

雄勝中央病院  
 栄養科 主任 管理栄養士  
 ×  
 佐々木 英乃さん  
 ささき 英乃 (35歳)



総合病院栄養科の管理職として活躍  
 0歳と5歳の男児の子育て真っ最中

## 一人でもたくましく 生きなれば!

### これまでの Story

幼い頃から母より「知識はなくしたり盗まれたりしないから、知識を身につけて生涯続けられる仕事を持ちなさい」と言われて育ちました。「一人でもたくましく生きていかなければ!」という思いを抱き、知識を生かせる医療系の仕事に憧れて病院の管理栄養士になりました。

現在は育休中ですが管理栄養士4人、調理スタッフ17人で入院患者さんの栄養管理や給食提供を行う栄養科の主任を務めています。

## チャンスやひらめきを大事に実行する

### 仕事に対する考え方やモチベーション

栄養管理で患者さんが元気になり、感謝の言葉や手紙をいただくのが嬉しいです。患者さんに喜んでいただくために病院の給食は常に工夫を重ねています。三関のセリを使ったドレッシングや栗駒高原の牛乳など地元の食材を取り入れたメニューを提供するほか、誕生日カードに手書きのイラストを入れたりしています。また、湯沢の伝統文化にも何か貢献できればと趣味で8年ほど絵どうろうを描いていますが、これをカードにして

給食に添えるのが好評で、患者さんやご家族の方に喜んでもらっています。

仕事に対する考え方としては、諸先輩方がこれまで築かれてきたことを尊重しながら、チャンスやひらめきを大事にして、物おしせず実行するようにしています。例えば、今回の取材もせっかくのご縁、チャレンジしてみよう!と思いお引き受けしました。巡ってきたご縁を大事にしながら、さまざまなことにトライして自分の想いを表現していきたいです。



カードにした絵どうろうで給食に気持ちを添えて

## 具体的に伝えることを意識

### キャリア形成に役立ったスキル

管理栄養士として成長するために、いくつか資格を取得しました。受験にあたり遠方での研修に出席したり、県外の学会に出席しなければならなかったため大変でしたが、周りに助けられながら取得することができました。

私の決断に対して家族の協力が必要なときは、率直に思いを伝えることを意識しています。察してもらうことを期待するのではなく、具体的に伝えることで理解し協力してもらっています。結果的にそのスキルがキャリア形成に生かされていると思います。



転勤に伴い通勤時間が2時間短縮したのを機に始めた絵どうろう制作  
 たまたま市の広報で絵どうろう制作講座を発見したのがきっかけ



### 現在の仕事の悩み

育休復帰後、子どもの病気や園の行事が増えるので、仕事と家庭のバランスが取れるかが心配です。

あと、仕事ではやりがいを感じる一方、仕事内容が多岐にわたるため帰宅後も悩んでいることが多いです。また、さまざまな相談に乗っているとときには受け止めきれなくなってしまうこともあります。

そんなときは、栄養科チームのみんなに助けられています。調理員の方には年上の方も多いので教わることが多いですし、私を盛り立ててくれているのをすごく感じます。みんなとても仲が良く自慢のチームです。チームプレーが重要な職場だからこそ、みんなが少しでも働きやすい環境を整えていきたいと思っています。



## お互いさまで助け合いながら

### プライベートと仕事の両立

近くに母が住んでいるので、いざというときは子どもを預かってもらえる環境にはあります。それでも、子どもが病気のときは急に仕事を休まなければいけませんし、出張で家を空けることもあるので家族に負担をかけていますが、仕事も家庭も助け合いながらやっています。

また、何かに挑戦したいときは、簡単に「あきらめる」ことを選ぶのではなく、趣味を仕事へ、仕事で培ったスキルを家庭へ、お互いを生かしあって、人生がより豊かになるように工夫して楽しく生きていきたいなと思っています。



「こどもの日」につくった鯉のぼりのいなり寿司

### はなのさんの応援団

子育てをしながら絵どうろうの制作に取り組んだり、季節ごとに趣向を凝らして部屋の装飾を替えたり、旬の食材を生かした創作料理を作ったりと、その行動力にいつも感心しています。

子育ては大変なこともありますが、息子の好きなキャラクターのお菓子を作るなど子どもと一緒にいるんなことにチャレンジする様子は、共に成長していくことを楽しんでいるように見えます。

これからも笑顔でいるんなことにチャレンジできるよう応援したいと思います。



夫の雅典さんと長男の雅希くん

### profile

- 23歳 大曲厚生医療センターに管理栄養士として就職
- 27歳 雄勝中央病院に転勤
- 28歳 結婚
- 30歳 第一子出産(11ヶ月育休取得)
- 31歳 栄養科主任に昇進
- 34歳 第二子出産(育児休業中)