



# 2024학년도 영양상담 운영계획서

2024. 3.

한국기술부사관고등학교  
(<http://www.jinan.hs.kr>)

## 1. 영양상담실 운영

### 가. 목적

- 1) 저체중, 빈혈, 비만학생과 특이체질 및 식품알레르기 유병 학생 등을 대상으로 한 영양상담으로 올바른 식습관형성 등 평생 건강의 기틀 마련
- 2) 학교급식의 획일적인 운영방법을 탈피하여 영양상담실 운영으로 수요자 중심의 다양성을 제공하여 급식만족도 및 영양교사의 역할 제고

### 나. 운영 방향

- 1) 비만의 원인분석, 원인별 행태에 대한 관리, 개인별 실천 예방교육 등에 대하여 다양한 모델을 제공하여 실천하도록 함.
- 2) 체중감량에 초점을 맞추기 보다는 올바른 식습관 형성을 위한 지도·조언
- 3) 기타 비만 이외의 영양관리에 대한 상담 실시
- 4) 알레르기 유발 관련 상담과 교육을 실시하여 학생 스스로 식품 선택의 능력 배양

### 다. 운영내용

- 1) 대상자: 학생 및 교직원
- 2) 시기: 연중
- 3) 추진방법
  - 가) 학교 홈페이지에 영양상담실 이용 안내 탑재
  - 나) 직접면담 및 학교홈페이지, 전화를 이용한 상담 실시
  - 다) 3월 중 특이체질 및 식품알레르기 조사 실시(가정통신문 발송)
  - 라) 정기·비정기적인 상담 실시(체육담당교사, 보건교사와 협조)
  - 마) 운영기간: 2024. 4월 ~ 2024. 12월
  - 바) 상담시간: 월~목(15:00~16:00)

### 라. 기대효과

- 1) 급식활동을 통하여 편식교정과 올바른 식습관형성 등 평생건강의 기틀 마련
- 2) 건강지향적인 영양관리로 건강증진 및 자기 건강관리와 올바른 식사선택 능력 배양
- 3) 본인의 식습관에 대한 올바른 이해를 도모하여 가정과 연계된 식습관 개선
- 4) 학교급식에 대한 인지도를 향상시켜 학교급식에 대한 이해 증진
- 5) 알레르기 대상자를 관리하고 상담 및 교육을 통해 식품 알레르기로 인해 일어날 수 있는 사고를 미연에 방지

## 2. 영양상담방법

### 가. 사이버 영양상담

- 영양과 식품에 관하여 궁금한 사항을 학교홈페이지 -> 학교소식-> 식생활관 -> 영양상담실에 올리기

### 나. 개별 영양상담

- 1) 개별상담을 희망하는 경우 영양상담신청서를 출력 및 작성하여 영양상담실로 제출
- 2) 희망자에게 개별적으로 연락

※ 자세한 사항은 식생활관 ☎ 433-1670으로 문의하여 주시기 바랍니다.

다. 영양상담 신청서

영양상담신청서

학년, 반	번호	성명	연락처	영양상담내용	상담주기

\* 영양상담을 받는다면 어떤 부분의 상담을 원하십니까?

- ①영양과잉(비만, 폭식)    ②영양결핍(편식, 거식)    ③소아질환(소아당뇨, 고지혈증, 빈혈, 기타)    ④특이체질(아토피 등)    ⑤기타(            )

\* 상담을 할 경우 한 달에 몇 회가 적당하겠습니까?

- ①한 달에 한번    ②일주일에 한번    ③일주일에 두번    ④매일    ⑤기타(            )