

## 栄養士養成施設における校外実習について

本学の学生が校外実習で学んだこと

水野 早苗・横山 洋子・伊奈 陽子

愛知みずほ大学短期大学部

### 1. はじめに

栄養士免許を取得するための必修科目である給食管理（給食の運営）実習は、学内実習・校外実習を合わせて2単位以上と規定されている。これらの実習の教育目標は、「給食業務を行うために必要な、食事の計画や調理を含めた給食サービス提供に関する技術を修得する」とされている。

学内実習は学内の集団給食施設において行う実習で、教員の指導のもと、給食にかかる工程を学生の手で行いながら「給食の運営」の基礎を学ぶ。

校外実習は、病院、小学校、福祉施設などの特定給食施設で学生自ら給食業務に携わりながら、現場の栄養士の指導のもと栄養士業務の実際を学ぶ実習である。

いずれの実習も学生にとって栄養士の業務を経験する貴重な機会であり、特に校外実習では各給食施設で栄養士業務の現実に接し多くのことを学ぶことから、本実習をきっかけとして進路を決定する学生も少なくない。

そこで、本学の校外実習の現状と、校外実習での経験が学生の意識（栄養士という業務に対しての）に対してどのような影響を与えるかなどについてまとめた。

### 2. 実習施設の決定まで

- (1) 1回生後期に、校外実習の目的や実習内容について説明をした後、各学生に対して実習希望施設の調査を行う。
- (2) 学生の希望をもとに、学生の居住地、受講する集中講義の開講期間等を考慮し、各学生の実習施設および実習期間について案を作成する。なお、本学では校外実習による講義の欠席を少なくするために、なるべく夏期休業中に実習を行うように調整している。
- (3) 各実習班の班長を選定する。班長は教員から班員への連絡窓口、意見の取りまとめなどの役割をする。
- (4) 学校から各実習施設に依頼状を送付、施設からの承諾書を受領し、実習施設および実習期間が決定する。

### 3. 実習施設決定から実習開始まで

実習施設が決定してから、事前指導によって予習・準備等の指導をおこなう。それに従って、学生各自で実習に向けての準備を進める。

以下に、実習初日までの主な事前指導の内容と準備についてまとめた。

- (1) 事前指導として担当教員から実習の持ち物、服装などの注意事項、書類・実習ノートの書き方、課題が出された場合の取り組み方などについて説明を受ける。
- (2) 班ごとで、コミュニケーションづくりに重点を置きながら役割の分担や準備の計画立てなどをする。
- (3) 事前訪問について

実習生は実習の約1ヶ月前に実習施設を訪問する。

この事前訪問では、施設の指導担当者から実習中の注意点などの説明を聞いたり、施設見学などが行われる。また、この時に実習課題を課せられる。

- (4) 細菌検査について

校外実習は、定められた細菌（赤痢菌、サルモネラ菌、腸管出血性大腸菌 O-157）の検査結果が陰性者のみ受けることができる。

各自で実習1週間前の検体について検査機関で検査を受け、その結果（証明書）を実習初日に実習施設に提出することになっている。

- (5) 課題作成について

事前訪問で課せられた課題を期日（主に実習当日）までに完成させる。課題は個人に対する場合と班単位に課せられる場合がある。課題が献立作成や菓子作りなどの場合は、必ず試作をし、作り方のコツや要点を記し、製品の写真を添付する。

平成21年度の課題の例を以下に挙げる。

(病院)

- ・幼児またはシルバー食のおやつ作り
- (事業所給食)
- ・栄養指導のポスター作り
  - ・工場昼食献立作成（弁当箱形式）

※条件（一食あたり）

エネルギー900±50Kcal、タンパク質 25±3 g、  
脂肪 24±3 g、品数が 5 品以上あること  
単価：200±10 円（使用量、税込）

（ただし、米は無洗米 120 g / 33 円とする）

（小学校）

- ・低・中・高学年を対象にした給食指導の媒体作り
- ※一人 3 種の媒体を考える（給食指導 5～10 分）。

（高齢者福祉施設）

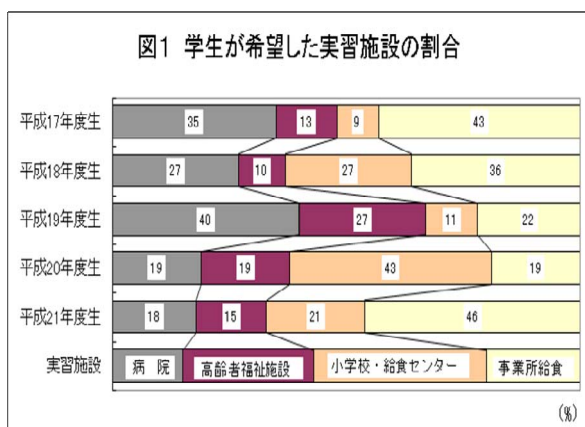
- ・「栄養ケア・マネジメント」について調べ理解する。
- ・高齢者が食べるお菓子作り

#### 4. 学生の希望実習施設

学生が希望した実習施設の割合と希望した理由についてまとめた。

(1) 希望施設の割合

過去 5 年間の調査結果を図 1 にまとめたが、施設別の希望者数には、明らかな年次変化や特徴は見られなかった。



(2) 校外実習先として希望した理由を、過去 2 年間（平成 19・20 年度生）に実施した学生へのアンケート結果から施設別にまとめた。

①病院

- ・将来病院の栄養士として働きたいから
- ・病気や病状にあった献立の立て方、食事の作り方を学びたいから
- ・授業で病人食について勉強して興味を持ったから
- ・大変そうだけどやりがいがありそうだから
- ・患者さんにおいしい食事を作ってあげたいと思ったから

②高齢者福祉施設

- ・施設で暮らす人にとって食事は生活の楽しみのひとつだと思うので、おいしくて栄養バランスの良いものを食べて楽しんでほしいと思ったから

- ・身体の不自由な祖母に料理を作ったとき、とても喜んでくれたので、おいしい料理で施設の方たちにも笑顔になってほしいと思ったから

- ・高齢化社会の現状を勉強したいと思ったから
- ・福祉施設の給食ではどんなことに気をつけているのかを実際に見てみたかったから

③小学校・給食センター

- ・小学生のころ給食が好きだったので、給食を作る現場を自分の目で見てみたかったから
- ・知人から仕事内容や衛生面の厳しさなどを聞き、実際に体験してみたいと思ったから
- ・学校給食の栄養士にあこがれていたから
- ・将来学校給食関係の仕事がしたいから
- ・栄養教諭の資格を目指しているため
- ・子供と触れ合いながら仕事がしたいと思ったから
- ・子供が大好きで、給食をたくさん食べてくれるのを見たいから

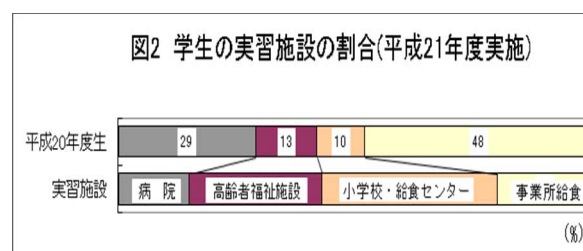
④事業所給食

- ・将来社員食堂で働きたいと思っているから
- ・仕事の合間に摂る食事は仕事の楽しみだろうと思い、社員食堂の風景にあこがれていたから
- ・産業給食の現場を見てみたいから
- ・生活習慣病やメタボリックシンドロームなどに対する栄養士の取り組み方を見たかったから

#### 5. 学生が実習で学び得たこと

平成 21 年度の実習施設を図 2 に示した。

実習の終了後に学生に実施したアンケートから、実習で学んだことやそれによる自分自身の意識の変化について施設別にまとめた。



(1) 実習によって学んだこと

①病院

- ・NST の具体的な活動内容
- ・病状に伴う食事制限について
- ・病状に応じて食事を用意する苦勞と責任
- ・栄養補助食品の利用法など
- ・調理場での徹底した衛生管理の重要性
- ・栄養士の仕事が大変忙しいということ
- ・栄養士には体力が必要だということ
- ・時間にゆとりをもって行動することの大切さ

- ・自分の仕事に責任を持つことの大切さ
- ・挨拶やコミュニケーションの大切さ
- ・厨房は騒がしいので、大きな声で話すことが大切

#### ②高齢者福祉施設

- ・利用者に対する思いやりの心（利用者の食欲が少しでも増すように、食材の切り方や盛り付け方を工夫）
- ・栄養士には利用者とのふれあいが大切ということ
- ・利用者の立場や気持ちを考え、理解し、行動することの大切さ

- ・福祉に関する知識（保険や法律についての）が必要

#### ③小学校・給食センター

- ・衛生・安全管理についての高い意識と確実な実行が重要だということ
- ・献立作成の成り立ち
- ・児童が給食を食べるときの問題点

#### ④事業所給食

- ・産業給食では利用者に低価格で満足できる食事を提供することが必要で、それがとても難しいということ
- ・食事提供のタイミングの大切さ（適温での提供）
- ・産業給食では時にはパフォーマンス（目前でのソースかけなど）も重要だということ
- ・利用者を待たせないスピードが大切
- ・笑顔での接客が大切
- ・失敗しても一生懸命考えると何らかの道は見つかるということ
- ・すべてのことに無駄遣いをしない工夫が必要
- ・臨機応変に対応しなくてはならない現場の大変さ
- ・厨房には多くの危険があり気を抜いてはいけない
- ・給食施設は、1本の毛髪混入によって信頼を失うことがあるので、衛生面では細部まで注意することが重要
- ・包丁の使い方一つで大きな怪我につながり、その結果作業効率が低下するということ

- ・自分の健康管理の大切さ
- ・栄養士には体力が必要
- ・いつも周りの人に支えられているということ
- ・調理師とのチームワークの大切さ

(2) 現場の栄養士と接して“栄養士に一番必要なこと”は何だと感じたか

#### ①病院

- ・集中力
- ・積極性
- ・やさしさと思いやりの心
- ・臨機応変に対応する能力
- ・冷静沈着に行動できること
- ・間違いをきちんと正せる心の強さ
- ・食品の栄養価や食べ合わせ等を総括的に考え、患者さん個々に対して必要な食事を考えられる知識と経験
- ・病気、衛生、栄養などの知識

#### ②福祉施設

- ・利用者が話しかけやすい明るい雰囲気
- ・利用者への思いやりの心
- ・栄養についての知識
- ・福祉に関する制度や法律についての知識

#### ③学校

- ・コミュニケーション能力
- ・強い精神力と大らかさ
- ・指導力（授業）
- ・どんな児童に対しても公平であること
- ・児童の発達段階における特徴の把握
- ・アレルギーについての知識
- ・授業をするための幅広い知識と話術

#### ④事業所給食

- ・明るく社交性があること
- ・強い精神力
- ・想像力と柔軟性
- ・周りをみて、的確な指示を出せること
- ・栄養や食品のことはもちろん、スタッフのことも把握しておくこと
- ・コミュニケーション能力が大切
- ・優しく穏やかで、気さくな人柄
- ・冷静に全体を把握し、状況に応じて臨機応変に対応できる柔軟性
- ・利用者や従業員の気持ちを考えられる広い心
- ・人の話をしっかり聞いて、人から信頼される人間性
- ・失敗してもへこまない強さ（忍耐力）
- ・人に教わることができる、余裕のある心
- ・従業員の人間関係や変化を見抜く目
- ・栄養や食品、調理に関する幅広い知識と経験
- ・経済に関する知識
- ・工場全体を知っていること
- ・衛生管理の知識

(3) 校外実習に行く前と行った後で、自分の気持ちの中で変化したこと（栄養士という仕事についての認識、自分の将来についてなど）。

#### ①病院

- ・中途半端な気持ちでは栄養士になれないから、強い気持ちでがんばりたいと思った。
- ・厨房全体を見ながら仕事ができるような栄養士になりたいと思った。
- ・現場の栄養士さんから色々な話を聞いて、勇気がわいて将来頑張って管理栄養士になりたいと思った。

#### ②高齢者福祉施設

- ・調理員や利用者とのコミュニケーションが大切だと思った。
- ・人と話すのが苦手だったが、実習で相手の顔を見て話すことの大切さを学び、努力して少しずつできるよ

うになった。

### ③学校

- ・将来は学校給食に係わっていきたく改めて思った。
- ・徹底した衛生管理に驚いたが、食中毒などの問題から時代や社会に適した対応が必要なのだと理解できた。
- ・10分ほど授業をただけだが、緊張して思ったようにできず、『人に教える』というのは大変な仕事だとわかった。

### ④事業所給食

- ・栄養士は想像以上に調理場での仕事が多いと知った。
- ・栄養士は、調理場の従業員と管理職との間に入ってまとめるなど人間関係の面でも大変な仕事だと思った。
- ・栄養士はとてもやりがいのある仕事だと思い、より一層栄養士になりたいと思った。
- ・栄養士、調理員いずれの仕事でもいいから調理場で働きたいと思った。
- ・実習先の食堂はカフェテリア方式で多くの献立を立てる必要があり、栄養士はレパートリーを多く持っていなければいけないので大変だと思った。
- ・自分は栄養士で就職が内定しているが、自分に栄養士が務まるか不安に思った。
- ・栄養士の仕事がよくわかった。
- ・栄養士の仕事は、調理師さんの補助や休みの人の穴埋めなど体力のいる仕事も多いことがわかった。
- ・栄養士が大変な仕事だということは分かっていたが、これほどとは思わなかった。
- ・栄養士は臨機応変に動かなくてはいけないと思った。

## 6. 実習施設側から学生への評価

実習施設の指導担当者からの本学実習生に対する評価を、巡視の際の評価、文書による評価をもとに過去2年間について簡単にまとめた。

- ・事前に課した課題に関して、一生懸命に取り組んだ様子が見える。
- ・大変元気がいい。
- ・自分の仕事が終わると、次にやるべき仕事を聞いてくるなど積極的である。
- ・事業所給食の社員食堂において、接客態度が明るくて大変いい。
- ・実習中にたくさんの質問をして、まじめに取り組んでいる様子だ。
- ・実習ノートに、指導担当栄養士が説明したことがすべてきちんとまとめられていて感心した。
- ・託児所や緩和ケア病棟での実習にも、臨機応変に対応しているのを見て感心した。
- ・挨拶や言葉づかい、服装など礼儀正しい

など、多くの施設で実習の取り組み方や挨拶、社会人としてのマナーについて高い評価を頂いた。

その一方、

- ・実習で何が学びたいのか、実習の目的がはっきりしていない。
- ・包丁の使い方の基礎ができていない。
- ・食事のマナーが悪い学生がいた。
- ・病院実習に臨むときは、病気についての基礎知識や食事制限が必要な理由などについて、もっと予習をして理解してきてほしい。
- ・衛生面での不注意（つい食品を素手で触ってしまった、帽子から髪の毛が出ていた、つい帽子を被らないで厨房に入ってしまったなど）が目についた。などの指摘もあった。

全体として、実習に対してしっかりとした目的を持って予習や準備を整えて臨んだ学生は、実習で得たものも多く施設側からの評価も高い。また、アルバイト（特に接客や厨房）の経験がある学生はコミュニケーション能力、積極性、要領のよさなどで、いずれの施設でも高い評価を受ける傾向があった。

## 7. おわりに

この調査によって学生が校外実習で多くのことを学んだということがわかった。

例えば、食品・栄養の知識、安全・衛生への意識、厨房でのコミュニケーション能力などはいずれの施設の栄養士にも求められるが、病院栄養士には病気や治療に関する高い専門性、高齢者福祉施設の栄養士には利用者に対する温かい心、小学校・給食センターの栄養士には指導力、事業所給食の栄養士には運営能力や接客能力が要求されるということがわかったようである。また、栄養士の業務が多岐にわたっており、予想以上に大変であることを知って不安に思う学生がいる反面、やりがいを感じて管理栄養士取得の意識が高まった学生もいるようである。

以上のように、校外実習は学生にとって栄養士の業務を体験できる貴重な実習である。そして学生の多くが校外実習で現場の栄養士と接し、また、栄養士の業務を体験することで様々な影響を受けてくるようである。このような意味からも、校外実習が単なる単位修得や思い出作りを目的とするものではなく、学生の将来にとって有意義な実習になるように、一人ひとりがしっかりとした目的意識を持って臨んで欲しいと考えている。