

H18 年度短期大学部栄養学科給食管理学外実習報告

短期大学部・栄養学科

実習先 : NECライベックス玉川事業所

実習期間 : 2月5日～2月16日

実習内容

1 日目	朝礼。ヘルシーランチ、和定食盛りつけ・販売（ステーキ・キャベツの盛りつけ）。食堂案内。運営内容の説明。課題（メニューリスト）
2 日目	ヘルシーランチ、和定食盛りつけ（刺身盛りつけ）・販売（味噌汁）仕込み（野菜の切りこみ）
3 日目	カフェテリアでの盛りつけ（サラダ・オムライス）。食器の洗浄。課（肉・魚料理の献立作成）
4 日目	仕込み（野菜・肉切りこみ）。食器洗浄。仕込み（弁当用料理詰め）
5 日目	カフェテリアでの盛りつけ（大根おろし・煮物）・販売（ロースカツ・すき焼き）課題（栄養メモの作成）
6 日目	カフェテリアでの盛りつけ（大根おろし・ちくわの磯辺揚げ）・販売（豚肉炒め・まぐろのハラミ照り焼き）。仕込み（野菜の切りこみ）
7 日目	回転釜を使った調理（クラムチャウダー・スクランブルエッグ・野菜炒め）。食器洗浄
8 日目	回転釜を使った調理（焼肉・カレー煮込み）。食器洗浄
9 日目	和定食盛りつけ（ポテトサラダ）・販売（けんちん汁）。実習報告書作成。反省会。
課題	①メニューリストの作成（和・洋・中の肉・魚を使った揚げ物・煮物・焼き物・炒め物・サラダ）②献立作成（豚肉を使った主菜・魚を使った主菜・郷土料理）盛りつけ図付き③栄養メモの作成（貧血・郷土料理）

実習効果 :

この実習中に、仕込み・釜補助・盛りつけ・販売・洗浄すべての経験をした事によって、集団給食の流れが分った。仕込みでは、均等な大きさに、素早く切る事が出来るようになった。盛りつけでは、盛りつけ量にとっても苦労した。均等に盛りつけることは、予想以上に難しかったが、慣れてくるにつれて、均等に盛りつけられるようになった。販売は最終日は初日にくらべ大きな声を出しながら笑顔で対応できるようになった。洗浄について言えば、まだまだ、食器が流れてくるスピードについていけなかったが、食器洗浄のシステムは理解できた。最終的に、仕込みから、洗浄までの流れを理解する事ができたと思う。

職員の人たちの動きを見ながら、自分が何をすべきなのか考えて行動が出来たと思う。また、分からないことがあった時も、進んで聞く事が出来た。しかし、あまりの忙しさに、うろたえてしまう時もあった。後半になるにつれて仕事内容が分ってきたため、てきぱきと動く事ができるようになった。

他の班員の人と、昼休みや、実習終了後に、情報交換をしたり、その日注意された事などの意見交換も進んで行った。

初日、盛りつけをする事で、いっぱいいっぱいになってしまっていて、あまり声を出す事が出来なかった。また、職員の人にも注意をされてしまった。しかし、日を増すにつれて、「いらっしやいませ」「ありがとうございました」だけでなく、「～は、いかがですか？」

とか、これ何？などと聞かれた時にも、しっかり答えられるようになっていった。盛りつけの事で精一杯になっていた自分も少しずつ余裕がもてるようになっていった。最終的には、楽しみながら、販売をする事が出来た。

感想：

自己課題にしていた、①集団給食の流れを理解する。②受動的ではなく、積極的に取り組む。③販売の時には、元気に、気持ちの良い応対を。この3つの目標に関していえば、初日には、守れなかったことも最終日までには、達成することが出来たと思う。2週間を通して、仕込み・釜・販売・洗浄などの様々な経験をし、集団給食に対する理解が深まった。初日には、とても大変で、辛かった作業も、慣れてくるにつれて、楽しむ余裕まで出てきた。つまり、販売・盛りつけ・洗浄・仕込み、どれにおいても、経験と慣れが必要だと感じた。

また、2週間分の料理を見て、料理の色どりや、量、カロリー、値段など集団給食で利用する料理についても理解が深まった。他にも、野菜を仕入れする時にプレカット野菜を導入するなどの工夫をしている事も分った。

学内実習でも、販売の時に、「今日の主菜は～です。」などと声を出しながら、盛りつけを行った方が良かったと思った。そうすれば、学外実習初日から、もう少し声が出せたかもしれない。学内実習での失敗が、今回生かされた事もあり、あの時の失敗は失敗ではなかったと思えた。これは、味噌汁の盛りつけである。

午後の栄養士業務（課題）では、メニューリストの作成・献立（肉料理・魚料理・郷土料理）作成・栄養メモの作成を行った。学内実習で学んだ事を生かし、積極的に調べながら取り組めた。特に、郷土料理の献立作成と、栄養メモ作成においては、とても興味があったため熱心に取り組めた。

栄養事務実習・調理作業実習を通して、昼食の食堂・厨房の様子は理解できたが、夜の食堂の様子も1度見てみたかった。あとは、御飯を炊く事や、フライヤーなどの器機を使った調理にも挑戦してみたかった。集団給食での栄養士の仕事を見て、やはり、栄養士が調理員の上に立って、指導をしているのが感じ取れた。また、栄養士も、きちんと調理作業にも、販売作業にも加わっていた。そのような栄養士さんを見て、私も将来、栄養士業務だけではなく、調理もしっかり出来て、販売のときには、笑顔で対応出来る、そんな栄養士になりたいと思った。



写真

デスクワークの様子