

令和8年度

あいづっこの 食の悩み・栄養相談

子どもの“食”の困りごと、一緒に考えます！



管理栄養士が、子どもたち一人ひとりの状況や、ご家庭・施設の悩みに寄り添い、健康なからだところを育むためのサポートを行います。



こんな相談に対応します

1 食事の栄養バランス



栄養バランスのとれた食事をサポートします。

2 やせ・肥満の心配



成長に合わせた適切な体重管理と一緒に考えます。

3 生活リズムと食べ方の工夫



朝食や生活リズムを整え、食べ方の工夫を提案します。

4 偏食・少食・過食



一人ひとりに合わせた食事の進め方をサポートします。

5 食物アレルギー対応の食事づくり



安心・安全に配慮した食事をご提案します。

6 日常の献立作りや調理方法



日々の献立や調理の工夫をお伝えします。

7 その他、食に関する悩み

上記以外の食に関するお悩みも、お気軽にご相談ください。



どんな小さなことでも、一人で悩まずご相談ください。

対象

会津若松市内の
・小学校 ・中学校 ・義務教育学校
・認定こども園 ・幼稚園 ・保育所
に通う児童・生徒・園児とその保護者



実施方法

施設での実施を基本とします。
内容に応じて、管理栄養士が対応します。



子どもたちの
健やかな成長を
食の面から
サポートします！

相談までの流れ

1 施設から健康増進課へ相談



相談したい内容をご連絡ください

2 日程・内容を調整



3 管理栄養士による栄養相談を実施

希望日の1か月前を目安にお申し込みください。



子どもたちの“食”に関する悩みはさまざまです。専門職と一緒に、子どもたちの健やかな成長を支えましょう！

申込み・問い合わせ先

会津若松市 健康増進課
☎ 0242-39-1282

(受付時間：平日8時30分～17時15分まで)



令和8年度あいづっこの食の悩み・栄養相談 実施要領

1 目的

児童・生徒とその保護者の相談窓口を拡充し、肥満や食物アレルギーなど多様な食の悩みに寄り添い、健康なからだところを作るために実施する。

2 対象及び周知方法

(1)対象

会津若松市立の小学校・中学校・義務教育学校・認定こども園・幼稚園・保育所に通う児・生徒とその保護者

(2)周知方法

各施設に文書または電子メールで通知

3 事業内容

(1) 申込み方法

栄養相談を希望する施設は、事前に健康増進課と協議し、「あいづっこの食の悩み・栄養相談依頼書」(別紙1)及び必要に応じ「あいづっこの食の悩み・栄養相談アセスメント用紙」(別紙2)を、実施希望日の1か月前を目安に健康増進課に送付する。

(2) 実施について

希望内容により、健康増進課が依頼する在宅栄養士及び健康増進課の管理栄養士が実施する。必要に応じて、「あいづっこの食の悩み・栄養相談アセスメント用紙(別紙2)」を活用する。

① 栄養相談

- ア 必要な栄養素の確保に関すること
- イ 栄養のバランスに関すること
- ウ 調理方法や食品に関すること
- エ 食生活習慣の改善に関すること(痩身、肥満)
- オ 食物アレルギーに関すること
- カ その他

② 栄養価計算(1食分程度)

(3) 実施報告

相談実施後、栄養相談等従事者は「あいづっこの食の悩み・栄養相談実施記録(個票)(別紙3-1)」を作成し、健康増進課に報告する。報告を受けた健康増進課事業担当者は、「あいづっこの食の悩み・栄養相談実施報告書(別紙3-2)」を作成し、課内に報告する。

4 実施場所

申し込み施設内での実施を基本とする。

5 予算経費

一般会計： 款 04 衛生費 項 01 保健衛生費 目 02 予防費 食育推進事業費
07 報償費 @6,300円×8日 = 50,400円



別紙1

あいづっこの食の悩み・栄養相談実施依頼書

依頼日		令和 年 月 日()
依頼者	団体等の名称	
	代表者氏名	
	担当者氏名 (連絡先電話番号)	氏名(役職名) (連絡先電話番号)
開催希望日時		令和 年 月 日() 午前・午後 時 分から 時 分まで
相談対象者		人(男性 人、女性 人) 年齢(月齢)・学年:
相談内容		(1) 栄養相談 ア 必要な栄養素の確保に関する事 イ 栄養のバランスに関する事 ウ 調理方法や食品に関する事 エ 食生活習慣の改善に関する事(痩身、肥満) オ 食物アレルギーに関する事 カ その他 具体的内容 (2) 栄養価計算(1食分程度) 目的:
会場		
受付月日		令和 年 月 日
派遣職員名		

健康増進課使用欄

このことについて、上記のとおり派遣してはいかがでしょうか。

課長	グループリーダー	主担当	副担当

あいづっこの食の悩み・栄養相談アセスメント用紙

○相談者の情報

記録者:

ふりがな 氏名	
性別	男 ・ 女
生年月日(学年)	年 月 日 (学年)
体格 (/ 測定)	身長 cm 体重 kg [肥満度 %]
家族構成	人(父・母・兄弟姉妹・祖父・祖母・その他)
主な調理者	
対象児の食事回数	1回(朝・昼・夕) ・ 2回(朝・昼・夕) ・ 3回 ・ 4回以上
起床時間	・ほぼ毎日同じ 時頃 ・平日 時頃 、 休日 時頃
食事時間	朝食 : ~ 約 分間 昼食 : ~ 約 分間 夕食 : ~ 約 分間
就寝時間	・ほぼ毎日同じ 時頃 ・平日 時頃 、 休日 時頃
アレルギー	なし ・ あり ()
好き嫌い	なし ・ あり ()
早食い	なし ・ あり ()
運動習慣	なし ・ あり (内容: 分)

◎食事の状況

主 食	<input type="checkbox"/> ごはん軽く1杯(100 g)くらい <input type="checkbox"/> ごはん1杯(150 g~200 g)くらい <input type="checkbox"/> 大盛やおかわりする <input type="checkbox"/> ラーメン+ライスなど一度に複数の主食を食べる
魚・肉・卵	<input type="checkbox"/> 魚>肉 <input type="checkbox"/> 魚<肉 <input type="checkbox"/> 魚=肉 <input type="checkbox"/> 卵は1日に1個以上食べる(個) <input type="checkbox"/> ウィンナー、ハム、練り製品など加工品を1日1回以上食べる
大豆製品	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> 毎日食べる
野 菜	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> 毎日食べる <input type="checkbox"/> 毎食食べる
果 物	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> 大体1日1回食べる <input type="checkbox"/> 1日に何度も食べる日が多い
乳製品 (牛乳、ヨーグルト、チーズ)	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> 大体1日1回食べる <input type="checkbox"/> 1日に何度も食べる日が多い [牛乳 ml/日]
菓子パン・調理パン	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> よく食べる
揚げ物や脂の多い肉 (バラ肉)	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> よく食べる
間食の菓子	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる(週__回) <input type="checkbox"/> よく食べる(週__回) ➔よく食べるもの： <input type="checkbox"/> 和菓子 <input type="checkbox"/> 洋菓子 <input type="checkbox"/> チョコレートやグミ・あめ等 <input type="checkbox"/> 果物 <input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> せんべい(揚げ・焼き) <input type="checkbox"/> アイスクリーム
食後のデザート	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる(週__回) <input type="checkbox"/> よく食べる(週__回) ➔よく食べるもの： <input type="checkbox"/> 和菓子 <input type="checkbox"/> 洋菓子 <input type="checkbox"/> チョコレートやグミ・あめ等 <input type="checkbox"/> 果物 <input type="checkbox"/> スナック菓子 <input type="checkbox"/> せんべい(揚げ・焼き) <input type="checkbox"/> アイスクリーム
外食・コンビニ	<input type="checkbox"/> ほとんど利用しない <input type="checkbox"/> 時々利用する <input type="checkbox"/> よく利用する(週__回) ➔よく利用するもの：
漬物・佃煮 塩蔵品・干物	<input type="checkbox"/> ほとんど食べない <input type="checkbox"/> 時々食べる <input type="checkbox"/> よく食べる
食事の味つけ	<input type="checkbox"/> 濃い味や甘辛い味が好きでよく食べる <input type="checkbox"/> マヨネーズ、ドレッシングをたっぷりかけるのが好き <input type="checkbox"/> しょうゆをよくかける
ジュース等の砂糖 を含んだ飲み物	<input type="checkbox"/> ほとんど飲まない <input type="checkbox"/> 時々飲む <input type="checkbox"/> 1日1回以上飲む(種類 、量 ml)