

保育園の栄養士

保育園の栄養士は、献立作成や調理だけでなく、食育を通じてこどもの成長発達をサポートします。こどもたちの笑顔と成長を間近で感じることができるやりがいのあるお仕事です。

- 調理室の衛生管理
- 調理員の衛生指導
- 調理室の施設管理



衛生

栄養



- 調乳
- 喫食確認
- 園児の体調の把握
- クッキング(食育)



- 献立作成
- 食材発注業務
- 調理業務依頼書の作成
- 備品などの購入
- えいようだより
- 給食日誌



- 調理・離乳食指導



個別対応

- 展示給食の管理
- 家庭配付用の献立作成
- 保護者支援
- 地域支援



家庭配付

- アレルギー対応児、医療的ケア児、宗教食などの献立作成・提供
- 保護者面談

あんしんのフォロー体制

●訪問・出張研修

職場のOJTだけでなく、専門職のOJTはチームでサポートします。

●打ち合わせ会

給食・栄養における情報共有や衛生管理、食育活動の充実を図ります。

●調理・衛生講習会

給食献立に関する実習を通して作業・仕上がりの確認をしたり、食品衛生監視員による食品衛生に関する講習を行ったりします。

●業務マニュアルの共有

業務内容を明確にしており、必要なマニュアル、資料などが整備されています。



©大田区

仕事のやりがい

こどもたちの反応をすぐ近くで感じることができ、嬉しく思います。「今日の給食おいしかった！」と言ってくれたり、食育を楽しんでくれたりする姿を見ることが、日々の仕事のやりがいにつながっています。

栄養士として大切にしていること

どんな食育をすればこどもたちに食の楽しさを知ってもらえるのかを考えています。自分の考えだけでなく、周りの先生方からの視点も取り入れながら、よりよい食の環境づくりを大切にしています。

転職してよかったこと

職場は明るく、相談しやすい雰囲気、慣れない仕事は周りの先生方がいつもサポートしてくれます。また、業務マニュアルが整っているため、転職したばかりでも安心して仕事に取り組みます。

インタビュー & とある1日のスケジュール

- 08:30 ●出勤
●当日の献立・個別対応食の確認
●調乳
- 09:30 ●連絡帳チェック
●離乳食指導・確認
- 10:00 ●離乳食喫食状況・摂食量の把握
- 10:30 ●昼食の調理作業の確認
- 11:00 ●昼食の喫食状況・摂食量の把握
●事務処理
- 12:00 ●昼休み

- 13:00 ●調乳
●離乳食指導・確認
- 14:00 ●離乳食喫食状況・摂食量の把握
●おやつ調理・作業の確認
- 15:00 ●おやつ喫食状況・摂食量の把握
●実施献立の反省
●翌日の献立・作業の打ち合わせ
- 16:00 ●事務整理
- 17:15 ●退勤

保育園の勤務は
4週に1回程度
土曜の出勤があります



©大田区

随時行うもの

- 保護者への対応・支援
- 園児への栄養指導(アレルギー対応児の対応)
- 納入業者への指導
- 各クラスの出席人数の連絡
- 離乳食の打ち合わせ

保健所の栄養士

妊娠期から高齢期まで
あらゆる世代の人に

食や栄養に関する講座や教室を通じて、普及啓発を行う「集団指導」と、生活状況を把握し、個々に寄り添った食生活の助言を行う「個別指導」の両方があります。これらにより、区民の健康づくりの一端を担っています。



仕事の魅力



©大田区

さまざまな分野の仕事に
チャレンジできる

個人への啓発や支援のほかにも、特定給食施設指導、食環境整備事業など多岐にわたる業務があります。

また、保健所業務のほか、乳幼児健康診査、離乳食教室など地域住民に密着した総合的な保健サービスも行っているため、仕事内容が多様です。

チームワークと協力

先輩栄養士はもちろん、多職種で連携して業務を進め、チーム全体で問題解決を図る体制があります。多職種と関わることで、栄養以外の知識も深まり、広い視野を持つことができます。

おもな仕事内容



母子保健

- 栄養相談
(妊娠期、離乳食など)
- 乳幼児健康診査
(4か月、1歳6か月、3歳)
- 出産準備教室
- 離乳食教室
- 出張健康教育
(児童館・子育てサークル)

成人保健

- 栄養相談
(生活習慣病、低栄養など)
- 大人の食育講座
- 出張健康教育
- 栄養講座
(災害時の調理など)
- 訪問栄養指導

そのほか

- 国民健康・栄養調査
- 特定給食施設指導
- 食環境整備
- 食品表示指導
- 人材育成
- 災害対策

研修体制が充実！

● 新任職員研修

新人栄養士には、保健所の業務についての基本的な理解を深めるためのオリエンテーションやOJTのサポート体制があります。

● 専門研修

栄養学や疾病予防、健康増進の最新の情報に関する研修を受講し、業務に生かします。

● 実務研修

実際の業務の中で、地域の健康教育活動や栄養相談など経験を積みながら、問題解決能力やコミュニケーションスキルが磨かれます。

区の栄養士になってよかったこと

栄養教育から食環境整備まで、仕事の幅が広く、妊娠期から高齢期まで、さまざまな世代の方と関わることができて、それぞれの場面でやりがいを感じます。

乳幼児の偏食や食ベムなどの相談を受けた際は、保護者から温かいお言葉をいただけたときに、微力ながら子育てのサポートができたと感じます。

ほかにも、集団に向けての啓発や、給食施設や飲食店に向けての情報提供など区全体の栄養について考えるような仕事もあります。

これからやってみたいこと

さまざまな業務を経験する中で、各世代の栄養課題や地域の特性について理解を深め、地域で身近な栄養士を目指したいです。

また、ほかの職種とも連携しながら、時代に即した新しい取組にも挑戦していきたいです。

働いてみて感じたこと

困ったときや悩んだときは、先輩栄養士にいつでも相談でき、明るい雰囲気職場です。

また、他の専門職や事務職の方も母子保健や行政に必要な知識を親切に教えてくださるため、スキルアップをしながら業務に励むことができます。



インタビュー & とある1日のスケジュール

08:30 ●出勤

09:00 ●育児学級 準備

- ・講義媒体の準備
- ・調理実演および試食の準備

10:00 ●育児学級 開始

- ・離乳食についての講義



- ・調理実演および試食



11:30 ●育児学級 終了

- ・個別相談
- ・片づけ

12:00 ●昼休み

13:00 ●4か月児健康診査

- ・集団指導
(離乳食開始の目安や進め方)
- ・個別相談

16:00 ●4か月児健康診査 終了

- ・片づけ
- ・事務作業

16:30 ●栄養相談の電話対応

●給食施設の電話指導

17:15 ●退勤