

平成30年9月13日(木)奈良市特定給食施設研修会

平成29年度個別指導結果及び 食育施策について

奈良市健康医療部保健所医療政策課

奈良市特定給食施設状況

栄養管理報告書提出状況(目的:現況調査)

提出方法:郵送または窓口へ提出

(平成29年度)

対 象	施設数	実施月
特定給食施設及び その他の給食施設	185	6月

特定給食施設数と個別指導実績

(平成29年度)

施設の種類	学 校	病 院 診 療 所	介護老 人保健 施設	老人福 祉施 設	児童福 祉施 設	社会福 祉施 設	事業 所	寄 宿 舎	矯正施 設他	計
施設数	71	27	11	40	61	19	4	1	23	257
個別指導 件数	2	24	2	2	5	2	0	0	5	42
	栄養士・管理栄養士のいない施設					5施設				

平成29年度は、肥満・やせが5%以上増加した学校・児童福祉施設を対象に個別指導を実施しました。

公立園については、こども園推進課に結果を伝え、こども園推進課を通じて情報提供を行いました。

平成29年度 児童福祉施設・学校個別指導結果

事項	指摘事項等
<p style="text-align: center;">栄養 管理</p>	<p>・おやつを含めた1日の給与栄養量について、総エネルギー量の差が日によって大きくなりすぎないようにしてください。（行事食の日は除く）</p> <p>・園児のアセスメントについて、定期的な身長・体重測定の実施に加えて、園児の食事摂取時に個人の特性に応じた盛付けや配慮を実施されており、管理栄養士が巡回指導されるなどきめ細かく対応されています。今後は特に肥満・やせなどフォローが必要な児について、保護者も含めた積極的な働きかけをお願いします。また指導や相談内容を記録し、給食会議などで共有するとともに保管してください。</p> <p>・園児のアセスメントについて、定期的な身長・体重測定は実施されていますが、栄養管理の観点で個々に応じた配慮がなされるよう、共通認識をもって取り組んでください。特に肥満・やせなど、フォローが必要な園児について、保護者も含めた積極的な働きかけをお願いします。また指導や相談内容を記録し、給食会議などで共有するとともに保管してください。</p> <p>具体的には次のとおりです</p> <p>①園児の体格について、客観的な指標（男女別身長・体重曲線及び肥満度判定曲線）を用いた観察・評価の実施。 （例） 測定結果を返却する際に、保護者自らが経過を確認できるよう添付する。 肥満・やせの園児は園から声かけして保護者へ返却する。</p> <p>②様々な機会を通じた子ども及び保護者への直接的な指導</p>

事項	指摘事項等
栄養 管理	<ul style="list-style-type: none"> ・ 毎月の身長・体重の計測結果を保護者に返却する際に、保護者自らが経過を確認できるよう男女別身長・体重曲線及び肥満度判定曲線を添えるなど、結果の見える化に努めてください。 ・ 毎月の身長・体重の計測結果を保護者に返却する「健康手帳」に、保護者自らが経過を確認できるよう男女別身長・体重曲線及び肥満度判定曲線を追加し、結果の見える化に努めてください。 ・ 男女別身長・体重曲線及び肥満度判定曲線を用いた観察・評価の結果、家庭も含めた生活習慣や食事の改善が必要な園児については保護者へ結果をフィードバックし、栄養士による指導を適宜行ってください。 ・ 相談や指導内容は記録し、給食会議などで共有するとともに保管してください。 ・ 年齢とともに肥満度が増加している園児がいらっしゃいます。このことについて、保護者への情報提供と積極的な働きかけをお願いします。また、指導や相談内容は記録し、給食会議などで共有するとともに保管してください。 ・ 園においても男女別身長・体重曲線及び肥満度判定曲線を用いた観察・評価を実施し、必要な保護者へは声かけや指導を行ってください。 ・ 肥満・やせなど個別の対応が必要な児について、給食の盛付けやおかわり時などに健康面からの配慮をお願いします。

食育	<ul style="list-style-type: none">・ 食育はすでに様々な事項について実施されていますが、次の内容について園児や保護者を対象に、さまざまな機会を通じた働きかけを継続して行ってください。 <p>(例)</p> <p>食事が健康へ及ぼす影響や栄養バランスについて 家庭での生活リズムや朝食摂取について おやつや嗜好飲料の選択方法について</p> <ul style="list-style-type: none">・ 食育年間指導計画の内容について、水分補給の記載部分など内容に誤りがないか再度確認してください。
----	--

その他	<ul style="list-style-type: none">・ 市内の地域情報も含めた最新の情報を得るため保健所主催の研修会への参加をお願いします。
-----	--

Aくん（5歳男児）の事例

肥満度40% 年長児

…3歳半検診で指導を受けた際に、保護者から園に相談があり話をしたことがある。保護者は子どもの生活習慣病に関する知識もあるが、行動変容に至っていない状況

2歳児の時点では肥満度20%程度であったが年齢とともに肥満度が増加。このままいくとさらに肥満度があがる恐れがある。

食の傾向：白ご飯を好み、1回の食事量も多い。野菜が苦手

家庭での食事状況：週末はラーメン、土日は外食

園としては気にして声かけなどしているが、保護者の行動が変わらないことを心配している。

→医療政策課からの提案

園と保護者で一緒に身長・体重曲線と肥満度判定曲線で確認してもらい、栄養士から保護者と園児に栄養指導をする。今後特に配慮が必要な児童の場合は同様に行い、栄養指導の結果は記録に残す。家庭も含めてどういった食習慣・食事内容が原因になっているか一緒に考えて一つでも行動が変化するように働きかけてほしい。

→保育園：卒園まであと残りわずかだが、小学校入学前に身長・体重曲線と肥満度判定曲線を使って伝えてみます。

Aくん (5歳男児) の事例

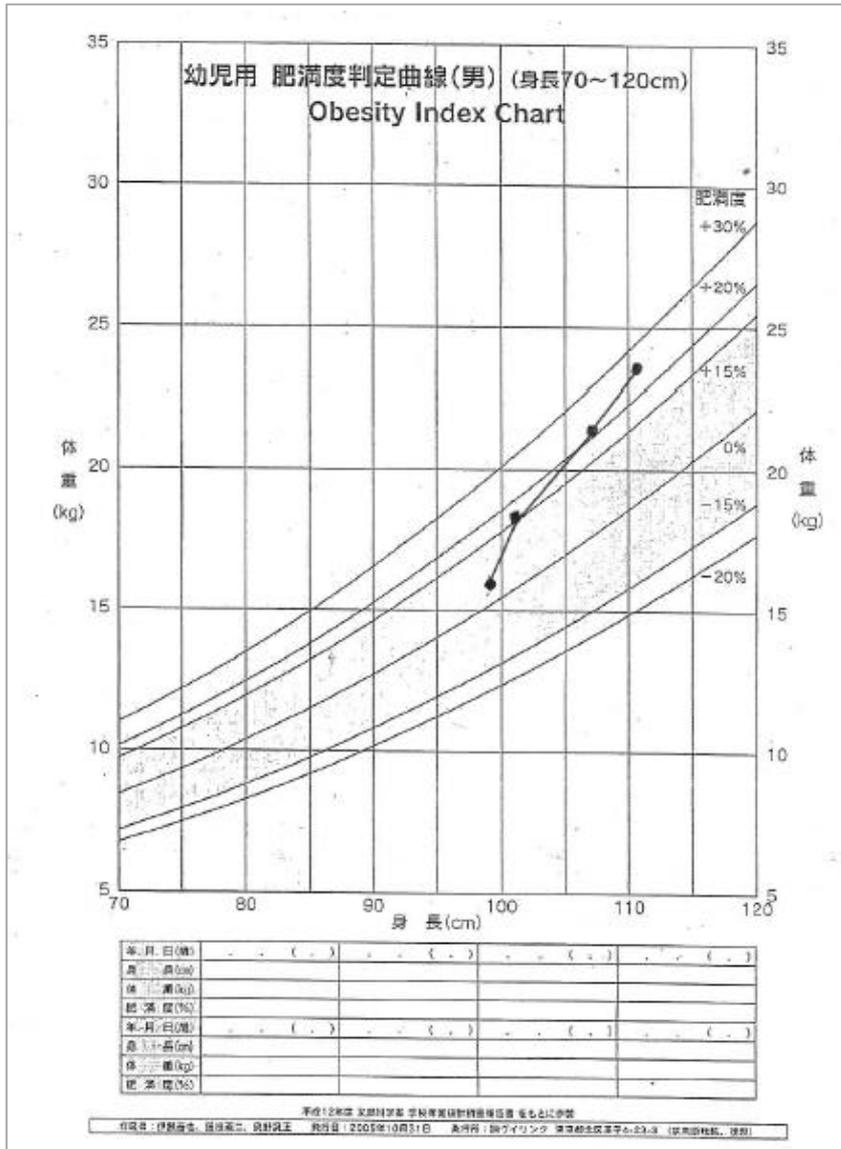
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
2歳	身長	94.5	95.2	95.6	96.5	97.5	98.0	99.2	99.3	99.4	99.5	101.1	101.4
	体重	14.9	15.60	15.8	15.20	15.5	16.25	16.3	17.15	16.9	16.25	17.2	17.4
	頭囲 胸囲	/				50 56		50 56					

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
3歳	身長	102.2	102.5	102.7	103.0	104.4	105.0	105.2	106.5	107.1	107.4	107.6	107.9
	体重	18.15	18.40	18.100	17.700	17.700	19.000	19.300	19.600	20.000	20.50	21.000	21.150
	頭囲 胸囲	/		50 55				/		50.5 59			

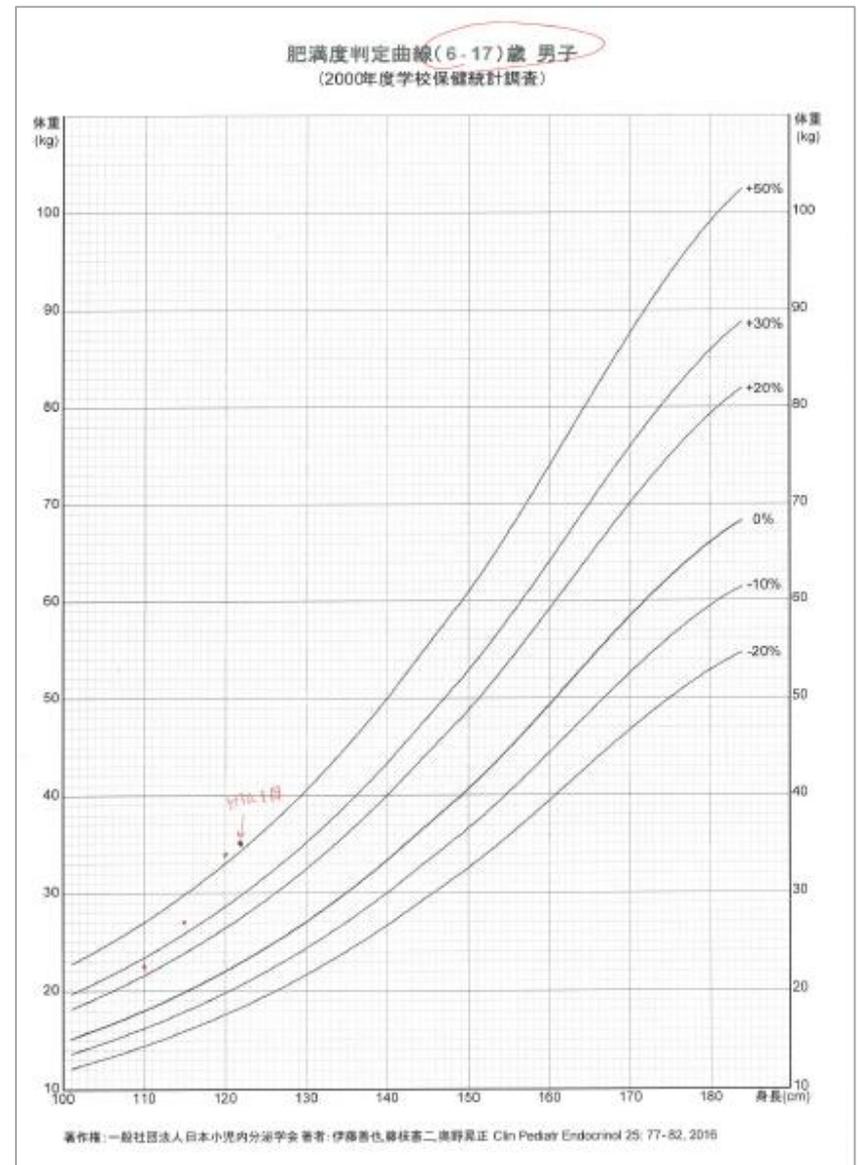
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
4歳	身長	109.4	109.8	111.3	111.3	111.7	112.7	113.5	114.6	115.1	115.5	116.3	116.8
	体重	21.70	22.60	23.35	23.55	23.95	23.85	24.60	25.15	26.50	27.00	27.7	28.0
	頭囲 胸囲	51.0 59.8						51.0 62.5					

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
5歳	身長	116.6	117.5	118.1	119.0	119.0	120.0	120.9	121.6	122.1	122.1		
	体重	30.1	31.3	31.7	32.65	33.45	34.05	34.35	34.0	34.4	35.60		
	頭囲 胸囲	/		52.0 90.0				52.0 90.0					

Aくん (5歳男児) の事例



幼児用 肥満度判定曲線(男)



肥満度判定曲線(6-17)男子

肥満 | 日本小児内分泌学会



一般社団法人

日本小児内分泌学会

The Japanese Society for Pediatric Endocrinology

[HOME](#)

[リンク集](#)

[お問い合わせ](#)

[サイトマップ](#)

[English version here.](#)

[会員専用ページ](#)

[学会概要](#)

[学会誌・学会各種出版物](#)

[学術集会・学会セミナー情報](#)

[海外小児内分泌学会関連情報](#)

[各都道府](#)

[事務局からのお知らせ](#)

[決算公告](#)

[お子様の病気が気になる方、患者さんおよび保護者の方へ](#)

[学会員および医療従事者の方へ](#)

TOP > [お子様の病気が気になる方へ/患者さんおよび保護者の方へ](#) > [病気の解説](#) > [肥満](#)

肥満

[こどもの内分泌疾患
診断基準など](#)

[病気の解説](#)

[低身長](#)

[肥満](#)

[糖尿病](#)

[思春期早発症](#)

[先天性甲状腺機能低下症](#)

[バセドウ病 \(Graves病\)](#)

[学会の見解など](#)

[1型糖尿病 \(インスリン治療を必要とする\) 幼児の幼稚園・保育施設への入園取り組みガイド-園児受け入れ担当者と保護者のために \(2016年11月公表\)](#)

子どもの肥満

1. どれくらい太っていると肥満というの? 子どもの肥満はどう評価するの?

子どもの肥満は主に肥満度というものを使って評価します。肥満度は標準体重に対して実測体重が何%上回っているかを示すもので下記の式で計算されます。

$$\text{肥満度} = (\text{実測体重} - \text{標準体重}) / \text{標準体重} \times 100 (\%)$$

幼児では肥満度15%以上は太りすぎ、20%以上はやや太りすぎ、30%以上は太りすぎとされ、学童では肥満度20%以上を軽度肥満、30%以上を中等度肥満、50%以上を高度肥満とします。この肥満度法は乳児の肥満度判定には使いません。乳児に関しては次項で述べる症候性肥満(2次性肥満)以外は様子を見てよいとされています。

標準体重は性別、年齢別、身長別に設定されています。ここでは全ての標準体重を記載することはできないので肥満度を簡単に知ることのできる肥満度判定曲線を添付します(X軸に身長、Y軸に体重をとったグラフです)。そのグラフにお子さんの身長・体重から点をつけてみてください。現在の肥満度を知ることができます。

[男子用](#)

[幼児用 肥満度判定曲線](#)

[女子用](#)

[幼児用 肥満度判定曲線](#)

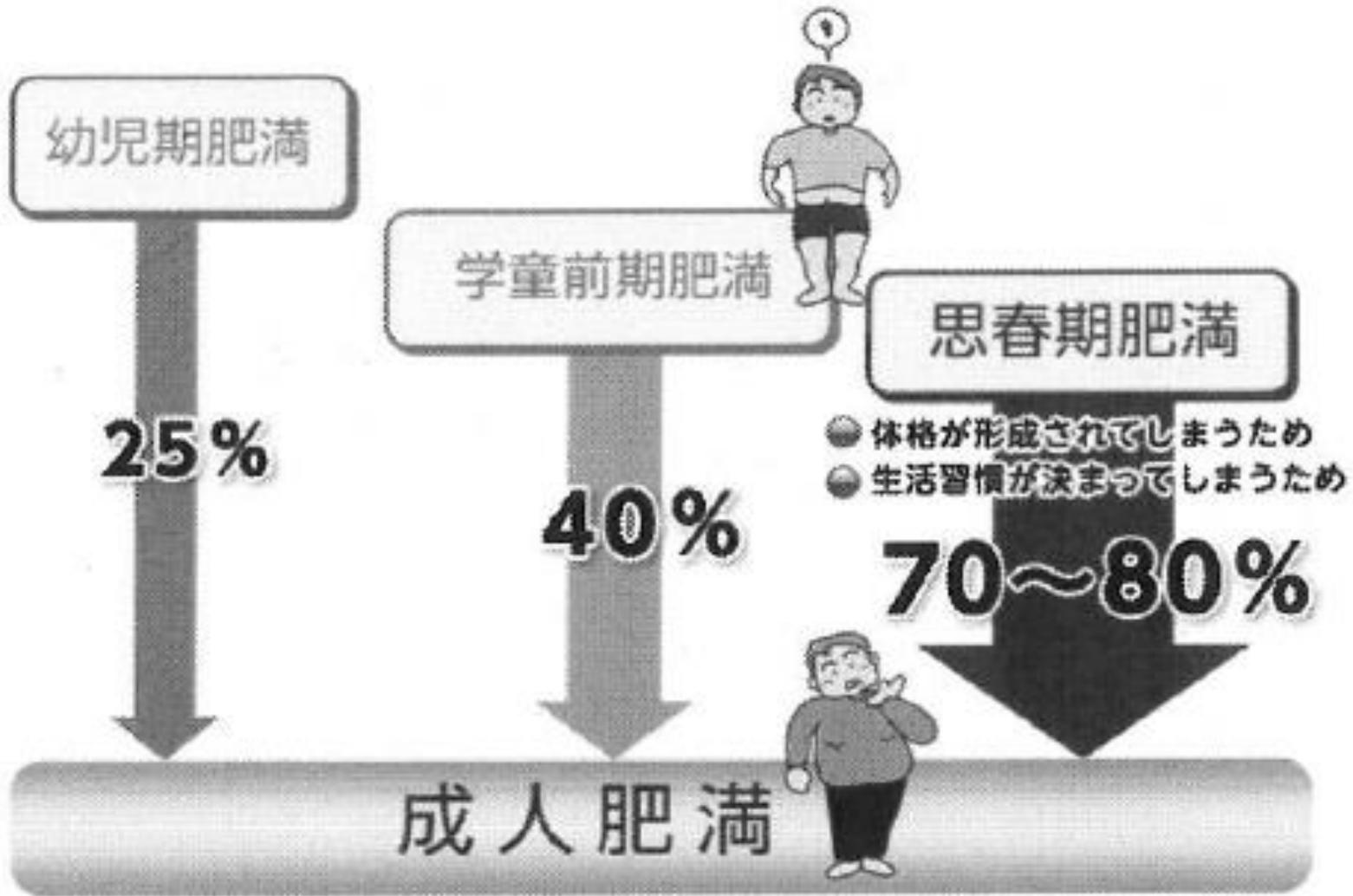


図3. 子どもの肥満は大人の肥満のもと

早く介入するほど成人肥満になる割合が低い

表2. 小児期(6~15歳)のメタボリックシンドロームの診断基準

1)があり、2)~4)のうち2項目を有する場合にメタボリック症候群と診断する

1)腹囲	腹囲 80 cm以上(注)
2)血清脂質	中性脂肪 120 mg/dl以上 and/or HDLコレステロール 40 mg/dl未満
3)血圧	収縮期血圧 125 mmHg以上 and/or 拡張期血圧 70 mmHg以上
4)空腹時血糖	100 mg/dl以上

注) 腹囲/身長が ≥ 0.5 以上であれば項目1)に該当するとする
小学生では腹囲75 cm以上で項目1)に該当するとする

厚生労働省研究班「小児期メタボリック症候群の概念・病態・診断基準の確立及び効果的介入に関するコホート研究」平成18年度研究報告書(2007.3)

4. 医療機関を受診するのはどんな時？

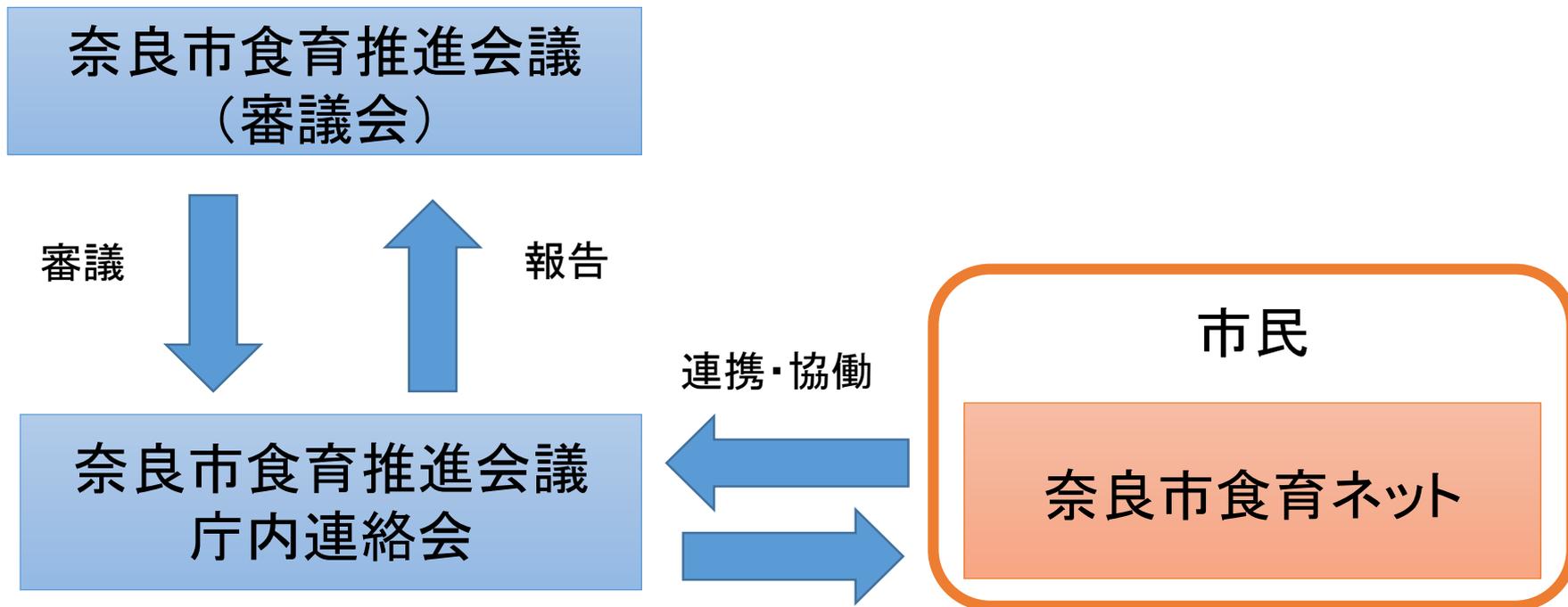
母子手帳もしくは添付されている肥満度判定曲線や成長曲線を使ってみましょう。身長に比べ、明らかに体重が多い、もしくは体重増加傾向が続いているときには一度医療機関を受診しましょう。子どもの肥満はできるだけ早い時期に介入したほうが改善させやすいということがわかっています。

奈良市の食育施策の現状と方向性 (トピックスを中心に)

食育に関わる状況の変遷

- 平成17年 食育基本法
- 「和食;日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産登録(平成25年12月)
- 食品表示法の施行(平成27年4月)
- 平成29年度 食育所管が内閣府から農林水産省に移管
- 食品の安全を確保するための規制強化及び国際基準に沿った衛生管理の推進(平成27年3月)

奈良市の食育推進体制



第2次奈良市食育推進計画(H26年度～H30年度)

理念

「食」を通じて健全な心とからだを培い
健康で豊かな生活が送れるまちづくり

農林水産省第2回食育活動表彰 自治体部門において

「奈良市食育推進会議」が消費・安全局長賞受賞

食育活動表彰事例集に掲載されました



第13回食育推進全国大会inおおいた 第2回 食育活動表彰 ～ 平成30年度 ～ 平成30年6月23日

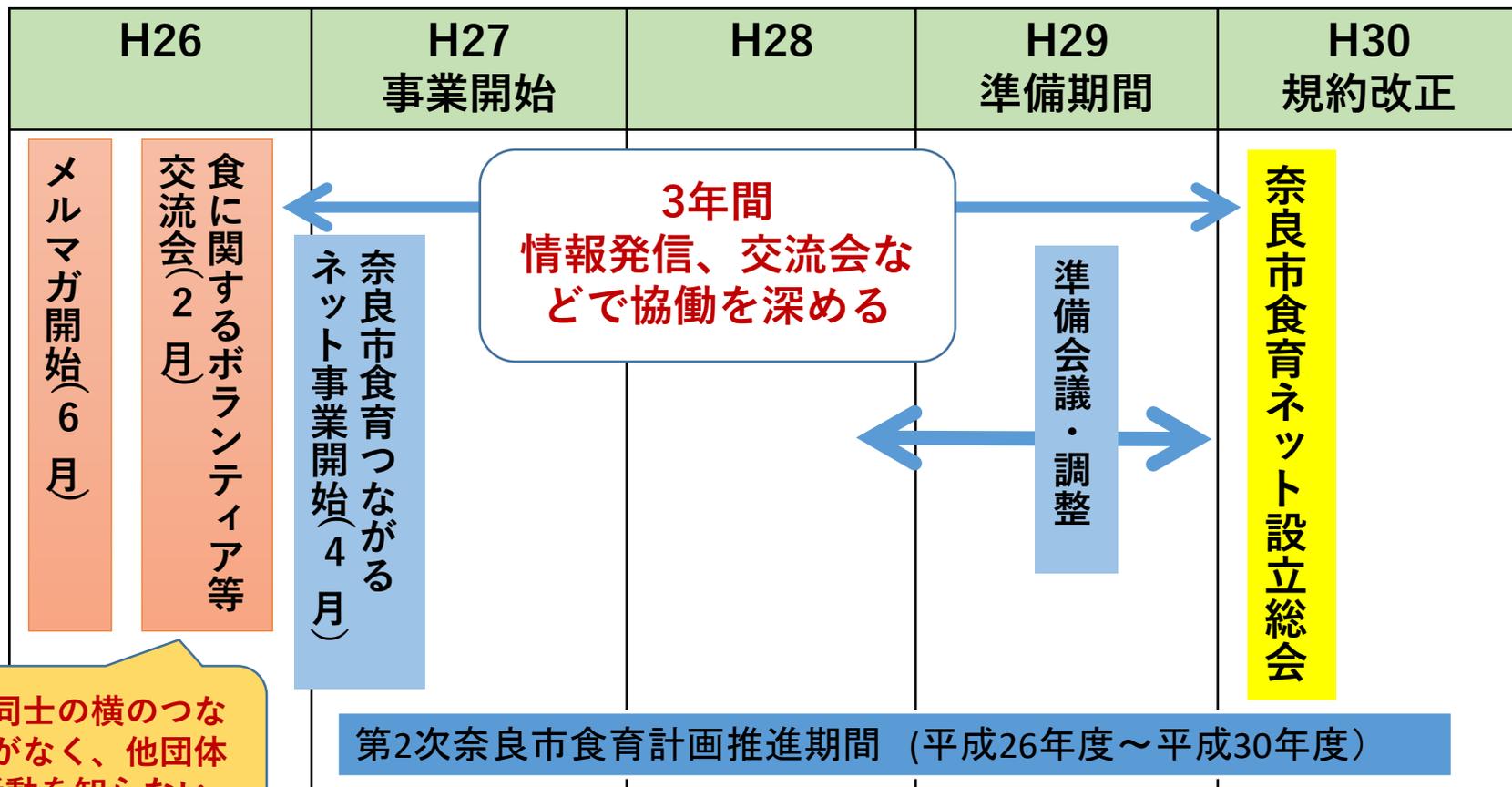
大阪ガスさんとダブル受賞



詳細は奈良市ホームページに掲載



奈良市食育ネット設立までの経緯



団体同士の横のつながりがなく、他団体の活動を知らない



 奈良市食育ネット
ページ(ホーム)



 奈良市食育ネット
(グループ)

取組ポイントと成果

- 組織でつながる(継続性)
- 団体が「できること」を見える化(連携促進)
- 顔のみえる関係づくりが進んだ(連携促進)
- 団体の食育活動の見える化(波及性)
- タイムリーな情報発信(情報共有)
- 協働イベントの開催(協働推進)

参加団体:11団体(H27年5月)→48団体(H30.5月)
地域団体の活動が見え、連携協働が進んだ
平成30年度農林水産省食育活動表彰受賞

奈良市学校給食 「古都ならの日」と「食育の日」

**「古都ならの日」・・・奈良にこだわった学校給食を提供することで、
私たちが住む奈良への興味関心を深め、地域を大切に思う心を育む**

- 平成30年度から奈良市産米をおいしく食べる日として「古都ならの日」を設定
- その日の献立には、奈良の地場産物や特産品、古くから伝わる大和の伝統野菜や郷土料理を積極的に取り入れている。

**「食育の日」・・・毎月19日の「食育の日」に、毎年テーマを決めた
献立を提供し意識向上をはかる。**

- 平成30年度は「かみかみデー」とし、かむことの大切さを知り、よくかむことが意識できるように、「丸干しの天ぷら」「根菜サラダ」などの「かみかみ献立」を実施。



しかまるくん
©奈良市観光協会

食育★コラム



◀H30年度
食育コラム

市民の食への関心や理解を高めることを目的に、平成29年度からしみんだよりに食育コラムを掲載。奈良市食育ネット・市役所関係部署が担当しています。

(平成29年度)

月	担当	タイトル
4	医療政策課	春はスタートの時期
5	—	—
6	—	—
7	生活衛生課	食中毒の予防について
8	健康増進課	夏休みも！早寝・早起き・朝ごはん♪
9	こども園推進課	食育（菜園活動）について
10	奈良の食文化研究会(食育ネット)	奈良の食文化の魅力
11	奈良市食生活改善推進員協議会(食育ネット)	地域の食を通じた健康づくりをめざして
12	奈良市飲食店組合(食育ネット)	宮廷料理と奈良の米食文化
1	保健給食課	奈良市の学校給食
2	こども園推進課	クッキング保育について
3	ならコープ(食育ネット)	食の循環について

奈良市「食育」に関する意識調査(平成30年度)

【調査概要】

調査対象および回収結果 (平成30年8月1日現在)

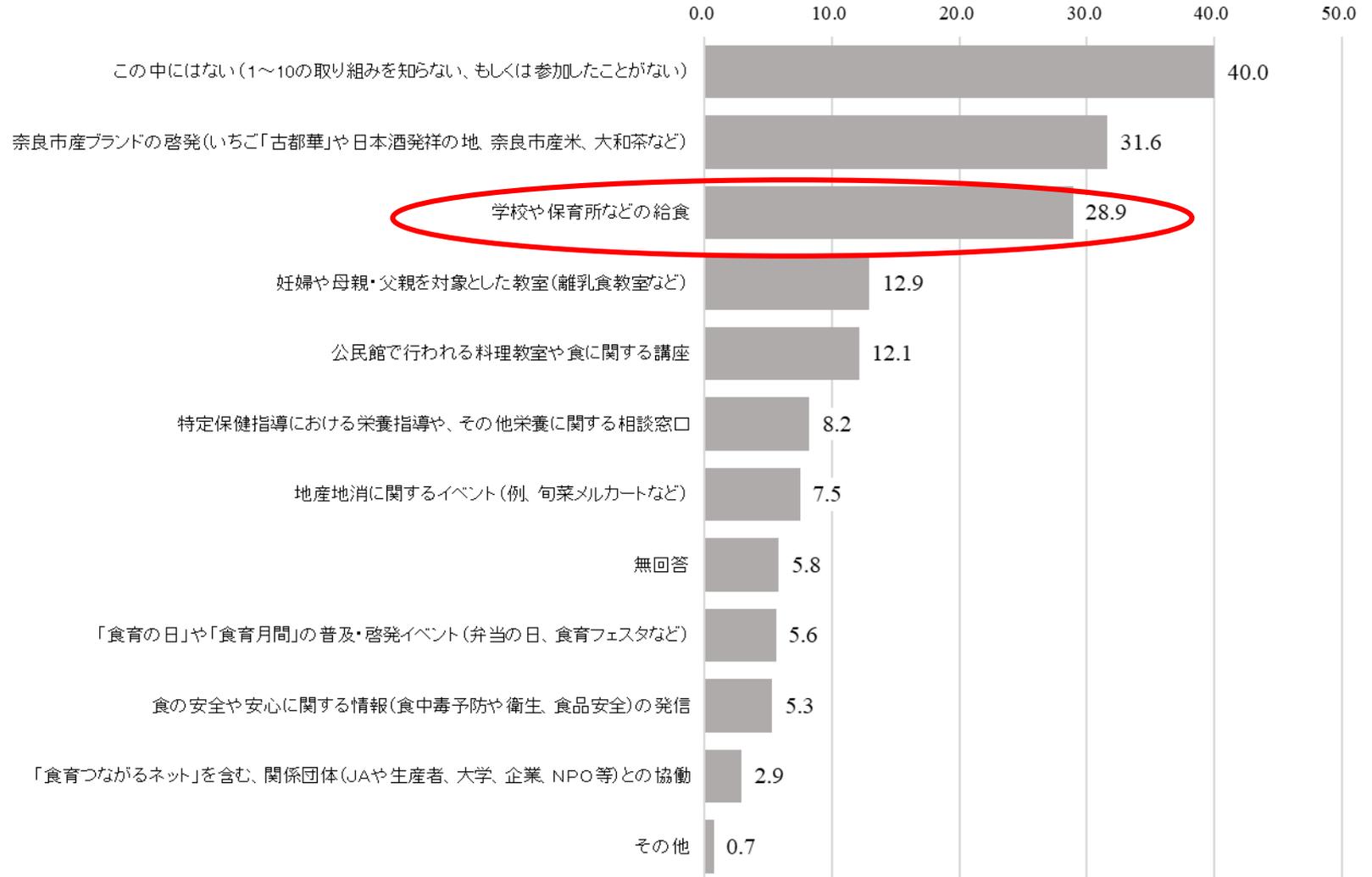
【一般市民】

- ・ 調査の対象：市内在住の18歳以上75歳未満の市民
- ・ 配布数：2,172人
- ・ 抽出方法：住民基本台帳による無作為抽出
- ・ 調査方法：郵送による配布・回収
- ・ 調査期間：平成30年6月
- ・ 回収結果：有効回答数(941件)回収率(43.0%)

【高校生】

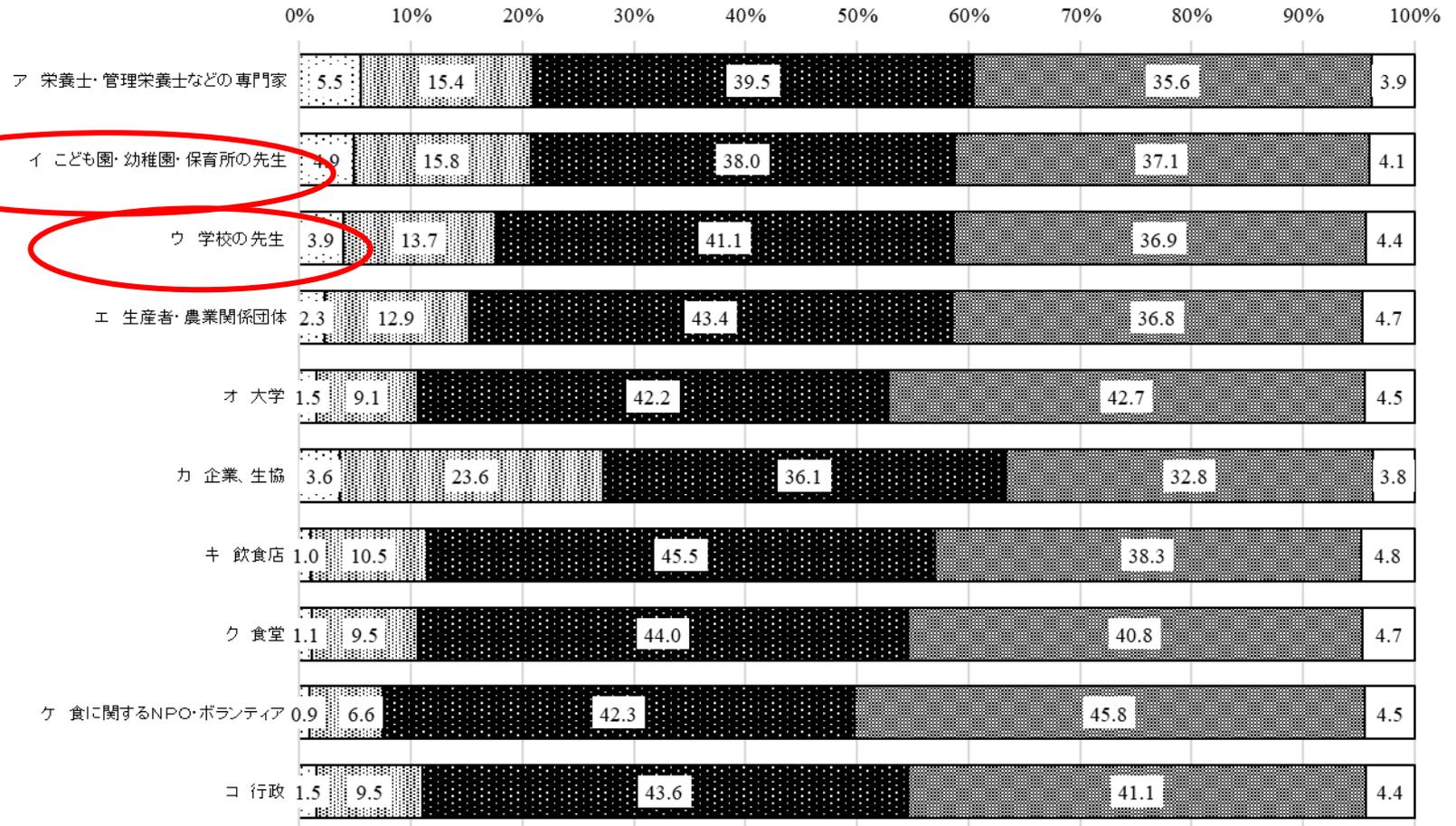
- ・ 調査の対象：市内の市立・県立高校1年生
- ・ 配布数：2,254人
- ・ 調査方法：学校での直接配布・回収
- ・ 調査期間：平成30年6月
- ・ 回収結果：有効回答数(2254件)回答率(98%)

問27 奈良市の食に関する取り組みの認知・参加の有無
(MA) (N=941)



問28 担い手別の取組の認知度
(SA) (N=941)

□よく知っている ■知っている ■あまり知らない
■まったく知らない □無回答



今後の方向性

第3次奈良市食育推進計画重点課題と取組み(案)

重点目標①

健康寿命の延伸につながる食育の推進

- ・生活習慣病の予防や改善のために適正体重の維持や減塩につながる取組みの強化
- ・飲食店、食品関連事業者と連携した取組みを推進
- ・食の安全に関する取組みの継続

重点目標②

多様な暮らしに対応した食育の推進

- ・高齢者の低栄養予防を目的とした栄養・食生活支援の充実
- ・多様な家庭環境に即した食支援

重点目標③

若い世代を中心とした食育の推進

- ・幼・保・学の切れ目ない食育の体制づくり
- ・大学と連携した食育の推進

重点目標④

食文化の継承に向けた食育の推進

- ・「和食発祥の地」としての発信強化

重点目標⑤

食の循環を意識した食育の推進

- ・給食での地場産物の活用の継続
- ・食農体験活動の促進

取組のポイント

- ・食育ネットを基盤とした連携・協働の促進
- ・官、民、学連携による取組みの促進、PDCAサイクルに基づく企画運営
- ・栄養士はじめ「食の担い手」の人材育成(行政及び民間)

(2) 重点課題

参考
資料集
参照

これまでの取組

第2次食育推進基本計画(平成23年度～27年度)に基づく取組として、家庭、学校等、地域において食育を推進

食をめぐる 状況の変化

- ①若い世代の食育の実践に関する改善、充実の必要性
- ②世帯構造の変化
- ③貧困の状況にある子供に対する支援の推進
- ④新たな成長戦略における「健康寿命の延伸」のテーマ化
- ⑤食品ロスの削減を目指した国民運動の開始
- ⑥「和食」のユネスコ無形文化遺産への登録決定
- ⑦市町村の食育推進計画作成率に関する課題

重点課題

<1>若い世代を中心とした食育の推進

➤若い世代自身が取り組む食育の推進、次世代に伝えつなげる食育の推進

<2>多様な暮らしに対応した食育の推進(新)

➤様々な家族の状況や生活の多様化に対応し、子供や高齢者を含む全ての国民が健全で充実した食生活を実現できるような食体験や共食の機会の提供

<3>健康寿命の延伸につながる食育の推進

➤健康づくりや生活習慣病の予防のための減塩等及びメタボリックシンドローム、肥満・やせ、低栄養の予防などの推進

<4>食の循環や環境を意識した食育の推進(新)

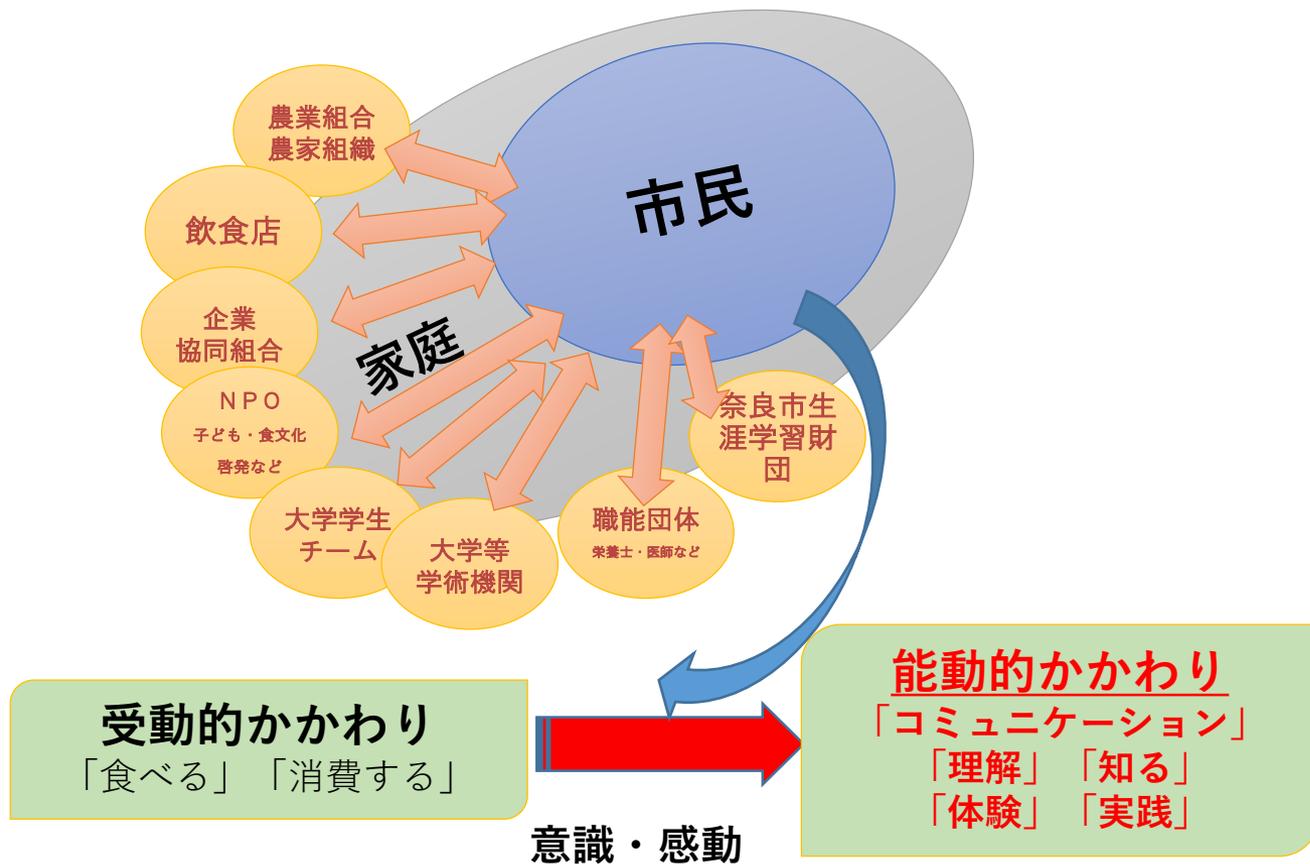
➤食の生産から消費までの食の循環の理解、食品ロスの削減等の推進

<5>食文化の継承に向けた食育の推進(新)

➤和食、郷土料理、伝統食材、食事の作法など伝統的な食文化への理解等の推進

取組の視点

- ①子供から高齢者まで、生涯を通じた取組を推進
- ②国、地方公共団体、教育関係者、農林漁業者、食品関連事業者、ボランティアなどが主体的かつ多様に連携・協働しながら取組を推進



豊かな食

あらたにつくりだしたい!

- ・ どう「生きるか」、いきいきと・健康的に
- ・ 奈良市に住むことの価値観・誇り
- ・ 心と体が健康に生きてゆけるまち

ご清聴ありがとうございました