学 び の 窓

I 栄養実習記

保健所の栄養実習を顧りみて

短食二ノ一 秋 川 玲 子

5月21日から24日まで私達8人は、京都市下京区保健所で栄養実習を行つた。早朝、初夏の冷気を縫つて打ち水したアスファルトを歩む気分は、又格別であつた。平日より一足早く寮を出、五条大橋を西に渡つてしばらくの所に白亜の新築ビルがある。この三階の一室が、私達の栄養実習をする室である。

四日間の短期間ではあつたが、保健所の方々の懇切な御指導の下に、乳幼児栄養相談、保健食講習会、離乳食講習会、集団給食見学等、又その合間に栄養指導のあり方、資料作製の方法等、栄養士業務の一分野を見学実習する事が出来て、今後の私達の進路に大きな示針をもたらした。初めての实習で心楽しい四日間であつた。ここに一貫して感じた事を記してみたい。

保健所は、国民の保健体育並に衛生思想の普及発展を目的としている。この目的達成の一端として、栄養に関する改善指導と云う課題があるが此の重要な鍵を握っているのが栄養士である事は云うまでもない。その対象とする所は、地域社会人である故に頭のレベルの巾が広く、指導程度は小学六年から中学二年位でないと解つてもらえない。就中健康に係る指導要領等には医学用語も多く出てくるが、ノートするでもなく、聞きつ放しだから判らないまゝに忘れてしまう。プリントを配つても講習が終ると行方が知れぬ事の多いのが現状であり、主婦生活には、耳目からの知識注入は至つてむづかしい。結局、実物実習となつてくるが、ここに於ても種々問題がある。現在の中年層以上には、gr. c.c. は解らない人が多く、又相手は三度三度の食事を何十年か担当して来ただけに、いろんな点

で理論と実際とのギャップが大きい。そして之がこなせない儘にすぐ経済に頭が走り勝ちであるから、前もつてその地域の経済状態、生活環境等を調査し、その地域に即した調理献立の講習をしなくては講習会場は会食会につきて終り家庭への移入応用迄には程遠く、会の目的も半減される。要するに実行されてはじめて意味のあるものであるから、実行可能なものを選ばねばならぬ。

以上の様に実際面に当つては、種々の困難にぶつかるが、ある一日の實際を点描してみると、即ち、

「離乳食講習会」から、5月23日

前もつて会の計画、献立、プリント作製、講習材料購入手続、会場準備等を夫々分担して行つた。当日予定時間には受講者が50人集つた。衛生課長の挨拶で始り、今日の日程が話された。次いで「赤ちやん日記」の映画観覧。一生命が母胎内に生じてから無事出生し、離乳期を終る迄の日記映画であつた。これが母性の天職の概略をつかみ得た。そして愈々実習に入る。栄養士さんは監督・助教授の役で、講習の実際は私達がする。私達実習生は、白衣を着用し、三角布を頭に被り、お母さん方のために講習する。講習の間、私達は交代で、赤ちやんの子守り役になり、お母さん方の聴講能力を最大限にしようと努めた。お母さん方の真剣な目は、講師の手先に吸いつけられている。最後に試食をして、新しい確かな知識を得たお母さん方は、赤ちやんを受取り、いそいそと帰つていかれた。その後姿を見送りながら「元気に、順調に、成長してくれます様に」と祈ら

ないではおれない。またこの他、実習期間にはなかつたが、お買物センター、キッチンカー等、保健所の栄養士業務は広範である。

以上の様に、実際面に当つては、苦労は数限りないが、着々直接食生活の改善されていくのが目に見える点で喜びも大きい。苦労を経てのよろこび、これこそ真の喜びであり、栄養士としての生甲斐もここにあるのではなからうか。生命の源、家族の健康を担うお台所の責任者、主婦達の正しい衛生思想を普及発展させてこそ、国民の寿命も延長し、健康で明るい日本国建設の道も開かれるものである。まだ種々実習を残しているが、このわずかの期間に栄養士業務の重要性を再認識する事を得て栄養士としての道をまっしぐらに進みたい熱情に燃えている。

思うに、この仕事の実際面が欠くべからざる肝要なものであり乍ら、経済的理由から人が足りなかつたり、金に恵まれない所から、又新規の事業である処か

らか、割合に社会面に現われないものになつてしまう点が多いのは、残念に思う。栄養士は市民の衛生栄養教育の第一線に立つものであるから、その管轄区域の発展は、栄養士の双肩にあると云つても過言ではないと思う。市民の足が自ずと保健所に向くようになるには、栄養士自ら大いに研究し、既成の学問に安住せず、又おきまりの行事に終る事なく、常にたゆまぬ研究心を以て指導に当れば必ずその効あるものと思う。要するに私達栄養士となるものは、深く市民の生活に食い入つてその階層の指導に当つては、飽くまで自己犠牲を払う事は勿論、絶えず指針を支えて自ら焚きつけになつて先ず燃えてかゝつてから、相手を燃えさせた覚悟が欲求されるのではなからうか。

残る実習を真剣に学び、実際に役立つ栄養士として社会に第一歩を踏み出したいと願ひつゝ、精進の朝夕を送っている。

第一日赤病院栄養実習感想

短食二ノ一 浦 田 順 子

明日から病院実習だといふ晩は割烹着、ビニールの前かけ、三角布、検査証と多少胸をわくわくさせながら、これから一週間の病院実習という未経験なるものを早く経験して見たい欲望にかられながら、床についた。6月3日始めての日なので予定時刻より早目に寮を出て大体の時間をはかりこれからの目安にした。赤十字の旗がひるがえっている大きい建物がみえた。

さあ今日から一週間ここで実習生活だ、がんばらなくてはいけないと旗を見上げながら誓いもあらたかつた。私達は案内されて地下室の特別調理室の事務室で皆が来る迄待たされた。皆そろつた頃給食課長の黒川先生がお見えになり八名の検査証に目を通された後この実習の心得、病院の建立年時、入院患者数、給食人員数、一般調理と特調のちがい、又完全給食、完全寝具、完全看護、及び栄養士の仕事についてお話しがあつた後、私達8名は4名づつ一般調理と特調に別れ、

私は3日間一般調理をすることになり、まず給食課長さんと一諸に調理士さん、配膳婦さん等に挨拶して後エプロン姿もかいかいしく、まずいい渡された仕事やさや豌豆のすじむきだつた。案外簡単な様でも患者さんの料理であるのでみじんの筋も残してはいけなと思うのでついむつかしくなる。友達から注意されながら、やつとむき終つた時はつめが痛かつた。なにしろ400人分の量をむいてしまつたのだつた。

それにあきる事も知らないで、10時頃より配膳し給食車に運び1階、2階、3階と各々の患者さんに間違ひなく渡される配膳婦は相当お疲れだろうに真剣そのものだつた。患者さんにおいしく食べさせようとしていらつしやる気持が動作に現われて本当に美しいと思つた。

私達8名にも検食して下さいといわれ一般食と患者食をいただいた。寮食よりもはるかにおいしかつた。