

肥満解消プロジェクト

～こんなことをやってみました(特別支援学校編)

その1

実態把握編

平成 27 年度文部科学省委託事業「学校保健総合支援事業」として、岩手県では「特別支援学校における肥満指導検討会」を立ち上げ、県内の特別支援学校で個別指導を中心とした肥満指導の実践を行いました。そこで、「**肥満解消に効果あり!**」と報告された実践事例を紹介します。

ちょっと視点を変えて 保護者への意識調査

従来の「生活リズム調査」や「食事調査」の他に、保護者の肥満に対する意識や健康づくりにおけるニーズについて聞き取りをしてみました。この調査により、保護者の子どもの肥満に対する関心度や困り感など把握することができ、今後の指導に役立てることができました。

質問例

- ・お子様の健康な体づくりについて、家庭で話し合ったことはありますか？
- ・健康づくりに関して、家庭でお困りのことがあれば教えてください。
- ・健康づくりに関して学校から情報提供してほしいことがあれば教えてください。



肥満はいつから? どんなタイプ? 成長曲線の活用

曲線を描くことにより、太り始めた時期、肥満のタイプ、現在の状況を把握することができました。

成長曲線でわかること

肥満の分類

体質的肥満、単純性肥満、症候性肥満

肥満の判定

安定した肥満、減量中の肥満、進行中の肥満

