

保健所実習に思う

短食二の一 足立博美

妊産婦、あるいはかわいいベビーをつれたお母様、心配そうな顔、この上もない嬉しそうな顔……保健所実習で私達はこの人々と共に得る面が非常に多かつた。はきはきした声で指導あるいは助言していらつしやる栄養士さんは自分のある限りの力を人々のためにささげ、その中から喜びを見出し毎日毎日を精一杯励んでいらつしやる。栄養士の卵として好奇心を持つて保健所の門をくぐつたその時から実社会の栄養士たるに必要なあらゆる事を認識するために学ぶと共に一般民衆からはインスタント栄養士になりかわつたのである。保健所の仕事は非常に広範囲であり“生まれる前から墓場まで”私達はお世話になつているのである。故に栄養士の仕事も非常に多種多様である。この仕事を上手にやりさばいていかれる栄養士さんの影には今までの根気強い努力と苦勞が力強く根ざっている。

保健所の栄養教育は“健康な生活を送る為”という事を主眼としており、もちろん病人食事の相談もするが健康な人がより一層健康になるためにあらゆる手段を構じている。乳児クリニックの栄養指導、その日は元気なベビー達で保健所の中もパツと明るくなつた様である。乳児の発育状態にあわせて栄養指導殊に離乳食に重点がおかれ、材料、調理、方法、分量、手段等親切に指導、助言なさる栄養士さん、ベビーを抱きながら真剣に聞かれるお母様、こゝで私達も指導する立場となり指導の難しさを知つた。その他妊産婦指導、美味しい家庭料理、円満な家庭を築くために一般婦人の調理講習会、又美養指導車即ちキッチンカーを厚生省で借り度々保健所に出て来られない農村地帯に出かけていく、又栄養士のいない集団給食施設を指導、又工場病院等に従事している栄養士に対しても月一度栄養指導を行う、以上の如く栄養士の仕事は多く難しく責任も重い。又それだけにはりあも湧いて来るのであろう。私の学んだ保健所で以上の仕事の他にライトハウスという盲人の為の建物があるがそこに於て盲婦人に調理講習会を開いておられる。これには多くの難問がある。忙がしい身でありながらこの人々の為努力なさる栄養士さんの善意に頭の下がる気持であつた。

私達現在栄養士たるに必要な教養を身につける為に講義を受けているのである……と

云つても残りわずかしかない。種を荒野にまいたのはいい実はない。いい畑を作るために私達は学校に行つて学んでいるのであるから、今の義務はまず真剣に学ぶ事である。そして卒業後、栄養士の種をまき、その後も人々の為に励み立派な実を実のらせる様絶えず努力するのが私達が行うべき、又義務づけられた道ではなからうか。お互いに励まし合い、有意義に時を過しましょう！。

工場実習を終えて

短食二の二 村上 宋

工場に於る集団給食は、会社の主旨によりその形態は異つており、友達の話聞いても千差万別であつた。

工場実習でまず感じたことは、工場に於る集団給食は、人件費や光熱費が会社負担で材料の実費が食べる人の負担という形態が多いようで、値段よりずっと豪華なものであつた。年齢差が相当あり、又地方から来ている人も多く、嗜好面の差もあるらしかつたが、案外残飯が少く、やはり現場に働くということによるエネルギー消費は大きいのであろう。労働の後の食事がおいしく何でも食べてしまうということは偏食を矯正する一つの良い方法であるが、やはり労働力を盛んにし作業能率を高めることが、工場給食の最も重要な目的の一つであるからには栄養的な面も十分考慮されなければならないはずである。私の従事した実習場では大体一食800カロリーであるとのことであつたが、白飯が多い割に副食量が少なく熱量は満たしていても食糧構成の上からは不十分ではなからうかと思われた。

しかし中には御飯だけと麺類を食べる若い人もいたりして満腹感を覚える為に食べると考えている人も多いのではないかと思われ、栄養的に満足した献立を立てることも大切であるが食べてくれなければ何にもならないのであつて、食欲をそゝるものとする事と同時に栄養教育の重要性を痛感した。

次に、これはどこの実習場に行つても感ずることであるが、学校の理論と実際では相当差があるということである。

だが学校で学んだことは実際に役立つというのでは間違つていると思う。理論と実際の違う所はそのやり方である。理論では栄養的な面を十分考えた理想的な調理法を学ぶが実際は手間と費用の関係で理論通りにはいかない。しかし理論的なものがしつかりしておれば