

## 給食サービス会社の管理栄養士の仕事

エームサービス株式会社 吉武 佳代

### 1. スポーツ栄養との出会い

私は小学5年から新体操を始め、高校の進路を決める時も迷わず小学校から練習に通っていた高校を受験しました。しかし、上下関係の厳しさや自分の技術に限界を感じ、新体操は高校まででやめることを決意。これからの人生を改めて考えたときに、料理が好きだったことや、新体操をやっていた時に自己流で行ってきた食事調整についてもっと詳しく勉強したいと考え、栄養士を目指すことにしました。大学の講義の中でも運動生理学に興味を持ち、卒業研究も選択しましたが、実際の就職活動ではスポーツ栄養の求人はなかったため、保育園に就職。5年間の調理経験を積んだ後、より栄養士の知識を伸ばしたいと考え給食委託会社へ転職しました。そこでは、栄養士のいない現場の献立作成をはじめ、イベントの考案、新規事業所の獲得や立ち上げなど様々な業務を行いました。この様な多くの経験と、やはりスポーツ栄養の仕事につきたいという強い気持ちがあったからこそ、今の業務にたどり着けたと思っています。

### 2. 仕事内容

#### 1) 食事管理(メニュー調整、視察、報告など)

給食委託会社という、食事提供のイメージが強いですが、現在行っている業務は野球チームの栄養管理業務のみです。

チームは月に半分程度は遠征に出ており、選手は3チーム及びリハビリに分かれて行動しています。そのため、3チームそれぞれの遠征先ホテルや球場食、若手選手が生活している寮(他業者が食事提供)など選手が食事をする各施設から事前にメニューを取り寄せ、状況にあったメニュー構成の確認や調整、選手の要望を組み込んでいただくなどの作業を行っています。また、現場を視察して提供内容や衛生面などに問題ないかなどの確認を行っています。

#### 2) 栄養教育(栄養セミナー、個別相談、媒体作成、栄養レター配布など)

入寮時1回、寮生2回/年、奥様2回/年の栄養セミナーを実施しています。奥様セミナーでは、献立作成や試食、料理講習なども組み込みながら、楽しんで参加していただける雰囲気づくりを心掛けています。また、現場にも頻りに顔を出し、選手の食べている様子を視察しながら、個別の声掛けやアドバイスなどを行っています。

#### 3) 社内栄養士リーダー(九州地区)を通じ、後輩の栄養サポート業務のフォローや指導を行っています。

### 3. やりがい

この仕事をやっていて一番うれしいことは、入寮時から関わってきた若手選手の活躍や、今まで何度言っても行動変容の見られなかった選手に変化が感じられたときです。食意識の低い選手ほど、言われるのを嫌う傾向にありますが、そのような選手が自ら野菜を選択したり、質問をしてきたりすると今までやってきたことが無駄ではなかったとうれしくなります。

### 4. まとめ

スポーツ栄養士という仕事は、コミュニケーション能力、その場の雰囲気を読んで行動する力など様々な能力、及び様々な分野の知識が求められます。初めは力不足を痛感し、参考書を読んだり、休日に九州から関東や関西で開催されるスポーツ栄養講習会に参加したりと勉強の毎日でした。現在も勉強の日々ではありますが、この仕事も7年目に入ったことや、公認スポーツ栄養士の資格も取得できたことで、少しずつ、自信を持って選手へ指導できるようになりました。今後も選手と共に更に成長していけるよう、勉強と経験を重ねていきたいと思えます。

吉武 佳代 (よしたけ かよ)

エームサービス株式会社 九州事業部

昭和50年生まれ 福岡県出身

管理栄養士、公認スポーツ栄養士 中村学園大学 食物栄養学科卒業後、保育園栄養士勤務、他社給食委託会社を経て現職