食べる	暑い夏を元気にすごす	生活リズムを整える	食事バランスを考える
ねらい	朝ごはんの大切さを知る 新学期の生活リズムを整える	正しい手洗い、うがいを学ぶ 食前食後に挨拶をする 食事マナーを確認する	歯を大切にすることを知る よく噛んで食べる	夏ばてしない食事(飲み物、おやつを含む)の摂り方を知る 夏野菜を楽しむ	三食をしっかりと食べる 遅い時間の間食を止める 調理を体験する	食事バランスと適量を知る
年齢区分	幼児	正しい手洗い、うがいを学ぶ 食前食後に挨拶をする 食具を正しく使う	歯を大切にすることを知る よく噛んで食べる	冷たい食べ物、飲み物を適量楽しむ 夏野菜を知る	みんなで一緒に食事をする ことを楽しみ、食を通して心の安定をはかる 手伝いを楽しむ 決められた時間に間食を摂る	好き嫌いを少なくし、何でも食べてみようとする
	学童	正しい手洗い、うがいを学ぶ 挨拶の意味を知り、挨拶をする 箸を正しく使い食べる	歯を大切にすることを知る よく噛んで食べる	冷たい食べ物、飲み物の過食に注意する 夏野菜の収穫・調理を共に楽しむ	三食をしっかりと食べる 手伝いをする 決められた時間に間食を摂る	色々な食べ物を組み合わせ てバランスよく食べることを知る
	中高生	朝ごはんが生活リズムの基 本になることを知る、毎朝食 べる	歯と健康の役割を理解し、よ く噛んで食べる	自分自身の健康管理をする 夏野菜の収穫・調理を自ら体 験する	三食をしっかりと食べる 調理・外食を体験する 決められた時間に間食を摂る	自分の1日の適量を知る 1日の食事バランスを考えて 食べる
退所に向けた 自立支援 (食体験)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験) 手洗い実験(でんぷん使用)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験) 献立づくり(1食) 買い物体験	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験) 献立づくり(1日)
行事食	誕生日会 入学祝い	誕生日会 こどもの日	誕生日会	誕生日会 七夕(流しそうめん) 土用の丑の日	誕生日会 なつまつり(盆踊り) キャンプ	誕生日会 お彼岸 敬老の日 中秋の名月
献立・調理・ 配膳等の配 慮点	・食べやすい朝ごはんの献立 を考える ・食事前の準備や食後の片 付け方法を伝える ・お祝いの献立を考える	・食事の適量の確認 ・食前の手洗い、うがいの確 認 ・お祝いの献立を考える	・噛み応えのある献立 ・梅雨期の衛生管理の徹底 ・お祝いの献立を考える	・群の物、種類等、咽ごしの 良い献立 ・冷たく食べやすいおやつ の工夫 ・お祝いの献立を考える	・お手伝いや、調理体験しやすい 献立 ・水分の補給に注意する ・子どもが考えた献立の取り入れ ・夏の暑さでも食べやすい献立 ・お祝いの献立を考える	・秋の収穫物を積極的に献立 に加える ・食事のバランスがはつきり わかる献立(主食・副菜・主 菜) ・お祝いの献立を考える
評価 I (4月～9月)						

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
月目標	身体を動かして体力づくりをする	食べ物と食事を作ってくれた人に感謝する	寒さに負けない身体づくりを知る	伝統行事(食)を楽しむ	体験を通して食品の知識を習得し、調理を楽しむ	食習慣を見直し楽しく食事をする
ねらい	食べ物と健康・運動の関係を 知る 運動をし体力づくりをする	食べ物を大切に 食生活を生産・調理に関わる 方に感謝する	風邪をひかないための食と健康を知る 体調の悪い時の食事を学ぶ	日本、地域の伝統行事の 味を知る 行事食の準備に関わる	安全な食品を知る 買い物、調理を楽しむ	食事バランスと自分の適量を見直す 正しいマナーで楽しい食事
	身体を動かしてたくさん遊ぶ 空腹感を知る	食べ物の育ちに 食生活に関心を持つ 食べ物や食事を作ってくれた人に感謝して食べる いろいろな味の特徴を知る	食材から調理・食卓までに関心を持つ 食事の大切さを知り食べ物や食事を作ってくれた人に感謝して食べる	お正月を楽しむ	食品店で色々な食品を知る 簡単な調理を体験する	主食・副菜・主菜がそろった食事を知る マナーを見直し楽しい食事
	体力、運動能力の向上をはかる	食糧の生産・流通を理解し、価格に関心を持つ 食事の大切さを知り食べ物や食事を作ってくれた人に感謝して食べる 食べ物や食事を大切にする 予算管理について知る	色々な食品を食べ、健康に過ごす	伝統行事の意味を知る 行事の準備を手伝う	賞味期限や消費期限などの表示に関心を持つ 買い物、調理を体験する	色々な食べ物と組み合わせる バランスよく食べているか 見直す 正しいマナーで楽しい食事
	体力、運動能力を向上する 運動と健康(食)の関係を ダイエツトと食、健康の関係を学ぶ	食糧の生産・流通を理解し、価格に関心を持つ 食事の大切さを知り食べ物や食事を作ってくれた人に感謝して食べる 食べ物や食事を大切にする 予算管理について知る	風邪をひかないために考えて食べる 体調の悪い時の食事を学ぶ	色々な国、地域の伝統行事、食文化を知る 行事の準備に関わる	加工食品、インスタント食品を理解し正しい利用を知る 自立に向けて食事づくりを体験する 基本的な調理法をマスターする	自分の1日の適量と、食事のバランスを見直す マナーを守り外食を楽しむ 一緒に食べる人を気遣い楽しく食べる
退所に向けた 自立支援 (食体験)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験)	手伝い(食卓準備・後片付け)	手伝い(食卓準備・後片付け)	手伝い(食卓準備・後片付け) 手伝い(調理体験)	手伝い(食卓準備・後片付け) 調理体験 買い物体験(予算管理) 献立づくり 自立に向けた生活体験 外食体験(予算管理)	手伝い(食卓準備・後片付け) 調理体験 買い物体験(予算管理) 献立づくり 自立に向けた生活体験 外食体験(予算管理)
行事食	誕生日会 運動会(お弁当)	誕生日会 七五三	誕生日会 クリスマス 冬至 餅つき	誕生日会 おせち料理 七草 鏡開き	誕生日会 豆まき	誕生日会 ひな祭り 卒業式
献立・調理・配膳等の配慮点	・秋の味覚を多く取り入れ伝える ・弁当の献立の工夫 ・お祝いの献立を考える	・秋の味覚を多く取り入れ伝える ・お祝いの献立を考える	・体の温まる献立の工夫 ・温かな食事の準備 ・お祝いの献立を考える ・伝統食の献立を取り入れる	・お正月の伝統料理の準備を一緒にできるように考え、楽しむ ・お祝いの献立を考える ・伝統食の献立を取り入れる	・食卓を囲むメニューの工夫 ・お祝いの献立を考える	・希望メニューを取り入れる ・お祝いの献立を考える
評価Ⅱ (10月～3月)						

児童養護施設・4月食育活動計画(例)

(社)日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会(2009)

4月目標		職員間の連携	各居室の朝ごはんの摂取状況を確認する ・朝ごはんを食べようとする環境をつくる ・新学期が始まる前に生活リズムを整えるように配慮する
ねらい		予想される子どもの姿	配慮事項
年齢区分	幼児	朝食を食べると元気に過ごせることを知る	・朝ごはんの30分前には起床するように働きかける ・朝気持ちよく起きれるようにカーテン、窓を開け、空気の入れ替えをする ・職員が一緒に食べることとで食事を把握する
	学童	朝ごはんが生活リズムの基本になることを知る	・朝ごはんの前に食卓の準備を手伝うように働きかける ・朝気持ちよく起きれるようにカーテン、窓を開け、空気の入れ替えをする ・朝ごはんが生活リズムの基本になることを知らせる ・職員が一緒に食べることとで食事を把握する
	中高生	朝ごはんが生活リズムの基本とすることを知り、毎朝食べる	・朝ごはんの前に食卓の準備を手伝うように働きかける ・朝気持ちよく起きれるようにカーテン、窓を開け、空気の入れ替えをする
食育活動		行事食	献立・調理・配膳の等の配慮点
・食堂に朝ごはんの大切さのポスターを貼る ・各居室で朝ごはんの大切さを話し合う ・毎朝(毎食)、食卓の準備を手伝う ・食後の後片付けを手伝う ・生活リズムの大切さ、朝ごはんを食べると生活リズムが整うことを知らせる ・休日には朝ごはんの調理を手伝う		・入学祝い ・誕生日会	・発達段階に応じた調理形態の配慮 ・食事前の準備や片づけ方法を伝える ・お祝いの献立を一緒に考える
		反省	

8月目標		生活リズムを整える		職員間の連携		各居室の三食の摂取状況を確認する	
年齢区分	幼稚園	三食しっかり食べる 調理体験をする	遅い時間の間食を止める	予想される子どもの姿		配慮事項	
	幼児	みんなと一緒に食事をすることを楽しむ、食を通して心の安定をはかる 手伝いを楽しむ(簡単な調理を体験する) 決められた時間に間食を摂る	一緒に食べる人がいることがわかり、三食とも居室の子どものみならず、もたが一緒に食べることが多いので、食事を楽しみにする 手伝いははりきって行おうとする 食欲が落ちてくる分間食で好きなものを食べようとする			・食を通して心の安定をはかることができるように、また暑くて食欲がなくなる時期なので、楽しんで食べることができるよう食卓の環境を考える ・手伝い(簡単な調理体験)をしやすいような献立を考える ・決まった時間に決まった量の間食を用意する	
	小学	三食をしっかり食べる 手伝いをする 簡単な調理を体験する 決められた時間に間食を摂る	夏休みなので、生活リズムが乱れがちになり、欠食することが多くなる 生活リズムが乱れがちなので、手伝いもなかなかたなくなる 好きな時間に、好きな間食を摂ろうとする			・生活リズムが乱れないように話し合いを持ち、子どもたちと確認をし、欠食をしないように声かけをする ・手伝いは何故するのか知らせる ・簡単な調理体験ができるように献立を考える ・間食の意味を伝え、夜遅い間食の体への悪影響を知らせる	
	中高生	三食をしっかり食べる 調理・外食を体験する 決められた時間に間食を摂る	夏休みなので、生活リズムが乱れがちになり、欠食することが多くなる 調理・外食体験は喜んでしようとする 好きな時間に、好きな間食を摂ろうとする	行事食		・生活リズムが乱れないように話し合いを持ち、子どもたちと確認をし、欠食をしないように声かけをする ・調理・外食体験の計画を子どもたちと一緒に立てる ・間食の意味を伝え、夜遅い間食の体への悪影響を知らせる	
食育活動				献立・調理・配膳の等の配慮点			
・毎朝(毎食)、食卓の準備を手伝う ・食後の後片付けを手伝う ・調理実習のために献立を考える ・調理実習のために買い物を体験する ・生活リズムの大切さ、三食を食べることの大切さを知る ・外食を体験する				・自分の家庭に帰った時にも食事の準備や後片付けの手伝いをする ・間食の意味を伝え、夜遅い間食の体への悪影響を知らせる		・お手伝いや調理体験しやすい献立を取り入れる ・子どもが考えた献立を取り入れる ・水分補給に注意する ・夏の暑さでも食べやすい献立を取り入れる ・お祝いの献立を一緒に考える	
反省							

実践記録

施設名

テーマ		
目的		
ねらい		
現状の課題		
実施方法	日程	
	対象者	
	実施者	
	場 所	
	資料・教材	
	内 容 (すすめ方)	
結果		
評価		
その他		

【資料5】 児童養護施設・「食」の自立に向けた評価シート

児童名

(社)日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会(2009)

	評価時期				備考
	中3 3月	高1 3月	高2 3月	高3 3月	
＜健康と食＞					
・ 自分の適性体重がわかる					
・ 自分の体に必要な食事の量がわかる					
・ 好き嫌いをしないで食事ができる					
・ 外出先からの帰宅時にうがいができる					
・ 排泄の後や外出先からの帰宅時、食事の前に手洗いができる					
・ 食後に歯磨きをする					
・ 発熱や下痢等の体調が悪い時の食事対応がわかる					
・ 身体の清潔に気をつける(頭髮、手指、爪等)					
・ 生活リズムが身に付いている					

<食生活>

・ 食事の準備ができる					
・ 食後の後片付けができる					
・ 調理実習時等、予算を考えて献立をたてることができる					
・ 調理実習時等、必要な食材を計画的に買い物することができる					
・ 調理実習時等、献立に適した調理器具を使用し、食事を作ることができる					
・ 調理実習時等、安全に注意し料理を作ることができる					
・ 食品の賞味期限、消費期限意味がわかる					
・ ごみはルールを守って処分できる					

<食を楽しむ>

・ 食事のマナーを守り、楽しく食事ができる					
・ 季節や行事を意識した食事を楽しむことができる					
・ 落ち着いて食事ができる					
・ 初めての食品や料理でも敬遠しないで食べることができる					
・ 食事前後のあいさつができ、食べ物や食事を用意してくれた人に感謝して食べる					
・ 外食が適切にできる					
・ 環境を意識し、食べ物を大切にする					

◎ 自立している(言われなくてもできる)

○ ほぼ自立している(声をかけるとできる)

空欄 自立していない

▲ 自立していない・次年度の重点課題

管理栄養士・栄養士より

指導員より

(記録年月日と記録者氏名を記入)

児童養護施設・「食」の自立に向けた評価シート の記入について

* 退所までの期間、「食」に関する自立が習得できているかを確認し、次のステップの支援計画に活かす。

- ① 評価期間 1回目 中学3年 3月 現在の状況把握と、高校1年生の1年間で習得したい内容を確認する。
 2回目 高校1年 3月 1年間の評価と、高校2年生の1年間で習得したい内容を確認する。
 3回目 高校2年 3月 1年間の評価と、高校3年生の1年間で習得したい内容を確認する。
 4回目 高校3年 3月 1年間の評価と、退所後も支援が必要か否かを確認する。
- ② 評価者 児童担当指導員及び管理栄養士・栄養士（自立支援計画作成会議などで検討、確認）
- ③ 評価項目 健康と食、食生活、食を楽しむ、それぞれ習得してもらいたい内容とした。
 個別に加えたい内容は追加して活用してください。

＜健康と食＞	具体的評価指標
・ 自分の適性体重がわかる	◎ 自分の適正体重がわかる 空欄 自分の適正体重がわからない
・ 自分の体に必要な食事の量がわかる	食事バランスガイドのぬりえシートを使用し一日の食事量を確認すると ◎ いつも適量を食べている ○ 声をかけて確認すると適量を思い出すことができる 空欄 できない
・ 好き嫌いをしないで食事ができる	◎ 体調不良でない限り、好き嫌いをしない ○ 声をかけると苦手なものでも食べようとする 空欄 好き嫌いをし、残す
・ 外出先からの帰宅時にうがいができる	◎ 言われなくてもうがいをする ○ 声をかけるとうがいをすることができる 空欄 できない
・ 排泄の後や外出先からの帰宅時、食事の前に手洗いができる	◎ 言われなくても手を洗う ○ 声をかけると手を洗うことができる 空欄 できない
・ 発熱や下痢等の体調が悪い時の食事対応がわかる	◎ 自から体調が悪いことを訴え、食事の対応をする ○ 声をかけると体調不良時の食事がわかる 空欄 わからない
・ 食後に歯磨きをする	◎ いつも自ら食後に歯磨きをしている ○ 声をかけると食後の歯磨きをする 空欄 しない
・ 身体の清潔に気をつける(頭髮、手指、爪等)	◎ 言われなくてもいつも清潔に気をつけている ○ 声をかけると清潔に気をつけることができる 空欄 できない
・ 生活リズムが身に付いている	◎ 生活リズムがしっかりしており、自己管理できている ○ 声をかけると生活時間に気をつけることができる 空欄 できない

＜食生活＞

・ 食事の準備ができる	◎ 自ら食事の準備をしようとする ○ 声をかけると食事の準備ができる 空欄 できない
・ 食後の後片付けができる	◎ 自ら食後の後片付けをする ○ 声をかけると食後の後片付けができる 空欄 できない
・ 調理実習時等、予算を考えて献立をたてることができる	◎ 予算に合わせた献立を考えることができる ○ 声をかけると予算に合わせることができる 空欄 できない

・調理実習時等、必要な食材を計画的に買い物することができる	◎ 必要な食材を考えることができ、計画的に買い物ができる ○ 声をかけると考えることができ、買い物ができる 空欄 できない
・調理実習時等、献立に適した調理器具を使用し、食事を作ることができる	◎ 自ら献立に適した調理器具を考えることができ、食事づくりをする ○ 声をかけると調理器具について考えることができ、食事作りができる 空欄 できない
・調理実習時等、安全に注意し料理を作ることができる	◎ 自ら安全について確認し料理をする ○ 声をかけると安全について確認することができ、料理をする 空欄 安全確認ができない
・食品の賞味期限、消費期限意味がわかる	◎ いつも食品の賞味期限、消費期限に気をつけながら買い物したり、食べたりしている ○ 声をかけると確認することができる 空欄 確認しない
・ごみはルールを守って処分できる	◎ 自らルールを守ってごみを処分する ○ 声をかけるとルールを守ることができる 空欄 できない

<食を楽しむ>

・食事のマナー(箸を正しく使う、姿勢よく食べる、ふさわしい会話を楽しむ等)を守り、楽しく食事ができる	◎ いつも食事のマナーに気をつけて食事をしている ○ 声をかけると食事のマナーについて気をつけて食事をする 空欄 できない
・季節や行事を意識した食事を楽しむことができる	◎ いつも行事食を楽しみにしている ○ 声をかけると楽しみにすることができる 空欄 できない
・落ち着いて食事ができる	◎ いつも落ち着いて食事をしている ○ 声をかけると落ち着いて食べることができる 空欄 できない
・初めての食品や料理でも敬遠しないで食べることができる	◎ 初めての食品や料理でも、敬遠せず楽しみながら食べている ○ 声をかけると食べることができる 空欄 できない
・食事前後のあいさつができ、食べ物や食事を用意してくれた人に感謝して食べる	◎ 自ら挨拶をし、感謝して食べている ○ 声をかけると挨拶ができ感謝して食べることができる 空欄 できない
・外食が適切にできる	◎ 予算や目的に応じて外食メニューを自ら選択できる ○ 声をかけると考えて選択できる 空欄 できない
・環境を意識し、食べ物を大切に作る	◎ いつも食の生産や流通の過程を意識したり、賞味期限、消費期限などを意識して食事をし、食べ物を無駄にしない ○ 声をかけると意識して食べることができる 空欄 できない

- ④ 評価 ◎ 自立している(言われなくてもできる)
○ ほぼ自立している(声をかけるとできる)
空欄 自立していない

▲ 自立していないため、次年度に向けた重点課題

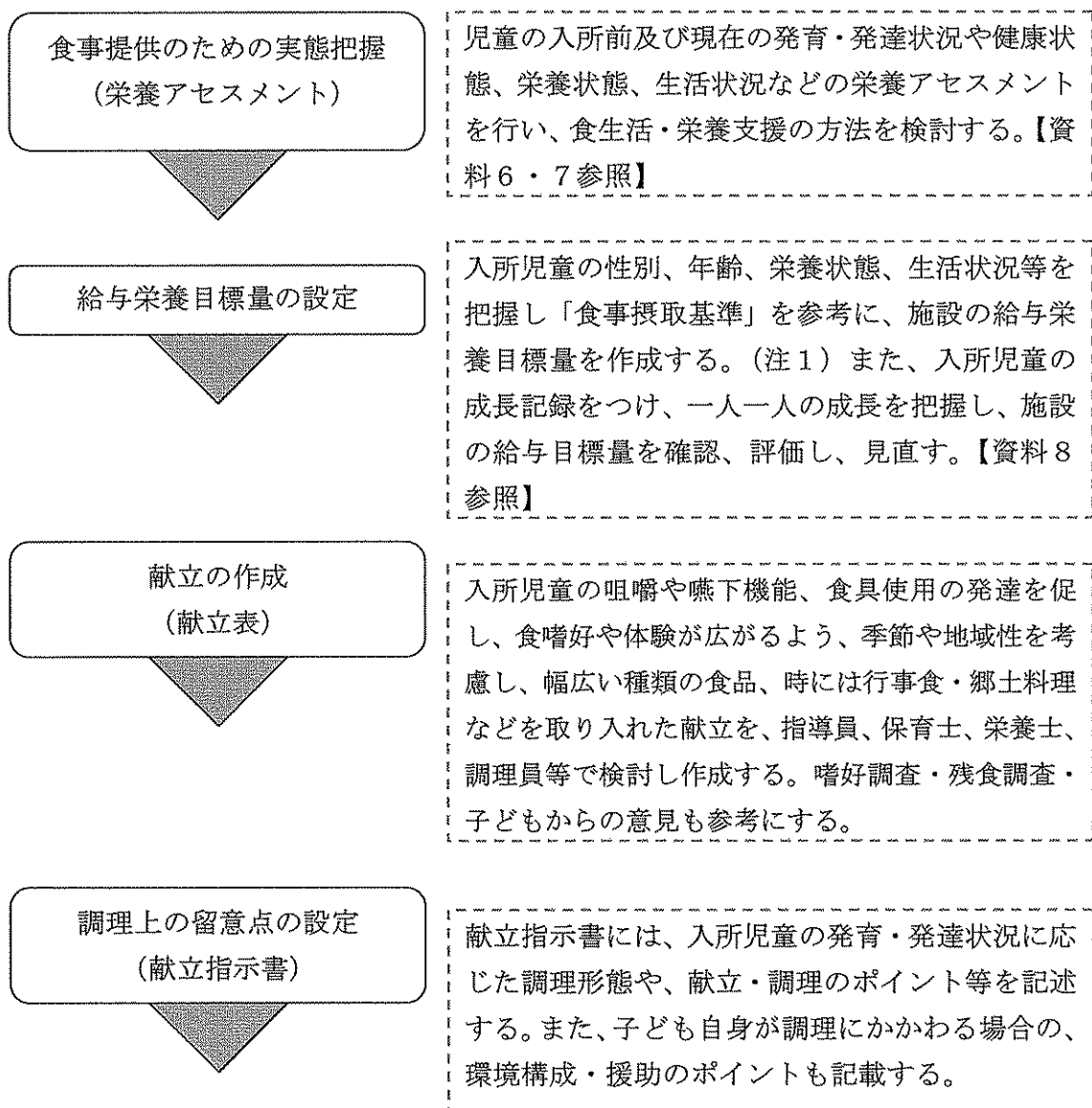
- ⑤ その他 ・備考欄には、その項目で追加したい状況がありましたら記録に活用してください。
・管理栄養士・栄養士、指導員からの欄は、年度末の評価時に全体的な記録用に活用してください。
(記録年月日と記録者氏名を忘れないように記入)

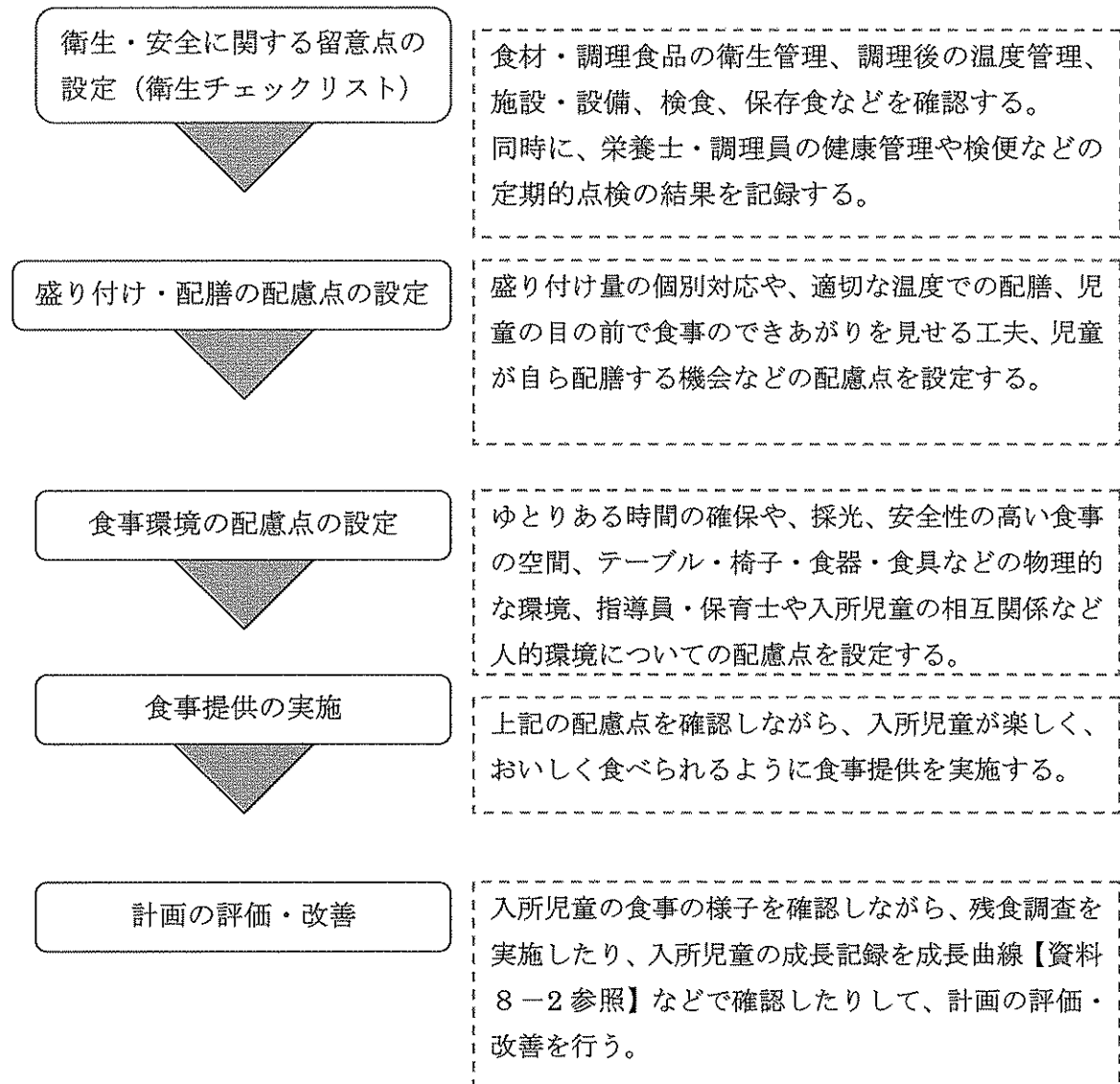
3. 食事提供に関する計画

(1) 食事提供に関する計画づくり

入所児は個々の生活環境や生活状態により発育・発達状況や健康状態、栄養状態に個人差があります。児童の健康保持と育ちを適切に支援するためには、児童一人一人の心身状況・栄養状態を把握（栄養アセスメント）し、適切な栄養補給とそれぞれの食育目標が達成されるように考えられた計画が必要です。そのためには施設の管理栄養士・栄養士が中心となり、給食会議などで職域を超えた連携を図り、食事提供に関する計画を作成します。具体的な献立作成に当たっては、給食のための様々な条件を検討し、入所児童がおいしく、そして楽しく食べることができるよう配慮します。さらに、食事提供をした後、施設内の職員の連携のもとそれぞれの目標が達成できたかを確認・評価し、次の計画に反映させます。

<食事提供に関する計画づくりの流れ>





（注1）障がいや疾病を有するために身体状況等が個人によって著しく異なる場合には、一律の適用が困難であることから、個人の発育・発達状況、栄養状態、生活状況等に応じた食事計画を立てること。

以上の手順のもと、「食育計画」に基づく食事提供に関する計画は、「食育」の視点を重視して作成します。その上で、これらの実践課程や、子どもの喫食状況などを随時、全職員で評価し、食事そのものの品質改善に努めることが重要です。

児童養護施設 入所時栄養アセスメント書

施設名

記入年月日		平成 年 月 日	記入者名	
(フリガナ) 氏名		性別	入所年月日	平成 年 月 日入所
(通称)		男・女	生年月日	S・H 年 月 日生

《出生・乳幼児期発育状況》

出生の状況	妊娠中の母親の健康状態 良・悪 ()			
	出生・予定日と比べて	普通・遅かった・早産(週)		身長 cm
	分娩の状況	正常・異常(かんし・吸引・帝王切開)		体重 kg
乳幼児期の状況	新生児期の疾患 有・無 ()			
	首がすわった時期 生後 か月			
	栄養方法 母乳栄養・混合栄養・人工栄養			
	離乳食開始時期 生後 か月 離乳完了時期 生後 か月			
	健康診断	乳児健診 (か月) 異常 有・無 () 未受診・不明		
		1歳6か月～2歳健診 異常 有・無 () 未受診・不明		
		3歳～4歳健診 異常 有・無 () 未受診・不明		

《入所時の身体・生活状況》

身体	身長	cm (H . .)	カウプ指数(幼児期のみ)	
	体重	kg (H . .)	肥満度(学童期以降)	%
必要エネルギー(kcal)		kcal	必要たんぱく質(g)	g
歯	歯の本数 乳歯(本) 永久歯(本)		未処置歯(本) 治療済(本) う歯なし	
	回数	規則的(1日 回)・不規則(日に 回位)		便の状態
排便習慣	時間帯	朝・昼・夜 主に食事の後・決まっていない		硬い・普通・軟らかい
生活時間	規則正しい・不規則			
	起床時間(時 分頃)	就寝時間(時 分頃)	睡眠時間(時間)	
既往症				

《食事状況》

食行動	食べさせてもらう (抱っこして・椅子に座って)			
	自分で食べる (手づかみ・スプーン・フォーク・箸)			
	喜んで食べる 食べたがらない なかなか飲み込まない 噛まないで飲み込む			
食事状況	問題なし 落ち着かない 早食い だらだら食べる 食べこぼしが多い 食事中立ち歩く 好き嫌いが多い() その他 ()			
	食事時間	約 分		
	朝食	時 分頃	食べない・週3～5日食べる・毎日食べる	
	昼食	時 分頃	食べない・週3～5日食べる・毎日食べる	
	夕食	時 分頃	食べない・週3～5日食べる・毎日食べる	
特記事項	間食	時 分頃	時 分頃	時 分頃
	食物アレルギー 有・無 ()			

資料6 《児童養護施設 入所時アセスメント書》の記入方法について

◆入所前の児童の様子と、入所時点での身体・生活・食事状況を把握し、栄養支援・食育を推進するために活用します。

- ① 施設名：児童が入所する施設名を記入する。
- ② 記入年月日：記入した年月日を記入する。
- ③ 記入者名：この調査書を記入する管理栄養士・栄養士の氏名を記入する。
- ④ 氏名：入所児童の氏名、フリガナ、通称を記入する。
- ⑤ 性別：入所児童の性別に○をつける。
- ⑥ 入所年月日：入所した年月日を記入する。
- ⑦ 生年月日：入所児童の生年月日を記入する。
- ⑧ 出生の状況（保護者からの聞き取りや、母子手帳・前施設からの記録内容から把握、記録する）

＜妊娠中の母親の健康状態＞

母親の健康状態の良、悪に○をつける。悪の場合わかる範囲のことを（ ）に記入する。

＜出生の時期＞

出産予定日と比べて生まれてきたのが、普通、遅い、早い該当する箇所に○をつける。

＜分娩の状況＞

該当する箇所に○をつける。異常分娩の場合は（ ）の中の該当項目に○をつける。

＜出生の状況＞

身長：単位はcmで記入する。

体重：単位はkgで記入する。

- ⑨ 乳幼児期の状況

＜新生児期の疾患＞

有・無の該当するほうに○をつける。有の場合は（ ）の中に疾患名を記入する。

＜首がすわった時期＞

該当時期を記入する。

＜栄養方法＞

該当する項目に○をつける。

＜離乳食開始時期、離乳食完了時期＞

該当時期を記入する。

＜健康診断の結果＞

それぞれの時期の異常の有・無、未受診・不明の該当箇所に○をつける。有の場合は（ ）に内容を記入する。

- ⑩ 入所時の身体・生活状況

＜身体＞

身長：単位はcm 小数点第2位を四捨五入し、第1位まで記入、（ ）に測定した日付を記入する。

体重：単位はkg 小数点第2位を四捨五入し、第1位まで記入、（ ）に測定した日付を記入する。

肥満度：カウプ指数：幼児期(3歳～5歳)のみ、身長と体重から算出した値を記入する。

カウプ指数=体重(g)÷身長(cm)²×10

・幼児期については、カウプ指数が19以上22未満(太りすぎ)、13以上15未満(やせぎみ)、22以上(太りすぎ)、13未満(やせすぎ)とする。

肥満度：学童期以降については、身長別標準体重を基に肥満度(%)を算出し判定する。

肥満度(%)=(実測体重－身長別標準体重)÷身長別標準体重×100

50%以上(高リスク肥満)、30%以上50%未満(肥満)、－15%未満(やせ)、それ以外は普通とする

※身長別標準体重：学童期以降の標準体重については、平成18年3月31日改訂版日本学校保健会発行児童生徒の健康診断マニュアルによる「身長別標準体重を求める計算係数と計算式」により求める。

＜必要エネルギー・必要たんぱく質＞

必要エネルギー・必要たんぱく質は、性、年齢と質問事項などを参考に算出した推定必要エネルギー量を記載し、「日本人の食事摂取基準2005」を参考に必要たんぱく質の量を記載する。

＜歯＞

歯の本数についてそれぞれの本数を記入する。

虫歯について、それぞれの本数を記入する。

＜排便習慣＞

回数：該当する項目に○をつける。また○をつけた項目の（ ）の中に数値を記入する。

時間帯：該当する項目に○をつける。

便の状態：平均的な日の便の状態の該当項目に○をつける。

＜生活時間＞ 該当する項目に○をつけ、それぞれの時間を記入する。

＜既往症＞ 今までかかった病気がある時には記入する。

- ⑪ 食事状況

＜食行動＞ 該当する項目に○をつける。

その他の項目や特記事項がある時には（ ）に記入する。

＜食事状況＞ それぞれの時間に数値を記入し、該当項目に○をつける。

＜特記事項＞ アセスメント時に食生活・食行動等に係る事項がある場合や、食物アレルギーがある場合などに記入する。（ ）にはアレルゲンとなる食品を記入する。

【資料7】

(社)日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会(2009)

児童養護施設 栄養アセスメント書

記入日 H 年 月 日

児童氏名	(男・女)				施設名	
生年月日	H	年	月	日生	(才)	記入者名
入所年月	H	年	月	在籍期間	年 月	
成育暦						

I 健康状態

身長	cm	測定日	H . .	カウプ指数(幼児期)	
体重	kg	測定日	H . .	肥満度(学童期以降)	
体質				BMI	
病歴	有・無 (疾病名) (アレルギー歴)				
服薬名	有・無 (薬品名)				

II 生活時間

起床時間	時 分頃	
就寝時間	時 分頃	

III 食事状況

朝食	時 分頃	食べない・週3～5日食べる・毎日食べる
昼食	時 分頃	持参した弁当・給食・学食の利用
夕食	時 分頃	
間食	時 分頃 時 分頃 時 分頃	

IV 活動状況

通学時間・方法	(分) 徒歩・自転車・バス・電車・その他(	
クラブ活動	有・無	
塾	有・無	
アルバイト	有・無	

V 給与栄養量

必要エネルギー(kcal)

kcal

必要たんぱく質(g)

g

VI その他配慮点(指導員からのコメント)

--

VII 課題

--

資料7 《児童養護施設 栄養アセスメント書》の記入方法について

◆健康・生活・食事の実態を管理栄養士・栄養士が把握、記録し、必要エネルギー等を算出したり食育を推進するために使用します。

- ① 記入日: 記入年月日を記入する。
- ② 施設名: 施設名を記入する。
- ③ 記入者名: 担当する管理栄養士・栄養士名を記入する。
- ④ 児童氏名: 対象の児童名を記入する。
- ⑤ 生年月日: 児童の生年月日と、記入日における満年齢を記入する。
- ⑥ 入所年月日: 児童が当該施設に入所した年、その時点での満年齢、記入日までの在籍期間を記入する。
- ⑦ 成育歴: 入所前の生活状況で、食生活に影響を及ぼしていると思われる経緯があったら記入する。

I 健康状態

- ⑧ 身長: 単位はcmで小数点第2位を四捨五入し、第1位まで記入し、測定した日付を記入する。
- ⑨ 体重: 単位はkgで小数点第2位を四捨五入し、第1位まで記入し、測定した日付を記入する。
- ⑩ 肥満度を算出し記入する。
カウプ指数: 幼児期(3歳～5歳)のみ、測定した身長と体重から算出した値を記入する。
$$\text{カウプ指数} = \text{体重(g)} \div \text{身長(cm)}^2 \times 10$$

・幼児期については、カウプ指数が19以上22未満(太りすぎ)、13以上15未満(やせすぎ)、22以上(太りすぎ)、13未満(やせすぎ)とする。
肥満度: 学童期以降は、身長別標準体重を基に肥満度(%)を算出し判定する。
$$\text{肥満度(}\%) = (\text{実測体重} - \text{身長別標準体重}) \div \text{身長別標準体重} \times 100$$

50%以上は高リスク肥満、30%以上50%未満を肥満、-15%未満をやせ、それ以外は普通とする
※身長別標準体重: 学童期以降の標準体重については、平成18年3月31日改訂版日本学校保健会発行児童生徒の健康診断マニュアルによる「身長別標準体重を求める計算係数と計算式」により求める。

BMI: 思春期以降使用する、やせ・肥満の判断基準のひとつ。

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)}^2$$

18.5未満(やせ)、18.5～25(標準)、25以上(肥満)

- ⑪ 体質: 風邪をひきやすい、便秘ぎみ等を記入する。
- ⑫ 病歴: 今までにかかったことのある病気について記入する。
- ⑬ 服薬名: 日常的に薬を使用している場合は薬品名を記入する。

II 生活時間

- ⑭ 生活時間: 平日の平均的な時間を記入する(特記事項は空欄に記入)
(例: 水曜日は部活のため5:30起床)

III 食事状況

- ⑮ 食事状況: 平日の平均的な食事(間食)時間と内容を記入する。

IV 活動状況

- ⑯ 通学時間・方法: 通学に要する時間と通学方法を記入する。
- ⑰ クラブ活動・塾・アルバイト: 活動の状況を聞き取り記入する。
- V 給与栄養量: 必要エネルギー・必要たんぱく質は、性、年齢と質問事項などを参考に算出した推定必要エネルギー量を記載し、「日本人の食事摂取基準2005」を参考に必要たんぱく質の量を記載する。
- VI その他: 食生活に関わる情報について、指導員から聞き取った内容等を記入
- VII 課題: 今までの質問事項から対象児童の食事に関する支援の課題を考え、記入する。

《児童養護施設・成長記録表》

児童名

平成 年 月 日生

平成 年度 小学校・中学校・高等学校 学年

実施月日	月 日	月 日	月 日	月 日
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg
肥満度	%	%	%	%

平成 年度 小学校・中学校・高等学校 学年

実施月日	月 日	月 日	月 日	月 日
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg
肥満度	%	%	%	%

平成 年度 小学校・中学校・高等学校 学年

実施月日	月 日	月 日	月 日	月 日
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg
肥満度	%	%	%	%

平成 年度 小学校・中学校・高等学校 学年

実施月日	月 日	月 日	月 日	月 日
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg
肥満度	%	%	%	%

平成 年度 小学校・中学校・高等学校 学年

実施月日	月 日	月 日	月 日	月 日
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg
肥満度	%	%	%	%

平成 年度 小学校・中学校・高等学校 学年

実施月日	月 日	月 日	月 日	月 日
身長	cm	cm	cm	cm
体重	kg	kg	kg	kg
肥満度	%	%	%	%

※幼児期は、肥満度の欄をカウプ指数に直して使用する。

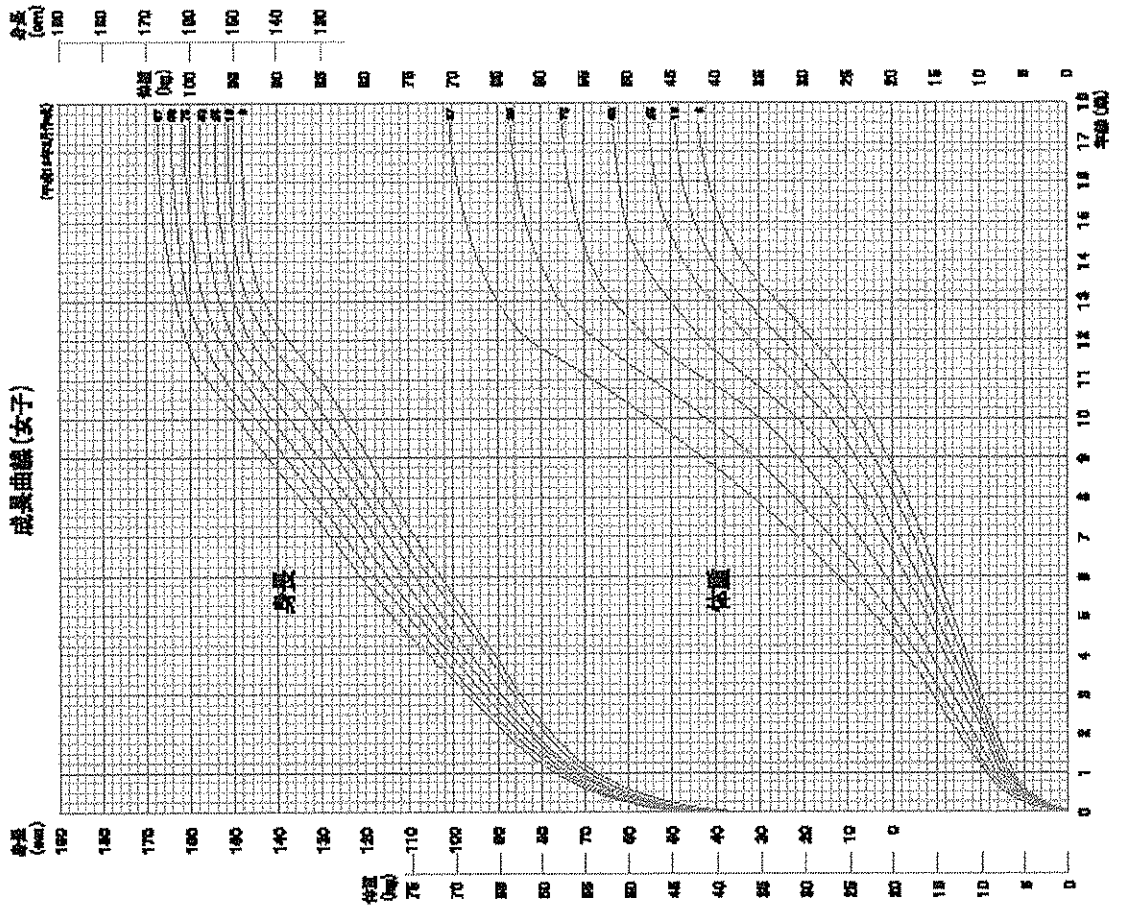
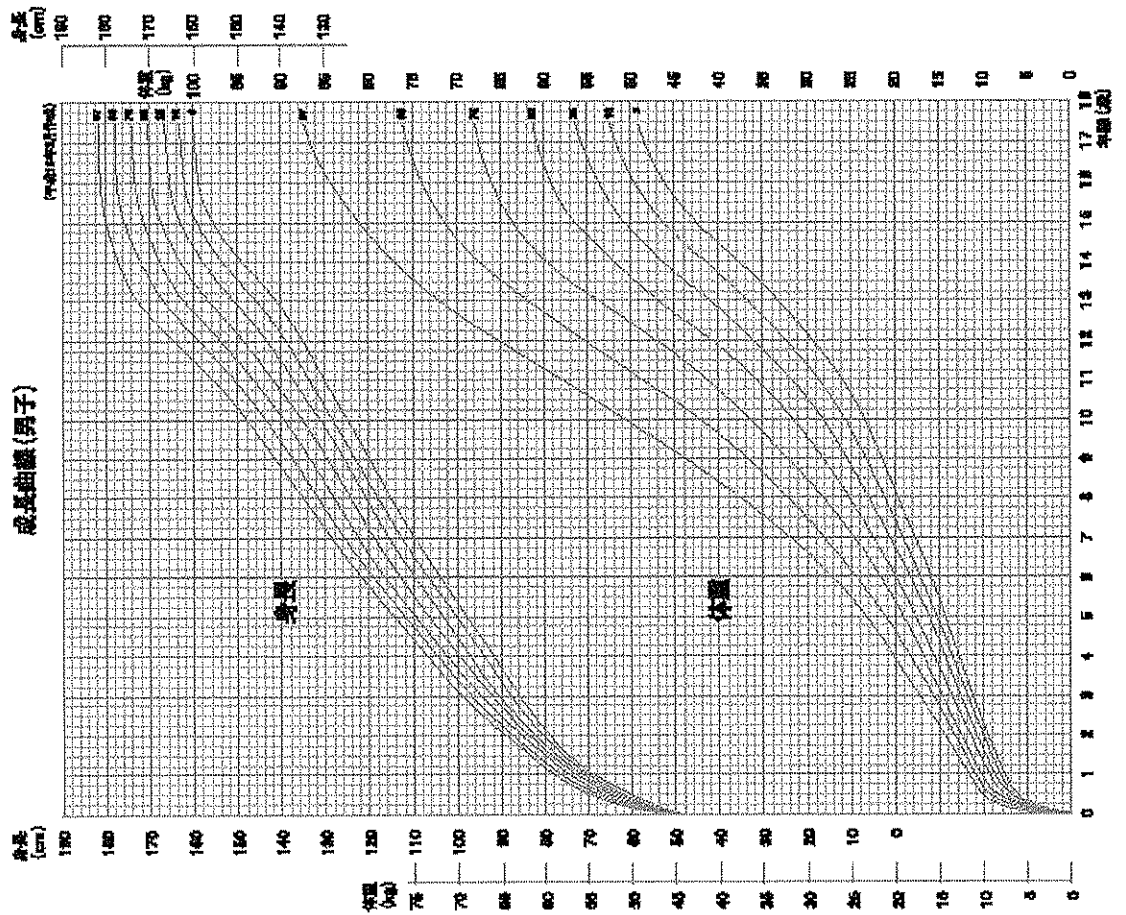


自分の身長と体重を書き入れて、その変化も見えてみましょう



- 身長、体重は、曲線のカーブにそっていきませんか、
- 体重は、肩骨に上向きになっていきませんか、
- 体重は、低下していきませんか、

身長や体重を書き入れる成長曲線作成図のまんなかの曲線(50のライン)が標準の成長曲線になります。からだの大きさが違って、それぞれの曲線のカブにそっていかどうかで、成長のようすがわかります。



資料8-1 《成長記録表》の記入方法について

◆入所児童の成長を把握するため身体測定値を記録します。

- ① 児童名:児童の氏名を記入する。
- ② 生年月日:児童の生年月日を記入する。
- ③ 平成 年度～:記入する年度と、小中高等学校を選択し、学年を記入する。
- ④ 実施月日:測定した月日を記入する。
- ⑤ 身長:単位はcmで小数点第2位を四捨五入し、第1位まで記入し、測定した日付を記入する。

体重:単位はkgで小数点第2位を四捨五入し、第1位まで記入し、測定した日付を記入する。

肥満度:学童期以降は、身長別標準体重を基に肥満度(%)を算出し判定する。

$$\text{肥満度}(\%) = (\text{実測体重} - \text{身長別標準体重}) \div \text{身長別標準体重} \times 100$$

50%以上(高リスク肥満)、30%以上50%未満(肥満)、-15%未満(やせ)、それ以外は普通とする。

※身長別標準体重:学童期以降の標準体重については、平成18年3月31日改訂版日本学校保健会発行児童生徒の健康診断マニュアルによる「身長別標準体重を求める計算係数と計算式」により求める。

カウプ指数:幼児期(3歳～5歳)のみの記入となる。測定した身長と体重から算出した値を記入し、その値を記入する。

$$\text{カウプ指数} = \text{体重}(\text{g}) \div \text{身長}(\text{cm})^2 \times 10$$

・幼児期については、カウプ指数が19以上22未満(太りすぎ)、13以上15未満(やせぎみ)、
22以上(太りすぎ)、13未満(やせすぎ)とする。

※入所児童が幼児期の場合は、肥満度の欄をカウプ指数に直して使用する。

資料8-2 《成長曲線》の記入方法について

◆資料8-1の成長記録表をもとに、成長曲線に記録してみましょう。

肥満ややせが気になる児童には、一緒に記録しながら指導に活用すると良いでしょう。

※自分の身体の成長や体調の変化を知り、自分の身体を大切できる力を育むために成長曲線を描いてみましょう

—自分の身長と体重を書き入れて、その変化をみてみましょう—

○身長・体重は曲線のカーブにそっていますか

○体重は異常に上向きになっていませんか

○体重は異常に上向きになっていませんか減少していませんか

成長曲線の描き方

・横軸の年齢(何歳何か月まで計算してください)ごとに、身長と体重の測定値と交差したところに点をうって、その点を結んでいきます。

(2) 厨房以外での調理のための衛生管理マニュアル

食中毒の大規模化や O157 腸管出血性大腸菌による食中毒を防止することを目的に集団給食施設では衛生管理を徹底しています。また、近年、ノロウイルスによる感染症・食中毒が 11 月から 3 月にかけての冬季を中心に、乳幼児や高齢者の間で増加しています。施設の厨房以外で調理し食事を提供する場合でも職員や入所児童の健康を守るために、衛生管理が必要になります。

* 検便

検便によって自分の健康状態を知ることができます。健康管理は、自分の健康を守ると同時に、利用者である児童を守るためにも不可欠であり、規定されている検便を受け、常に健康に留意することの重要性を認識することが必要です。給食調理員は、月 1 回以上の検便・腸管出血性大腸菌 O157 を含む検査が、大量調理施設衛生管理マニュアル(平成 9 年 3 月 24 日衛食第 85 号厚生省生活衛生局長通知)の(4)調理従事者等の衛生管理に規定されています。

* 調理作業時の心得

- ・身体の清潔を保持しましょう。(頭髮、手指、爪、化粧)
- ・清潔なエプロンを着用しましょう。三角巾や調理帽をかぶりましょう。
- ・不要な装身具はつけません。(時計、指輪、イヤリング、ピアス、ネックレスなど)
- ・トイレ使用時には、エプロン、三角巾や調理帽は外しましょう。

* 食材の保存

- 食材が配られたら、保冷の必要な食材はすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れます。
- 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎには注意しましょう。目安は 7 割程度です。
- 冷蔵庫は 10℃以下、冷凍庫は -15℃以下に維持することが目安です。隔側温度計を使用し、温度管理をしましょう。細菌の多くは、10℃では増殖がゆっくりとなり、-15℃では増殖が停止しています。しかし、細菌が死ぬわけではありません。予定献立の食材はなるべく使いきるようにし、使いきれないようであれば、すぐに厨房へ返却するようにします。
- 肉や魚・卵などはビニール袋や容器に入れ、冷蔵庫の中の所定の場所に保管し、他の食品に肉汁などがかからないようにしましょう。
- 肉、魚、卵などを取り扱う時は、取り扱う前と後に必ず手指を洗いましょう。せっけんを使い洗った後、流水で十分に洗い流すことが大切です。簡単なことですが、細菌汚染を防ぐには良い方法です。
- 食品をシンクの下に置いたり、直接床に置いたりしてはいけません。

***下準備**

○調理施設を見渡してみましょう。

ゴミは捨ててありますか？

タオルや布巾は清潔なものと交換してありますか？

せっけんは用意してありますか？

調理台の上は片づけて広く使えるようになっていますか？

もう一度チェックしましょう。

○しっかり手を洗いましょう。

- ・指輪、時計類ははずしておきます。
- ・爪は常に短く切り、マニキュアはつけません。
- ・水で手をぬらし、石鹸で汚れをよく落とします（約 30 秒）
- ・特に、指の間、指先はよく洗います。袖口を肘までまくりあげ、手首も上までしっかり洗います。
- ・石鹸を流水で十分にすすぎ（約 20 秒）、乾燥させます。

○作業前、違う作業に移る時、生の肉、魚、卵を取り扱った後には、また、手を洗いましょう。途中で動物に触ったり、トイレに行ったり、おむつを交換したり、鼻をかんだりした後の手洗いも大切です。

○生の肉、生の魚、卵の取り扱いには十分注意し、シンクの周りのはね水、調理器具の扱いなど、二次汚染にならないように気を付けます。

○生の肉や魚を切った後、洗わずにその包丁やまな板で、果物や野菜など生で食べる食品や調理の終わった食品を切ることはやめましょう。

○肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べる物や調理の済んだ食品にかからないようにしましょう。洗ってから熱湯をかけたのち使うことが大切です。

包丁やまな板は、肉用、魚用、野菜用、調理済み食品用など別々にそろえて、使い分けるとさらに安全です。

○きれいな食材から洗いましょう。（果物→野菜→土付根菜類等）

○ラップしてある野菜や、カット野菜もよく洗いましょう。

○冷凍食品など、凍結している食品を調理台に放置したまま解凍するのはやめましょう。室温で解凍すると、食中毒菌が増える場合があります。解凍は、冷蔵庫の中や電子レンジで行いましょう。また、水を使って解凍する場合には、気密性の容器に入れ、流水を使います。

○料理に使う分だけ解凍し、解凍が終わったらすぐに調理しましょう。

解凍した食品をやっぱり使わないからといって、零党や解凍を繰り返すのは危険です。冷凍や解凍を繰り返すと食中毒菌が増殖したりする場合もあります。

○調理器具、食器の洗浄、乾燥は確実に行いましょう。

包丁、食器、まな板、ふきん、たわし、スポンジなどは使った後すぐに洗剤と流水で良く洗いましょう。

布巾を使用する場合には、毎日煮沸消毒や薬液（塩素系）消毒を実施し、乾燥させます。包丁、食器、まな板などは洗った後、熱湯をかけたりすると消毒効果があります。たわしやスポンジは、煮沸すればなお確かです。

週に1回は消毒をしましょう。（アルコール噴霧、塩素系薬剤使用、日光消毒）

*調理

○食事をする時間から逆算して、調理を始めましょう。

○調理を始める前にもう一度、調理施設を見渡してみましょう。

下準備で調理施設が汚れていませんか？タオルや布巾は乾いて清潔なものと交換しましょう。そして、手を洗いましょう。

○火を通す前の食材を入れるザルやボウルと火を通した食材を入れるザル、ボウルは替えましょう。

○加熱して調理する食品は、十分に加熱しましょう。

加熱を十分に行うことで、もし、食中毒菌がいたとしても殺すことはできます。

目安は、中心温度が75℃で1分間以上加熱することです。（ノロウイルス汚染のおそれのある食品の場合は85℃以上です。）

○料理を途中でやめてそのまま室温に放置すると、細菌が食品に付いたり、増えたりします。途中でやめるような時は、冷蔵庫に入れましょう。

再び調理をするときは、十分に加熱しましょう。

○電子レンジを使う場合は、電子レンジ用の容器、ふたを使い、調理時間に気を付け、熱の伝わりにくい物は、時々かき混ぜることも必要です。

○できるところで（年齢、発育・発達状況に合わせて）児童たちにも食事づくりにかわらせてあげるとよいでしょう。

児童に手伝いをさせる時には、手洗いをきちんとさせましょう。

○できあがった食品を50gずつ保存食に取ることを忘れないようにしましょう。日付を忘れずに書きます。保存は冷凍庫（-20℃以下）で行います。

*食事

○食卓に着く前に手を洗いましょう。

○清潔な手で清潔な器具を使い、清潔な食器に盛り付けましょう。

加熱後の食品は、直接手で触らないようにし、トング、はし、手袋などを使用しましょう。

○温かく食べる料理は温かく、冷やして食べる料理は常に冷たくしておきましょう。

目安は、温かい料理は65℃以上、冷やして食べる料理は10℃以下です。

○調理前の食品や調理後の食品は、室温に長く放置してはいけません。

例えば、O157は室温でも15～20分で2倍に増えます。

○一緒に食べられない児童がいる場合は、冷めてから冷蔵庫で保存しておきましょう。

温め直す時も十分に加熱しましょう。目安は75℃以上です。(ノロウイルス汚染のおそれのある食品の場合は85℃以上です。)味噌汁やスープなどは沸騰するまで加熱しましょう。

食中毒予防の三原則は、食中毒菌を「付けない、増やさない、殺す」です。上記に示してあることはこの三原則から成り立っています。

【資料9】消毒薬の作り方

【資料10】嘔吐物の処理方法・・・ノロウイルスをはじめとする感染性胃腸炎の拡大を防ぐために迅速、確実に行うことが必要です。

【資料11】注意しましょう！

を活用し、皆さんで注意し、施設、居室等からの食中毒をなくしましょう。

食中毒は簡単な予防方法をきちんと守れば予防できます。

消毒薬の作り方

溶液の希釈方法

次亜塩素酸ナトリウムによる消毒

※目的の用途は？

の消毒

1. 光と熱に弱いので冷暗所に保管し、開封後は必ず密封しできるだけ早く使いきるようにする。

1) 目的の濃度は何 ppm にしますか？

①

ppm

2. 器具を消毒する場合は、100～200ppm で使用する。有効塩素量が 50ppm 以下では効果が期待できない。

2) 原液の濃度は何%ですか？

②

%

3. 有機物があると効果が落ちるため、消毒する前には汚れを落としてから使用する。

○ 溶液 1 リットルを作るのに必要な原液は

① ppm

=

② % × 10

ml

(cc)

となります。

(原液を水で薄めて目的の量とします)

○ この溶液は、原液の

② % × 10,000

=

① ppm

倍液

となっています。

<参考>

一般的に推奨されている次亜塩素酸ナトリウム使用濃度

- ・ カビの除去……………500～600ppm
- ・ 漂白をかねた消毒（ふきん 10 分間浸漬，食器 20 分間浸漬）……………300ppm
- ・ 野菜の消毒（5 分間浸漬），冷蔵庫の消毒（拭淨）……………200ppm

逆性石けん 0.2%溶液の作り方

原液が 10%溶液の場合，50 倍に希釈すれば，0.2%溶液となる。

水 1ℓ
(－20cc)

+

逆性石けん 20cc

嘔吐物の処理方法

【準備しておくもの】

※日頃から一つにまとめ、いつでもすぐ使えるようにしておきましょう！

- ☐ 使い捨てマスク
- ☐ 使い捨て手袋（ビニール袋）
- ☐ ペーパータオル・古タオル・新聞紙等
- ☐ エプロン等（できれば使い捨てできるもの：ビニール雨具等）
- ☐ ビニール袋（小・中・大）
- ☐ 消毒薬希釈用容器（バケツ等）
- ☐ 汚物入れ（バケツ等：あらかじめビニール袋をセットしておく）
- ☐ 消毒薬（原液）
- ☐ 計量カップ等（事前に必要量の印をつけておく）

【吐物の処理】

処理の流れ

- ①周囲にいる人を離れた場所へ移動させ、窓を開けるなど喚起する。
- ②吐物の飛散を防ぐため、ペーパータオル等で覆う。
- ③嘔吐した人に対する対処を行う。
- ④吐物の処理を行う。

※①、③はできれば同時進行で、吐物処理は最少人数で行う。

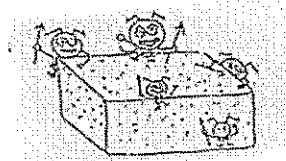
処理の仕方

1. マスクをつけ、ガウンまたはエプロンをつける。手袋をする。
2. バケツに消毒薬を調整し、その中に新聞紙等を浸し、軽く絞り吐物の上に静かにのせ、拭き取る。
3. 拭き取った吐物は、こぼさないようにビニール袋へ入れる。きれいになるまで繰り返す。
4. 最後にタオル等でしっかり拭き取る。
5. ビニール袋へ入れる。
6. ビニール袋の口をしっかりと縛る。
7. 吐物が入っているビニール袋をあらかじめ用意しておいた汚物処理用のバケツへ入れる。（ビニール袋で覆ってある）
8. 汚染させた外側をさわらないように手袋をはずし、バケツへ入れる。
（この時使い捨てエプロン、ガウンは、一緒に捨てる）
9. 汚染された側をさわらないようにバケツのビニール袋を下から手を入れて外す。
10. ビニール袋の口をしっかりと縛る。
11. 洗が残しの無いようにしっかりと手を洗い、うがいをする。

注意しましょう！！

スポンジは細菌の巣

スポンジは洗浄作業に使用されていますが、細菌には大変住み心地の良い場所となっています。



普通のスポンジは加熱消毒することではできませんし、次亜塩素酸ナトリウムでの消毒もあまり効果的ではありません。取り扱いが悪いとたちまち細菌の巣になってしまいます。スポンジは、使用后十分に洗浄し水分をよく絞って乾燥させ、スポンジから手指や容器への細菌汚染を広げないように十分注意しましょう。

調理時に手指を切ったとき（血液の処理の仕方）

<血 液>

- ・健康な人のものでも、「血液は感染するもの」として対応する。
- ・出血した場合は、他のものにつかないようにする。
- ・血液のついたティッシュなどは、ビニール袋などに入れて廃棄する。
- ・調理中に出血した場合は作業を中断し、傷の手当てと血液がついたと思われる部分の十分な洗浄・消毒をおこなう。

<具体的な処理の仕方>

- ・次亜塩素酸ナトリウム 200ppm～500ppm に浸したタオルを軽く絞って拭く。
* 逆性石けんはウイルスの種類によっては効果が得られないこともある
- ・清拭する時は一方方向に拭き取ることが重要で、拭いた面は内側にたたみ同じ面を使用しないようにする。
- ・血液のついた器具類は使用しないようにし、洗浄も最後におこなう。

参考文献

- 1) 平成 19 年度 社会的養護施設に関する実態調査 中間報告書
平成 20 年 10 月 厚生労働省 雇用均等・児童家庭局 家庭福祉課
- 2) 平成 18 年度厚生労働科学研究費補助金 子どもの家庭総合研究事業
子どものライフステージにおける社会的養護サービスのあり方に関する研究
主任研究者 庄司 順一
- 3) 地域で生活する障害児（者）の食生活・栄養支援に関する調査研究事業 報告書
平成 20 年 3 月 社団法人 日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会
- 4) 「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアル
社団法人日本栄養士会監修 武美ゆかり・吉池信男編 第一出版
- 5) らくらく食生活サポートマニュアル
平成 19 年 7 月 社団法人 日本栄養士会 株式会社ワークショップ 21 出版
- 6) 子どもの育みの本質と実践 調査研究報告書
社会福祉法人 全国社会福祉協議会（担当：児童福祉部） 2009、3
- 7) Leaving Care 児童養護施設職員のための自立支援ハンドブック
東京都社会福祉協議会児童部会リービングケア委員会編 2008、5、30 改訂 4 版
- 8) 保育所における食育の計画づくりガイド 保育所における食育計画研究会 編
平成 20 年 3 月 財団法人児童育成協会児童給食事業部 発行
- 9) 一食からはじまる健やかガイドー リーフレット「成長曲線を描いてみましょう」
平成 16 年 2 月 厚生労働省・雇用均等児童家庭局
- 10) 大量調理施設衛生管理マニュアル
家庭でできる食中毒予防の 6 つのポイントより
―家庭で行う HACCP（宇宙食から生まれた衛生管理）―

4. 高校生のための「食生活自立支援に向けた食育プログラム」(2009)

児童養護施設においては、子どもたちの健やかな成長・発達を促す食事の提供、社会的自立（成人期）に向けた健康の保持・増進のための管理栄養士・栄養士による食育の推進が必要とされています。そこで、円滑に食生活の自立支援ができるように施設の管理栄養士・栄養士による高校生のための食育プログラムを作成し、その食育プログラムを使用したモデル事業を実施し、『高校生のための「食生活の自立支援に向けた食育プログラム」(2009)』を完成しました。

プログラムの概要

対 象：高校生

目 的：高校生自身が1日に必要な食事量を知り、献立作成ならびに食事作りを体験することで、社会へ巣立つ際に、自立した生活が営めるよう支援する。

指導方法：管理栄養士・栄養士による個別指導

実施機関：約2ヶ月

指導内容：「食事バランスガイド」を活用した5回の食育実践

事前調査 食事調査（3日間の食事内容の記録）と「献立作成（1日分）」

ねらい 自分の食事に関心をもつ

内 容 自分の食事内容を記録する（写真可）

自分で食べたい献立をたててみる（1日分3食）

食生活アンケート（1回目）記入

1回目 「1日の食事をチェックしてみよう！Ⅰ」

ねらい 自分の食事内容を知る

内 容 前日の食事内容を思い出しながら記録し（写真可）、食事バランスガイドのぬりえシートを使い自分の食べている食事内容を知る。食事バランスガイドの基礎について指導を受け、料理区分を理解する。

評 価 1日の食事内容をぬりえシートで確認する

2回目 「1日の食事をチェックしてみよう！Ⅱ」

ねらい 自分の食事内容を知る

内 容 前日の食事内容を思い出しながら記録し（写真可）、食事バランスガイドのぬりえシートを使い自分の食べている食事内容を知る。食事バランスガイドを活用し料理内容・量について指導を受け、SV(つ)を理解する。

評 価 1日の食事内容をぬりえシートで確認する

3回目 「自分の食事の適量を知る」

- ねらい 実際の食事量が適切なのかを知る。
- 内 容 前日の食事内容を思い出しながら記録し（写真可）、食事バランスガイドのぬりえシートを使用し、食事内容をチェックする。食事バランスガイドを活用し健康を維持・増進するための食事について指導を受け、自分の食事の適量を知る。
- 評 価 自分の1日の食事内容が適量か否かをぬりえシートで確認する。

4回目「1日分の献立を立ててみよう」

- ねらい これまでの指導を踏まえ、実際に1日分の献立をたて、その献立が適切なのかを知る。
- 内 容 自立した時の食生活を考え、1日分の献立をたててみる。
ぬりえシートを使用し、管理栄養士・栄養士のアドバイスを受けながらバランスのとれた献立に完成させる。
次の調理実習に向けて、買い物計画をたてる。
- 評 価 ぬりえシートを使用し、自分がたてた献立と、アドバイスを受けた後の献立の違いを確認する。

5回目「自分で料理して食べてみよう」

- ねらい 実際に、自分でたてた献立を実践する
- 内 容 前回の指導時にたてた献立と買い物計画にそって、実際に買い物、調理実習、試食、後片付け等の体験をする。最後に会計報告をする。
- 評 価 一連の作業終了後、実施結果を記録する。（反省点・感想等）
食生活アンケート（2回目）記入

指導終了後 「1日の食事をチェックしてみよう！Ⅲ」

- ねらい 食事量が適切なのかを確認する。
- 内 容 前日の食事内容を食事バランスガイドのぬりえシートを使用し、自分でチェックする。管理栄養士・栄養士がコメントを添える。
- 評 価 自分の1日の食事内容が適量か否かをぬりえシートで確認し、事前調査と比較する。

指導用教材：

- ・これ見てマスター「食事バランスガイド」学習ツール（第一出版）
- ・「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアル（第一出版）
- ・「食事バランスガイド」を使ったらくらく食生活サポートマニュアル（ワークショップ21）

実践事例（施設）

社会福祉法人 児童養護施設 子持山学園

1、施設概要と食事提供状況

児童養護施設子持山学園は、昭和27年8月に戦争孤児、引揚げ孤児などの浮浪児が健全な発達を遂げる為に立ち上げた施設です。しかし、近年の措置理由は、虐待やネグレクトなどのケースが増えています。

本園の建物は、平成9年には、大舎制の施設からマンション型のグループホームに建て替えました。現在、47名（内中高生が25人）の児童が入所しており男女別、縦割りの人員構成で7つのホーム分かれて生活をしています。各ホームは、指導員・担当保育士が2人一組となり入所児童の養育やホーム運営にあたっています。

また、本園の他に平成12年10月に認可された地域小規模施設があります。より家庭的な養育環境を目指し、建物は2階建ての独立家屋で、地域に溶け込み生活をしています。6名の児童が、男女混合縦割りの人員構成で、学年が重ならないよう配慮し、職員2名と生活をしています。

食事提供は、朝食のうち調理時間のかかる煮物等の料理は厨房で調理し、各ホームに配食しますが、味噌汁やソテーなどの簡単な調理は材料を厨房で準備し、指導員・保育士が各ホームで調理します。平日の昼食は学校給食やお弁当を食べますが、休日の昼食と夕食は食堂で全員が揃って食べます。部活動などで食事時間に間に合わない児童は、食堂より持ち帰り各ホームで食べています。お弁当は、自立後の食生活の支援も含め高校生になると自分で作ります。

2、高校生のための食生活自立支援の導入

児童養護施設入所児童は、児童自立支援計画書に基づき養育をされています。子どもたちが、生涯にわたり心身ともに健康な生活を営む力を養うためにより具体的に子ども達の食生活の自立支援が必要と考えられます。

当園において高校生を対象にした「食生活自立支援に向けた食育プログラム」（試作版）のモデル事業を実施するにあたり、高校生や担当者に相談し、希望者を募ったところ希望者が多く、食生活に対する関心が高いことを改めて認識した。

3、高校生のための「食生活自立支援に向けた食育プログラム」（試作版）の実際 ＜事例 1＞

・高校1年（在籍期間：11年8ヶ月）

本児は、通学に時間がかかることから朝6時20分に家を出る。以前から朝起きるのが苦手だったことも重なり、朝食を食べずに登校する。昼食のお弁当は、同じホームの

高校2年生が作ったおかずや、担当者の作ったおかずを詰めていくことが多い。ホームで時間に余裕があるときでも自分から進んで料理することはないが、気が向くと厨房の手伝いに来ることもあり、簡単な皮むきや配膳などを手伝う。なお、気分により夕食を欠食することがあるが、時間が経過しても空腹を訴えることもない。

事前の取り組み

まず、自立して一人で生活を始めた時に「どんな食事をしたいのか」「なにを食べたいのか」を知るために、「なに食べたいシート」に朝、昼、夕の1日分の食事の記入をお願いする。記入時に、食べたい物の料理名がわからないなどの訴えがあったので、普段食べている食事をヒントに考えるようアドバイスをした。栄養士は、「なに食べたいシート」の食事量や食事の内容について確認をし、その食事内容による献立表を作成し、「ぬりえシート」2,200kcal を使用してぬりえをした。その内容は、朝、昼、夕とも主食、主菜等が記入されており、間食はパフェやせんべい、クッキーなどが記入されていた。そこで、まず1日3回の食事を記入したことと誉め、間食や食事バランスの内容については、次回に詳しく説明することを伝えた。さらに、日頃食べている食事内容を知るため、3日間の食事を写真に撮ることを依頼した。

1回目「自分の食事を考えよう」

食事バランスについて『食事バランスガイドを使った「らくらくサポートマニュアル」』（以下「らくらくサポートマニュアル」という。）を活用して説明をした。

本児は、食事バランスガイドのポスターが食堂に張ってあったり、学校の授業で勉強したりしているので、食事バランスガイドで使われているコマは認識していた。ただし、コマの意味、内容については理解していなかったため、主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物という5つの料理区分に大きく分かれていることを説明する。また、その料理区分ごとの主たる栄養素を伝え、それぞれ必要なつ（SV 数）を食べることによって食事バランスがよくなることを説明する。

次に、身体状況、日常の身体活動状況によるアセスメント結果から本児に必要なエネルギー量を把握して、適正チャート（必要なエネルギー量に適合した料理区分のコマ数）を使い、該当する「ぬりえシート」2,200kcal を選択した。

事前の取り組みでお願いした写真に撮った 3 日間の食事をぬりえシートに塗った。この3日間においては、朝食を欠食することなく食べており、食事バランスはほぼ摂れていたが、牛乳・乳製品は摂れていなかった。

朝食をほとんど食べずに登校していた本児が、写真に撮った日のみ朝食を食べたようである。その日だけでも朝食を食べ、お弁当を作って登校したことを褒め、今後継続して行くための方法を話し合った。朝食は前日に献立の確認し、準備できるものはしておく。お弁当については、同じホームの高校生が当番制で作るなど、お互いに話し合うこ

とを勧めた。最後に、食事バランスガイドクイズを行い、料理区分の確認をした。全問正解ではあったが、繰り返し行うことで、理解を深めるようにしたいと考えた。

2回目「1日の食事をチェックしてみようⅠ」

前日に食べた食事の写真を「なに食べた」シートに記入し、ぬりえシートを塗る。自分の適量と食べた物の過不足を確認する。その結果、副菜、主菜は概ね満たしていたが、牛乳・乳製品、果物は、食べていないので足りなかった。日常生活の中で、朝夕のみでも施設の食事を食べていれば、牛乳・乳製品、果物が取れ、食事バランスは取れると考えられるが、朝食を食べないことで食事バランスが崩れてしまうことを伝えた。また、牛乳を電子レンジで温めることやチーズトーストは前日に用意するなど具体的な例を示し、牛乳・乳製品の摂取の方法と朝食の欠食回数を減らせるよう検討した。

最後に、食事バランスガイドクイズ2回目を行い料理区分の確認をした。特に、カレーライスなどの複数の料理区分に当てはまる料理も正解していたので、知識として食事バランスの料理区分がよく理解できていることから、実際に食べるときにもその知識を生かすことが大切であることを説明した。

3回目「1日の食事をチェックしてみようⅡ」

前回同様、前日に食べた食事の写真を「なに食べた」シートに記入し、ぬりえシートを塗る。朝食の欠食もなく、牛乳・乳製品、果物の料理区分も塗れていたため、本児が食事バランスの必要性を理解できているようであった。今回の食事支援が本児にとっては自分の食事を振り返る機会になり、自分の食事を改善しようとする様子が伺えた。食事バランスガイドクイズ3回目を行う。クイズの内容は1回目と同じで、時間を置いてもどのくらい理解しているかの確認を行ったが、全問正解であった。

4回目「1日の献立をたててみよう」

自立後、どのような食事をしたら良いか、これまでの支援を踏まえ1日分の献立をたてる。料理名や材料、料理方法などを確認しながらの献立作成となった。主食にパンや麺・ご飯を選び献立に変化をつけるなどの工夫が見られた。実際に調理をすることを想定し、調理器具や調味料等の確認を行った。食材の値段を想定するために、新聞の折込みチラシを利用したが、日頃買い物に行かない本児に説明するには限界があり、食材の値段を把握し切れなかった。

食事バランスガイドクイズ4回目を行う。全問正解。

5回目「自分で料理して食べてみよう」

自分で料理するために、午前中に買い物に行き、昼食からの調理となった。

本児は、食料品の買い物の経験が少なく、スーパーに並べてある商品の配置が予想できなかったため、商品の配置や店内の案内表示の見方などや値段もよく見て選ぶことを伝えた。また、商品を選ぶ際に生鮮食品を先に選んでいたため、冷蔵庫に入って売られている食品は、後から選ぶと鮮度が落ちないことを伝えた。自分の立てた献立を実施するための材料の購入は、真剣に材料を選び値段や消費期限等もしっかり確認することができた。

本児は、主体的に何かをする経験が少なかったため、料理をする際の留意点として予め献立作成の時に、料理の手順について細かく話し合っていたため、食材の切り方などは確認されることはあったが、比較的問題なく後片付けまでできた。なお、ホームの台所を使っただけの調理実習だったので他児も興味をもち低年齢児の食に対する意識付けにもなった。

食事バランスガイドクイズ5回目を行う。全問正解。

4、高校生のための「食生活自立支援に向けた食育プログラム」（試作版）の課題

今回の高校生のための「食生活の自立支援に向けた食育プログラム」を実施にあたり自分が食べたい食事、実際に食べた食事を自分の適量を示したぬりえシートに塗ることで、必要量との比較ができたため過不足を確認し易かった。

入所している児童の食生活において、買い物や調理などの体験不足だけでなく、献立名が解らない、材料が解らないなど日常生活の中で食べることにに関して知る必要があることが多いことも分かった。

今後、入所児童に関わる職員一人ひとりが管理栄養士・栄養士を中心に共通認識の下、心身共に健康な日常生活を営むための食生活の自立支援を目指すために必要な計画を入所児の特性に合わせて立案し、実践することが大切であることが分かった。

※本掲載文は、『高校生のための「食生活自立支援に向けた食育プログラム」（試作版）』（平成20年度作成）を使用して食育を行った事例です。そのため、『高校生のための「食生活自立支援に向けた食育プログラム」（2009）』とは、一部内容の異なる場合があります。

自立支援計画票

作成日 平成 年 月 日

児童氏名	性別 (男 女)		生年月日	平成	年	月	日
所属(学校・ホーム)			入所年月日	平成	年	月	日
保護者氏名	続柄		管轄児相				
入所理由 (要旨)	被虐待(身体的・心理的・性的・ネグレクト) 被虐待の疑い(身体的・心理的・性的・ネグレクト) 被虐待でない						
本人の意向							
保護者の意向							
児相担当者の意向							
援助指針 (児相)							
特記事項 その他							
こども本人							
中・長期目標							
短期目標	日 時	支援上の課題・目標	支援方法・役割分担			評 価	
家庭(養育者・家族)及びその地域							
中・長期目標							
短期目標	支援上の課題・目標	支援内容・方法			評価(内容・期日)		
心理的状態	学力 (高 中 低) 精神発達 IQ 心理療法 (有 無) 精神状態 (安定 不安定) 社会性 (良好 普通 要支援) その他(特記事項)						
食育関係							

経過記録

☆ ホームでの様子

身辺整理	良好	普通	要支援	(特記)
時間的感覚	良好	普通	要支援	(特記)
食生活	良好	普通	要支援	(特記)
言動	良好	普通	要支援	(特記)
学習状況	良好	普通	要支援	(特記)
職員・他児との 人間関係	職員 → 良好 児童 → 良好	普通	要支援	(特記)
興味関心 (活動)	良好	普通	要支援	(特記)
その他	良好	普通	要支援	(特記)

☆ 社会性

発達状況	良好	普通	要支援	(特記)
言葉使い (言語表現)	良好	普通	要支援	(特記)
交友関係	良好	普通	要支援	(特記)
経済感覚	良好	普通	要支援	(特記)
地域との関わり	良好	普通	要支援	(特記)

☆ 学校での様子

	良好	普通	要支援	(特記)
--	----	----	-----	------

☆ 健康状況

健康状態 (受診の状況)	良好	普通	要支援	(特記)
-----------------	----	----	-----	------

☆ 家族関係

	良好	普通	要支援	(特記)
--	----	----	-----	------

☆ 総合的所見

--

【参考資料 - 2】

＜児童福祉法、児童福祉法最低基準＞

児童福祉法

第 41 条 児童養護施設は、保護者のない児童（乳児を除く。ただし、安定した生活環境の確保その他の理由により特に必要のある場合には、乳児を含む。以下この条において同じ。）、虐待されている児童その他環境上養護を要する児童を入所させて、これを養護し、あわせて退所した者に対する相談その他の自立のための援助を行うことを目的とする施設とする。

児童福祉施設最低基準

（職業指導）

第 45 条 児童養護施設における職業指導は、勤労の基礎的な能力及び態度を育てることにより、児童の自立を支援することを目的として、児童の適性、能力等に応じてこれを行わなければならない。

2 職業指導は、営利を目的とせず、かつ、児童の福祉を損なうことのないようこれを行わなければならない。

3 私人の設置する児童養護施設の長は、当該児童養護施設内において行う職業指導に付随する収入があったときには、その収入を適切に処分しなければならない。

4 児童養護施設の長は、必要に応じ当該児童養護施設外の事業場等に委託して児童の職業指導を行うことができる。ただし、この場合、児童が当該事業場から受け取る金銭の使途については、これを貯金させる等有効に使用するよう指導しなければならない。

（自立支援計画の策定）

第 45 条の 2 児童養護施設の長は、第 44 条第 1 項及び前条第 1 項の目的を達成するため、入所中の個々の児童について、児童やその家族の状況等を勘案して、その自立を支援するための計画を策定しなければならない。

児童養護施設における「食生活の自立支援マニュアル」(2009)

発行 平成 22 年 3 月

編集 社団法人 日本栄養士会 全国福祉栄養士協議会

〒101-0051 東京都千代田区神田神保町 1-39

TEL : 03-3295-5151 FAX : 03-3295-5165

URL : [http : //www.dietitian.or.jp/](http://www.dietitian.or.jp/)