

栄養士のしごと

保育施設における栄養士の仕事

保育施設における栄養士の仕事は施設により違いがありますが、保育園に勤務されている管理栄養士さんに保育施設における栄養士の仕事についてお聞きしました。

1. 1日の仕事の流れ

1日の仕事として、午前中は昼食調理業務の合間の10時に午前おやつを提供します。11時に離乳食の提供、昼食は11時30分頃から順次食事を保育士に渡して、保育士が園児に食事を配膳します。そのあと、園児と職員の方の昼食の片づけをして、休憩。午後はおやつ調理、配膳。さらに献立作成、発注業務などをします。

2. 仕事の内容

献立作成は食事摂取基準に基づき、園児の身長と体重を毎月計測して栄養の必要量を満たすように作成します。3歳未満児は、昼食とおやつで1日の栄養摂取必要量の50%、3歳以上児は昼食とおやつで45%を給与しています。

さらに、旬の食材を使用し、七夕や冬至など日本文化を取り入れた食事や、毎月のお誕生日会など、いつもより豪華な楽しい行事食を月に数回催しています。園児は「すごくおいしい!」「ありがとう、また作ってね!」と調理室まで伝えに来てくれます。家では苦手な野菜もみんなと一緒に給食ではよく食べてくれます。

アレルギー対応として事前面談、保護者との情報共有が大事で、職員全員で事故を防止するために協力体制を確保しています。

食育活動として、食べることに困んだ絵本を読み聞かせて食事につなげるなど、給食室だけでなく園全体で取り組んでいます。園庭で野菜を育てたり、さつまいもほりや、収穫したトマト、ナス、ズッキーニなどで夏野菜カレーを提供して喜ばれたりしています。きのこの栽培と収穫も園児に人気です。

保護者からの相談にお答えすることもあり、離乳食の進め方や食事の進み具合、小食、過食などの悩みにお答えすることが多く、園の献立レシピを提供することもあります。毎月えいようだよりを配信し、保育園での食事に関する情報や行事食の紹介なども行っています。

3. やりがい、園勤務の栄養士へのアドバイス

保育園での栄養士の仕事は多岐にわたり、責任を伴う仕事です。子どもが好きということは大事なことですが、それだけではなく危機管理意識を保持することが求められます。しかし、未来のある子どもに日々接し、食事の楽しさを知ってもらえる工夫を考えながら働くこ

とは何より楽しいです。最初は食べられなかった野菜が調理を工夫することで食べられるようになるなど、成長を感じられることがやりがいにつながります。

園勤務の栄養士へのアドバイスとしては直営式ですと栄養士の一人配属が多く、一人ですべてをこなしてゆかなければなりません。保育に関しての知識は職員全員が豊富にもっておられますが、栄養や食事のことは自分で勉強していく努力が必要です。日本保育保健協議会や栄養士会などに所属をして自分で積極的に研修会を受けるなど、知識を広げてゆくと良いと思います。

2022年12月 京都光華女子大学健康栄養学科 原正美