

栄養士

教育局
仙台工業高等学校
菊池 友紀子
岩手県陸前高田市出身
平成30年度採用



One day Schedule

- 11:00 出勤、事務(作業工程表・検収表などの作成)
- 12:00 調味料計量、在庫確認
- 13:15 職員打ち合わせ
- 13:20 事務(献立立案、発注書・おたよりなどの作成)
- 14:20 献立打ち合わせ
- 15:00 調理状況確認、味見
- 15:45 休憩(45分間)
- 16:30 配膳、喫食状況確認
- 17:20 事務(献立立案、発注書・おたよりなどの作成)
- 19:30 退勤

※出勤・退勤時間、休憩時間帯は配属先ごとに異なります。

主に、学校給食施設や保育所、区役所の保健福祉センター、市立病院に配属されています。学校給食施設や保育所では、献立作成や給食に使用する食材の発注・検収、在庫管理や衛生管理などのほか、食の大切さを子どもたちに伝える「食育」を実践しています。また、区役所の保健福祉センターでは、地域住民を対象とした栄養教室を開催するなど、健康増進や疾病予防に取り組んでいます。市立病院では、治療食の献立作成や患者への栄養指導を行います。

「食」を通じて市民の健康をサポート。

菊池さんが公務員の栄養士を目指そうと思った一番のきっかけは、管理栄養士の資格を取得するための臨地実習を通して、病気を予防し、健康を保持・増進する上での「食」の大切さを改めて感じたことでした。「公務員の栄養士は、学校給食施設や保育所、病院、保健福祉センターなどさまざまな職場で、食を通じて幅広い年代の市民の健康をサポートできる



ところがとても魅力的でした。現在は仙台工業高等学校で、定時制課程の生徒たちに給食を提供しています」。献立を作成する際は、栄養面はもちろん、季節の食材や仙台・宮城の伝



統野菜、郷土料理などを意識して取り入れるようにしているという菊池さん。「おいしいと言われてもらえたときや、残食が少なかったときはやっぱりうれしいですね」と、仕事に対する反応を感じられる機会が多くあることが日々のやりがいにつながっています。また、「食」や「栄養」の大切さを伝えていくことも栄養士の重要な役割の1つです。「給食センターに配属されていた頃は受配校を訪問して食育活動を行いました。夏休みを利用した親子料理教室を行ったこともあり、とても印象に残っています」。

栄養士は1名だけの配置の職場もあるため、ときに不安を感じることも。そこで菊池さんが大切にしているのが、他職種とのコミュニケーションです。「困ったときやトラブルがあったときに周りの職員にも相談できるよう、日頃から関係を築くことを意識しています。また、仙台市は研修制度が充実しているほか、栄養士同士がオンラインや対面で集まって情報交換をする機会が多くあります。このような部署や職種をまたいだつながりや支えがあるからこそ、安心して業務に集中できるのだと思います」。



Private

仙台はおいしい食べ物がたくさんあるので、友人と一緒に食事にでかけることが多いですね。新緑や紅葉、イルミネーションなど四季折々の景色を楽しむことができるので、街中を散策してリフレッシュすることもあります。