

무럭무럭 자라는 강릉시 **영양나무**

2015년 제 4호 소식지



Contents

1	강릉시 센터를 소개해요	1) 센터장 인사말	3
		2) 강릉시 센터 가족들	4
		3) 강릉시 어린이 수호천사들	6
		4) 우리 센터가 최고예요!	7
		5) 강릉시 센터 - 언론보도	9
2	강릉시 센터와 함께해요	1) 급식소를 찾아가는 산타영양사	10
		2) 어린이와 함께하는 튼튼교실	14
		3) 조리원과 함께하는 건강교실	16
		4) 원장 및 교사와 함께하는 웰빙교실	17
		5) 학부모와 함께하는 요리교실	18
		6) 보는재미! 크는재미! 식단 놀이터	20
3	강릉시 센터의 이모저모	1) 지역사회와 손에 손잡고	21
		2) 특별한 화제의 프로그램	
		- English cooking class	22
		- Jenny 선생님과 함께하는 영어영양 방문교육	23
		- 마마쉐프에게 배우는 어린이쿠킹클래스	24
		- 어린이 동심으로 채워가는 인형극	25
		- 제 3회 어린이녹색사생대회 & 브로콜리 요리체험	26
		3) 이렇게 새로워졌어요	
		- 착한 마일리지제도	29
		- 직원 역량 강화 프로그램	30
- 센터 직원간의 화합을 위한 생일파티	37		
4	강릉시 센터와 함께하는 어린이급식소	센터 등록 회원 현황 및 명단	38
5	강릉시 센터 이용백서	홈페이지 이용백서, 웹매거진(솔향지) 이용백서	39



“ ♪ 준비 됐나요? ♪ ”

소식지 배달 갑~니다~~♪ ♪



안녕하세요~!

강릉시 어린이급식관리지원센터 센터장 김은경입니다.

본 센터장을 맡으면서 우리 귀여운 어린 친구들의 언어를 배우게 된 것이 제게는 큰 소득입니다. 왜냐하면 그 순간만큼은 저도 동심으로 돌아가 각종 업무와 그로 인한 스트레스를 잊을 수 있기 때문입니다.

본 센터가 2012년 강원도 내 최초의 어린이급식관리지원센터로서 개소 이후 강릉시 어린이급식소 어린이, 교사, 조리원 및 원장님들과 함께한지 어느덧 4년째가 되어, 이번에 4호 소식지를 발간하게 되었습니다. 그동안 1호, 2호, 3호 소식지를 준비하면서 담고 싶은 추억들이 너무나 많아서 지면의 분량이 제한됨이 항상 아쉬웠습니다. 특별히 이번 4호 소식지는 그러한 아쉬움이 더욱 컸기에 저 뿐만 아니라 우리 센터 예쁜이 영양사 선생님들도 고민을 아주아주 많이 하였답니다.

지난 3호 소식지 발간(2014년 6월)후 약 1년간 저희 센터는 역동적인 순간들을 많이 맛 보았답니다. 2014년에는 우수센터로, 2015년에는 강원도 거점센터로 그리고 ‘어린이식생활안전지수 우수지자체’로 강릉시가 선정되기까지 ~ 그리고 2단계가 시작되는 2015년부터는 사업규모 증액으로 본 센터에서 총 10명의 영양사 선생님들이 함께 일하게 되었습니다.

하지만 가장 뿌듯한 보람 있는 순간은 본 센터가 새롭게 시작한 다양한 프로그램에 센터 회원 시설에서 적극 참여해주시고 성원하여 주셨을 때의 감격이랍니다. 예를 들어, 집합교육에 전문강사를 초빙하여 교육의 질을 높이거나 Jenny 선생님과 함께하는 영어영양 방문교육을 시작하고, 관련 기관(농촌진흥청 양채류 사업단, 생활과학교실 등)과의 공동프로그램 개발 및 각종 지역사회 연계 프로그램(어울림 한마당, 벚꽃축제, 어린이날 행사 등) 기획 등 모두가 저희에게는 새로운 도전이었지만 여러 회원분들의 성원으로 그 모두가 저희에게 기쁨과 성취감이란 선물을 선사하였습니다.

본 센터의 오늘이 있기까지 물심양면으로 적극 지원하여 주신 강릉시, 특별히 강릉시 보건소와 강릉원주대학교 산학협력단 여러분, 그리고 본 센터의 가족이 되어주신 회원 시설 여러분께 가슴 속 저 깊은 곳에서의 진심 어린 감사의 마음을 전합니다.

마지막으로 ‘창의적인 프로그램으로 고객의 마음을 사로잡으라!’고 외치는 센터장과 함께 하며 불철주야 땀방울 흘린 우리 센터 영양사 선생님들에게 “화이팅” 구호와 함께 사랑을 전합니다.

2015. 10

강릉시어린이급식관리지원센터 김 은 경 드림



강릉시 센터 가족들

원장님의 인사말



강릉시 유치원 연합회
회장 황재봉

먼저 강릉시 어린이급식관리지원센터의 4호 소식지 발간을 진심으로 축하드립니다. 초대 장미라 센터장님에 이어서 2대 김은경 교수님께서 센터장님을 맡으신 이후 강원도를 대표하는 어린이급식관리지원센터로 발전하고 있습니다. 이제 대상 시설의 80%가 센터에 지원을 받고 있으며, 강릉 지역 대부분의 영·유아들이 영양을 고루 갖춘 식단과 지속적인 위생관리를 통한 급식을 지원받고 있습니다.

이것은 짧게 보면 0세부터 만 5세까지의 영·유아에 대한 건강관리가 되겠지만, 조금 멀리 보면 그들의 성장으로 인하여 강릉시민에 대한 건강관리가 될 것입니다.

요즘은 식단의 지나친 서구화로 인하여 청소년의 건강이 사회문제화 되고 있는 현실을 볼 때, 국민의 건강을 책임지고 있는 『보건복지부』와 『식품의약품안전처』가 해야 할 국민건강을 위한 미래지향적 사업이 바로 어린이급식관리지원센터의 지원을 통한 『국민의 기초건강관리』라는 생각이 듭니다.

센터에서는 근래에 급식시설에 대한 지원 사업 뿐 아니라 지역사회 행사에도 적극 참여하여 학부모들과의 유대감을 강화하고 있어서 이 또한 시민 건강을 위해 바람직한 일이라 생각합니다. 앞으로도 센터의 무궁한 발전을 기원드리며, 김은경 교수님을 비롯한 센터관계자 모든 분들께 감사드립니다.

원장님의 인사말



강릉시 어린이집 연합회
가정분과 회장 전미혜

안녕하세요. 해피아이 어린이집 원장 전미혜입니다. 저희 원은 0세와 1세로 구성된 영아전담 가정어린이집입니다. 모든 것이 생애 처음인 영아들에게 좋은 것을 보고, 듣고, 만지고, 느끼고, 맛보게 돕는 것이 의미가 있는 참 사랑일 것입니다.

그 중에서 영아기의 균형 잡힌 이유식, 간식, 그리고 식사에 관심이 많아 제철 친환경 제품을 이용하고 있지만 조리법에 있어서 고민이 많았습니다. 어떻게 하면 우리 영아들이 다양한 음식을 잘 먹도록 조리할 수 있을까 고민하던 때에 강릉시어린이급식관리지원센터를 만났습니다.

이곳을 통해 균형 잡힌 식단과 영양을 살리면서 다양한 맛을 제공할 수 있는 조리법과 레시피를 알게 되어 감사했습니다. 특별히 방문 컨설팅의 도움으로 미흡했던 부분에 대한 물품 지원과 관리를 통한 체계적인 조리실을 운영할 수 있게 되어 감사합니다. 또 원에서 진행된 학부모와 함께하는 참여수업에서는 편식의 이유와 아이들이 채소를 잘 먹도록 도와주는 요리 실습이 진행되어 학부모님께 실질적인 도움을 드릴 수 있었습니다. 참여와 소통을 바탕으로 항상 먼저 다가와서 도움을 주시는 강릉시어린이급식관리지원센터에 감사의 마음을 전합니다.

조리원님의 한마디

강릉시 센터의 영양사님이 주기적으로 방문하여 매번 새로운 교육주제와 교육자료를 통해 위생부터 영양까지 교육을 해주십니다.

소홀할 수 있는 부분까지 잡아주셔서 많은 도움을 받고 있습니다.

앞으로도 열심히 지도해 주세요^^



예뜨랑 어린이집



사천진리 어린이집

어린이집에서 13년 간 근무하면서 급식소에서 위생이 얼마나 중요한지 알고 있었지만 어떻게 관리해야 하는지는 항상 어려웠습니다. 하지만 강릉시 센터에서 제공하는 교육과 위생순회방문을 통해서 많이 배우고 있습니다.

앞으로도 강릉시 센터와 함께 위생적인 조리환경을 마련하기 위해 노력하겠습니다.

학부모님의 한마디

아이가 커가면서 바른 먹거리에 대해 관심이 많아지던 차나, 매월 어린이집에서 오는 식단을 보게 되었습니다. 우선 영양사가 작성한 식단에 믿음을 가질 수 있었고, 열량과 단백질의 함량이 적혀 있어 우리 아이가 올바르게 먹고 있는지 알 수 있어서 좋았습니다.

앞으로도 강릉시 센터가 어린이들의 건강을 선도하는 센터로 나아가길 바랍니다.



이화 어린이집



3 강릉시 어린이 수호천사들



아이들의 밝은 미래를 위해 항상 노력하는 강릉시 센터가 되겠습니다.

♥ **센터장 김은경 교수님**
열정꽃을 싹틔우는 열정나무



♥ **강현주 총괄팀장**
센터의 유일한 유부녀 품절녀

♥ **김정임 영양·위생팀장**
사랑스러운 소녀감성 러블리

♥ **권은지 팀원**
볼수록 매력 넘치는 볼매



♥ **김명선 팀원**
레몬에이드처럼 툭툭 튀는 상큼이



센터장과 10명의 영양사 선생님들이 가꾸는 희망 어린이 나무

♥ **황혜진 팀원**
반전매력의 소유자 인터스텔라



♥ **최연정 팀원**
유쾌한 잉글리쉬 티쳐 Jenny



♥ **최효진 팀원**
언제나 미소짓는 스마일



♥ **전예진 팀원**
젊음으로 승부한다 최강동안



♥ **최수지 팀원**
활력을 불어 넣어주는 비타민



♥ **주문정 팀원**
무한한 긍정 파워 YES! 걸



업무 협약

강릉시 어린이급식관리지원센터
재위탁 협약식(2014년)

① 강릉원주대 산학협력단과 강릉시 보건소와의
2단계 재위탁 협약 체결

② 강릉시 어린이집 및 지역아동센터 간담회,
2014년 우수 어린이집 시상식

- 위생 우수시설 시상
 - 최우수상(강릉아산병원어린이집),
우수상(킨더스쿨어린이집), 장려상(해맑은어린이집)
- 영양 우수시설 시상
 - 최우수상(보람어린이집),
우수상(꿈나무어린이집), 장려상(예뜨랑어린이집)
- 집합교육 참여 우수시설 시상
 - 최우수상(하누리어린이집)

농촌진흥청 양채류 산학연협력단
(강릉원주대학교)-
강릉시 어린이급식관리지원센터와
MOU 체결(2015년)

- ▶어린이 편식개선
:조리실습 및 영양교육
- ▶식단활용
:양채류를 이용한
메뉴개발

수상

강릉시 어린이급식관리지원센터,
2014년 우수센터 선정

- ▶2014년 어린이급식관리지원센터 평가결과
우수기관으로 선정됨

2015년 제 14회 식품안전의 날
권은지 영양사, 식약처장 표창 수상

- ▶영양·위생팀 권은지 팀원은 어린이 급식소의 안
전관리 구축을 통해 어린이 식생활 안전에 크게
이바지 한 바 표창을 수상

4

우리 센터가 최고예요!

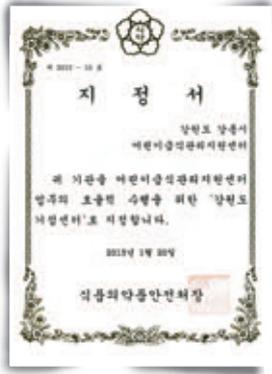
2015년 강원도 거점센터 선정

거점센터 역할

리더 지역 센터 간 업무 효율화 및 표준화

멘토 지역 센터 상향 표준화 및 신규 센터 업무 지원

컨택 포인트 식약처 및 지자체와 지역 센터 간의 교류 역할



벤치마킹 프로그램



강릉시 센터와 공유해요

- 주최: 식품의약품안전처 식생활안전과, 강릉시 어린이급식관리지원센터

- 내용: 어린이급식관리지원센터 가이드라인 및 예산 집행 지침 설명, 본 센터 사업성과 발표 및 교구 전시회
- 참석자: 식생활안전과, 시·도 및 13개 어린이급식관리지원센터 담당자

멘토링 사업

강릉시 센터에게 배워요

- 대상: 신규 센터 및 멘토링 신청 센터
- 내용:
 - 1) 개소식 준비
 - 2) 사업설명회 및 운영위원회 개최
 - 3) 사업계획서 및 문서 작성법
 - 4) 순회방문 및 영양교육 등 자료 제공



충주시 어린이급식관리지원센터의 방문

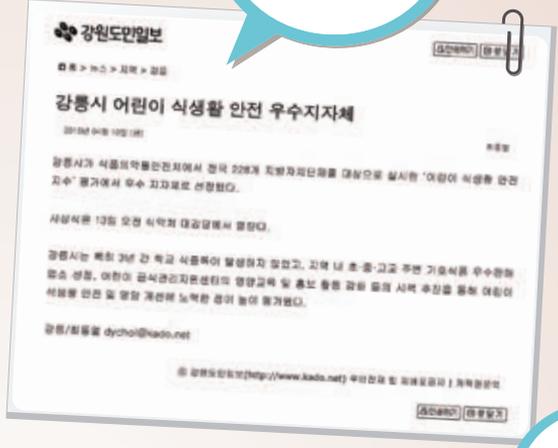


강원도 1억 규모 센터의 방문

2단계 재위탁 기념
"루돌프와 산타클로스"
무료 인형극 개최



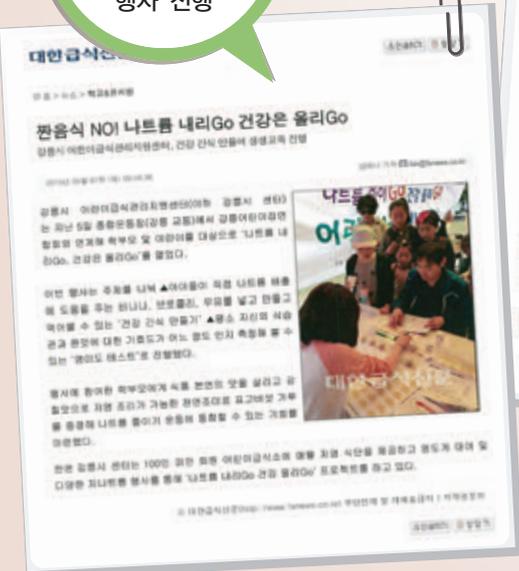
강릉시
어린이 식생활 안전
우수지자체 선정



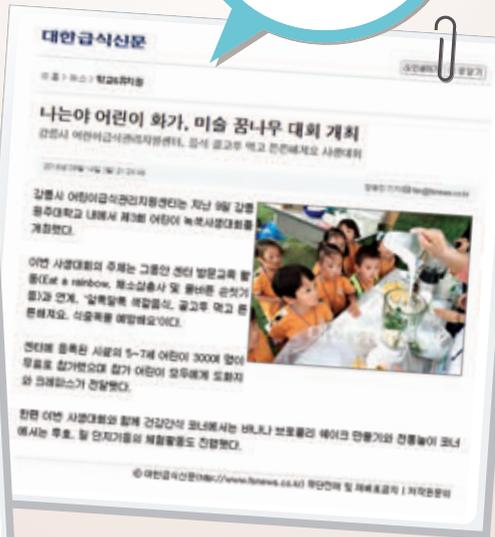
강원도
거점센터 선정



어린이날 맞이
"나트름 내리Go,
건강은 올리Go"
행사 진행



제 3회
어린이녹색사생대회 &
브로콜리 요리체험



강릉시
나트름 저감화
사업 추진





급식소를 찾아가는 산타영양사



1. 위생·안전순회방문



① 위생·안전체크 리스트를 기준으로 순회방문 실시

- 시설·환경 위생
- 개인 위생
- 원료 사용
- 공정 관리
- 보관 관리 등



② 결과보고서 작성

- 잘된점 및 개선점을 사진과 함께 기재하여 보다 쉽게 이해할 수 있도록 작성
- 이전 방문과 비교하여 개선된 점 피드백

02 강릉시 센터와 함께해요

1) 급식소 위생관리 이렇게 해요

개인 위생 관리



| 위생모 착용

| 위생마스크 착용

| 위생 앞치마
전처리용, 조리용,
청소용, 배식용

| 위생복 착용
사복과 구분되는
위생복

| 올바른 손씻기,
악세사리 미착용

사천진리어린이집



시설 등 환경



식기류 및 기구를 소독할 수 있는 자외선 또는 전기살균 소독기, 열탕세척소독 시설이 설치되어 있는지 관리

보존식 관리



식중독 발생 시 원인 분석에 필요한 보존식은 당일 제공된 모든 음식을 전용 용기에 담아 -18℃ 이하에서 144시간이상 보관하도록 관리

식재료 관리



식재료 검수 시 제조일자 또는 유통기한과 원산지를 기록하여 위생적으로 관리

원산지 표시 관리



어린이 급식소에서 제공하는 식품 중 원산지 표시가 필요한 식재료는 원산지 표시판에 기입하도록 지도 및 관리



2) 위생지원물품



보존식 용기

위생사고 발생 시 원인 규명에 필요한 보존식을 보관할 수 있는 전용 용기와 기록표 지원



채소수

가열조리 하지 않고 생으로 제공하는 채소, 과일의 경우 염소 소독 후 제공할 수 있도록 염소 소독액 제공



칼, 도마 set

조리 시 교차오염을 예방하기 위해 칼과 도마 set를 제공하여 용도별로 구분하여 사용하도록 함



하절기 위생복

하절기에 적합한 조리 환경을 마련하기 위해 땀 흡수 및 통풍이 잘되는 위생복 지원



냉장·냉동고 온도계

냉장·냉동고의 적정온도를 유지 및 관리 할 수 있도록 온도계와 기록표 제공

02
강릉시 센터와 함께해요

3) 어린이 급식소의 위생·안전관리 회차별 평균 적합률

위생·안전관리 향상

집단급식소(50~99인)

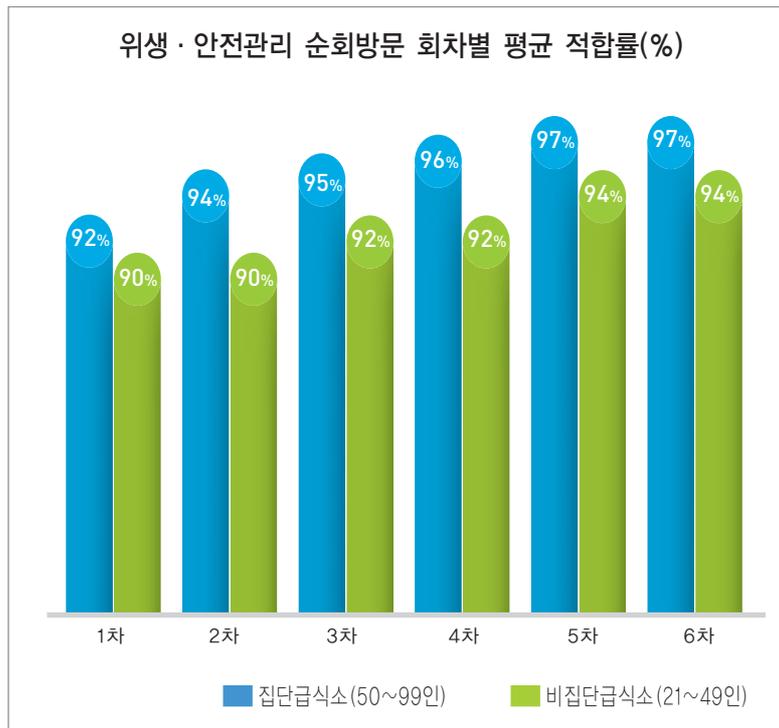
92% → 97%로 위생·안전관리 적합률 5%향상

비집단급식소(21~49인)

90% → 94%로 위생·안전관리 적합률 4%향상



위생·안전관리 순회방문 회차별 평균 적합률(%)

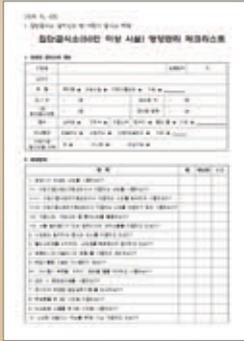




급식소를 찾아가는 산타영양사



2. 영양순회방문



① 영양체크리스트를 기준으로 순회방문 실시

- 식단 관리
- 조리 관리
- 배식 관리
- 국 염도 관리 등



② 결과보고서 작성

- 잘된점 및 개선점을 사진과 함께 기재하여 보다 쉽게 이해할 수 있도록 작성
- 이전 방문과 비교하여 개선된 점 피드백

02 강릉시 센터와 함께해요

1) 어린이 영양관리 이렇게 해요

배식관리



식단표와 일치하는 급식과 간식 제공 여부, 영유아의 연령에 따라 적정 배식량 제공 여부
(사진: 만 2세)

조리관리



천연조미료 사용 권장, 튀김기름 재사용 여부 확인

국 염도 관리



염도계를 이용하여 국 염도 측정
* 적정 염도 : 0.6%이하

2) 영양 컨설팅 지원

영유아 1인 1회 적정 배식량 교육



꽃망울어린이집
소아비만 예방, 편식 개선 및 올바른 식습관 형성을 위해 본 센터에서는 영유아의 성장 발달에 맞춘 연령별 적정 배식량을 교육

식탁생균수 3단계 비교 측정



어린이집 영양순회 시 배식용 식탁의 생균수를 1단계 (행주로 닦은 후 측정) -> 2단계 (알코올 소독제 사용 후 측정) -> 3단계 (식탁보 사용 후 측정)로 직접 측정하여 단계별로 생균수 수치가 줄어드는 것을 확인한 후 배식용 식탁의 위생관리 방법을 교육

3월의 크리스마스

18종 이상의 급식물품 set와 특별선물 제공

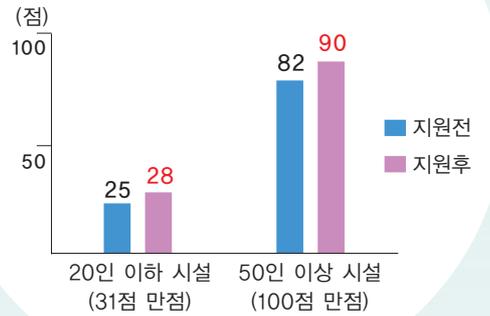
물품제공 list

- 색상 칼 4종 set
- 색상 도마 4종 set
- 위생복
- 위생모
- 비닐 앞치마 3종 set
- 면 앞치마 3종 set
- 위생 마스크
- 배식도구 set
- 원산지표시판
- 크린콜
- 손톱솔
- 핸드워시
- 냉장·냉동 온도계
- 탐침 온도계
- 페달식 쓰레기통
- 음식물 쓰레기통
- 보존식 용기
- 스크래퍼

특별선물
택 1종

1. 배식망트 set
2. 후라이팬&멀티팬 set

물품 지원에 따른 위생·안전관리 순회 방문 점수 비교



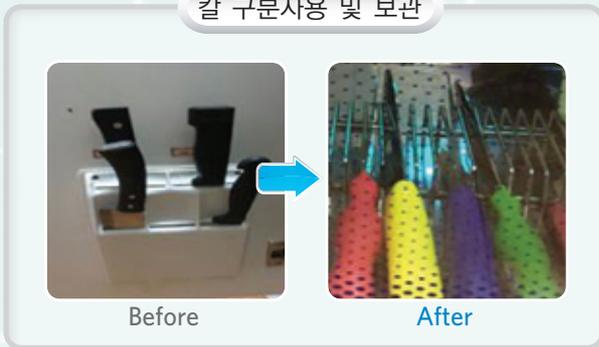
개인위생



폐기물용기 사용



칼 구분사용 및 보관



배식관리



※이벤트 기간: 2015년 1월 2일~ 3월 13일에 가입한 관내 어린이 급식소



어린이와 함께하는 튼튼교실 / 어린이방문교육(상반기)

채소삼총사



꽃망울어린이집

연령 만1~2세

교육 내용 패스트푸드왕국으로부터 채소나라를 지키는 채소삼총사의 이야기!
어린이들이 즐겁게 받아들일 수 있도록 동영상 시청과 색칠공부도 함께하는 편식 예방교육

개발 교구



- ▶ 대형 펠트북 제작
- ▶ 직원 더빙 참여

02 강릉시 센터와 함께해요

시청각 채소모래놀이



해맑은 어린이집



연령 만1~2세

교육 내용 채소가 그려진 레인보우 벨을 눌러보며 채소의 종류를 알아보고, 어떤 모양인지 키네틱 모래에 채소도장을 찍어보자!
신나는 시각/청각/촉각 발달 교육

개발 교구



- ▶ 채소 모양 도장 제작



- ▶ 레인보우 벨

찌릿찌릿 전기안전



미키어린이집

연령 만3~5세

교육 내용 전기가 무엇이며 실생활에서 전기로 움직이는 물건에 대해 알아보자!
전기의 위험성을 배우고 틀린 그림찾기 활동을 통해 어린이가 직접 잘못된 전기 사용법을 찾는 전기안전교육

개발 교구



- ▶ 자석 탈부착식 교구 제작



어린이와 함께하는 튼튼교실/어린이방문교육(하반기)

식품낙시터



예뜨랑어린이집

엄마뚱어린이집

연령 만3~5세

교육 내용 식품 속 숨은 설탕에 대해 알아보고, 단 음식을 많이 섭취하면 어떻게 되는지 알아 보자!
어린이가 직접 식품낙시터에서 설탕이 적은 음식을 낙시하는 재밌는 당 줄이기 교육

개발 교구



▶ 식품 낙시터 제작

뿌리채소를 알아보아요



아이월드어린이집

연령 만3~5세

교육 내용 뿌리채소의 종류와 재배방식에 대해 알아보고, 골고루 섭취했을 때 우리 몸에 좋은 점을 알아보자!
뿌리채소를 사고, 파는 시장놀이와 색칠공부를 통한 편식예방교육

개발 교구



▶ 과일, 잎채소, 열매채소, 뿌리채소 텃밭제작

소중히 생각해요 우리 쌀



킨더스쿨어린이집



꿈꾸미어린이집

연령 만1~5세

교육 내용 쌀이 생산되는 과정과 쌀을 이용한 음식에 대해 알아보자!
쌀을 만져보며 질감을 느껴보고 활동지 "I ♥ 쌀"에 쌀을 붙여 나만의 작품 완성!
쌀을 소중히 여기는 영양교육

개발 교구



▶ "I ♥ 쌀" 활동지 제작

1. 조리원 방문교육



2. 조리원 집합교육

1) 저염깍두기 만들기



아이들의 **싱겁게 먹는 식습관** 형성을 위해 저염 깍두기 만들기 조리 실습 및 교육

2) 토마토를 활용한 레시피 '토마토두부조림, 토마토비빔밥'

'토마토'를 이용한 조리실습 및 **토마토의 좋은점 및 활용도를 높이는 방법**에 대해 교육



3) 콜레스테롤! 넌 누구냐 '저지방 스테이크, 버섯불고기 카나페, 견과류두부샐러드'

혈중 콜레스테롤의 수치를 낮출 수 있는 방안과 식품에 대한 교육 및 실습



안전보건공단과 함께하는 "근골격계 질환 예방교육"



강릉시 센터와 함께하는 영양교육



최혜선 요리 전문강사와 함께하는 조리실습

웰빙간식만들기(집합교육)

주제| 브로콜리, 아스파라거스를 이용한 간식



원장님 함께해요

어린이의 올바른 식습관 형성에 영향을 미치는 원장님을 대상으로 집합교육 진행

브로콜리 수제치즈



조리 실습

요리 전문 강사가 진행하였고, 어린이의 선호도가 낮은 채소에 우유를 이용하여 어린이가 좋아하는 치즈와 파스타로 만드는 조리실습을 진행

브로콜리 & 아스파라거스 떠먹는파스타



영양교육

원장님들의 교육 참여도 및 만족도가 높았으며, 어린이의 올바른 간식 섭취에 관한 영양교육과 영양만점 간식 레시피 제공

천연화장품만들기(집합교육)

주제| 천연 수분 에센스, 천연 미스트 만들기



1대25, 나는 위생왕

실습 전, 어린이 급식소에서 지켜져야 할 위생 준수사항을 간단한 퀴즈로 진행하였고, 정답자에겐 천연조미료세트를 증정

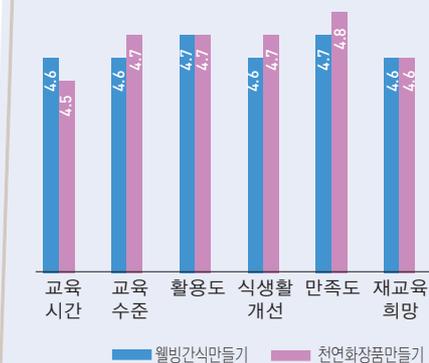


내가 만드는 천연화장품

- 전문강사가 천연재료에 대해 교육 진행
- 흥미로운 주제 선정으로 원장 및 교사의 만족도와 활용도가 높았음



원장 및 교사 집합교육 만족도 조사



5점 척도
5:매우그렇다 / 4:그렇다 / 3:보통이다 / 2:아니다 / 1:매우아니다



학부모와 함께하는 요리교실

02 강릉시 센터와 함께해요



조리시연



조리실습



품평회



밥상위에 싱그러운 봄을 초대하다



마마셰프선정



주제 | 싱그러운 봄철 밥상

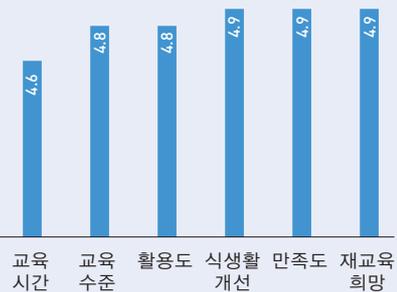
2015.03.18~04.15(매주 수요일) 12시 30분~15시, 총 5회 진행

회차	주제	내용
1	자연 밥상	버섯밥&달래양념장, 통큰 닭갈비구이, 봄나물전
2	저염이 대세	저염간장&저염고추장, 조개죽, 미나리 청포묵무침
3	마마셰프를 위한 우리 아이 건강 간식	시판바나나우유와 진짜바나나우유 비교실험, 수제치즈, 수제 생딸기잼, 새싹 직접키우기
4	저지방 부위 고기 요리	닭가슴살 두부선, 소고기편채, 수제소세지
5	부부를 위한 봄 밥상	주꾸미볶음, 우엉잡채, 직접키운 새싹 요리

학부모 쿠킹클래스 차별화

- 전문 요리 강사 초빙
- 아동 요리 강사 '마마셰프' 양성
- 일회성이 아닌 장기(5주) 프로젝트

학부모 쿠킹클래스 5주 프로젝트 만족도 조사



5점 척도
5:매우그렇다/4:그렇다/3:보통이다/2:아니다/1:매우아니다



학부모와 함께하는 요리교실

쿠킹클래스에서 배운 요리를 아이들과 함께 해보아요~!



집에서 엄마와 아이가 함께하는 요리 시간!

아이의 소근육 발달과 편식개선 뿐만 아니라 아이와의 정서적 교감도 가능한 마법의 시간!



우리 엄마가 최고!



엄마, 내가 만든 수제 떡갈비 어때요?



우리 엄마가 직접 키운 새싹! 이걸로 요리해 먹어요!



엄마랑 같이 만드니까 더 맛있는거 같아요!



학부모님들의 한마디!

매달 어린이집에서 강릉시 어린이급식관리지원 센터에서 작성한 식단표가 옵니다. 대체 무엇을 하는 곳인지 궁금했었습니다. 마침 센터에서 학부모를 대상으로 쿠킹클래스를 진행한다고 하여 교육을 듣게 되었습니다. 다른 쿠킹클래스와는 다르게 가정에 있는 재료와 특별한 조미료 없이도 아이들의 건강한 간식과 반찬을 만들 수 있다는 점이 좋았습니다. 이런 좋은 쿠킹클래스를 열어 준 센터에 무한한 감사 드립니다.

- '해맑은어린이집' 이OO 학부모님

이번 쿠킹클래스를 통하여 선뜻 도전하기 어려웠던 재료들을 쉬운 조리법으로 영양까지 생각해서 만들 수 있게 되었습니다. 요리 강사분의 조리 시연을 눈으로 먼저 익힌 후 실습을 하여 더 쉽게 요리를 할 수 있었습니다. 이런 좋은 수업을 무료로 배울 수 있어서 너무 감사하고, 더 많은 엄마들이 참여하여 바른 먹거리를 아이들에게 먹일 수 있으면 하는 바람이 들었습니다.

- '동아어린이집' 오OO 학부모님

보는재미! 크는재미! 식단 놀이터

강릉시 센터의 식단 놀이터

- 1 **매월 색다른 테마 식단**
- 2 **강원도 특화 식단** : 저염식단, 오늘은 다 먹는 날, 몸속 지킴이 식단, 세계음식식단
- 3 **식단감수** : 시설별 맞춤형 식단 제공
- 4 **생일식단** : 특식메뉴 제공
- 5 **연령별 맞춤형 식단(9종)**
- 6 **신메뉴 개발** : 어린이의 미각 발달을 위한 다양한 메뉴 개발 & 레시피 제공



식단 구성

- 1 **기본식단** : 영아 식단, 유아 식단, 이유식(초기, 중기, 후기), 지역아동 식단
- 2 **맞춤형 식단** : 유아 죽식 식단, 유아 저녁 식단
- 3 **알레르기 표시 식단**



표준레시피

신메뉴 개발 시 레시피 작성하여 제공



식단 통신문

식단 관련내용과 테마식단에 대한 알림 및 이벤트 진행



어린이를 위한 건강메시지

- 영양, 위생과 관련된 주제를 통신문에 담아 어린이 급식소에 우편으로 전달

1 가정 통신문 (월 1회 제공)

2 조리원 통신문 (연 6회 제공)





I. 지역사회와 손에 손잡고

강릉시와 함께하는 어울림한마당



강정을 만들어 보아요



강릉시 시장님과 함께

- 장소 : 강릉시립모루도서관
- 대상 : 강릉시민, 어린이

알록달록강정마을

자색고구마, 치자, 녹차, 밀가루와 쌀튀밥을 이용한 건강강정만들기

보이지않는 세균맨찾기

뷰박스를 이용하여 손에 세균이 얼마나 많은지 확인하고 손씻기의 중요성에 대한 위생교육 실시

식품첨가물 넌누구니

식품첨가물에 대해 알아보고, 첨가물을 이용한 바나나&딸기우유를 만들어 보며 흰우유 먹기 영양교육 실시

강릉시 문화재단과 함께하는 벚꽃축제 행사



채소 비누 만들기



우유 저금통 만들기

- 장소 : 경포 호수 공원
- 대상 : 강릉시민, 어린이

우유저금통 만들기

저금통을 만들며 소근육도 발달시키고, 우유와 친해지는 편식예방 교육

채소비누 만들기

비누를 만들며 채소와 친해지고, 더불어 올바른 손씻기 방법 교육

강릉시 어린이집연합회와 함께하는 어린이날 행사



바나나브로콜리쉐이크 만들기



저나트륨 교육

- 장소 : 강릉시 종합운동장
- 대상 : 강릉시민, 어린이

주제 : 「나트륨 내리go, 건강 올리go」

건강 간식 만들기

브로콜리, 바나나, 우유를 직접 넣어 만든 건강 셰이크

염미도 테스트

5가지 콩나물 국 시료를 이용한 나의 짠맛 식습관 알아보기



2. 특별한 화제의 프로그램 English cooking class

1 | Love kimchi

대상 _ 5~7세 어린이

내용 _ 원어민 강사가 영어로 김치의 재료 및 우수성을 교육하고, 아이들과 함께 김치 밥버거를 직접 만들며 식품에 대한 관심을 자극하고 건전한 식습관 형성에 도움을 줌



2 내가 만드는 채소·과일 화분

대상 _ 지역아동센터 초등학생



◀ Jenny 영양사 선생님이 진행하는 영양교육

식품구성 자전거를 보며 균형잡힌 식생활을 위해 필요한 6가지 식품군에 대해 알아보기

Marc 선생님과 떠나는 영어여행 ▶

다양한 채소와 과일을 영어로 알아보고, 채소와 과일을 골고루 섭취해야 하는 이유에 대해 알아보기



◀ 채소·과일 화분 만들기

다양한 채소와 과일을 직접 잘라서 만드는 나만의 채소·과일 화분! 그리고 화분에 내이름을 영어로 써서 붙이기

채소·과일 화분 contest ▶

어린이들이 만든 작품 중 우수작품(6명)을 시상하여 어린이들로 하여금 흥미와 성취감을 느끼도록 유도



효과

- 원어민 강사가 교육을 진행하여 영어에 대한 관심과 흥미 유발
- 직접 만든 채소·과일 화분을 먹어보며 골고루 먹는 식습관 형성 유도



2. 특별한 화제의 프로그램

Jenny 선생님과 함께하는 영어영양 방문교육

1

Hello!송을 부르며 Jenny선생님과 함께 재미있는 영어영양교육 start!



프렌비숲유치원

Hello what's your name?
My name is Jenny,
Hello Jenny, Hello Jenny

2

무지개 7가지 색 중에서 빨강, 노랑, 초록색에 해당하는 채소와 과일은 뭐가 있을까요?



어린이왕자어린이집

사과는 **apple!**
옥수수!는 **corn!**
시금치!는 **spinach!**

3

과일, 채소카드를 이용한 신나는 빙고게임~!



성산어린이집

Jenny 선생님이 퀴즈를 내면 친구들이 직접 나와서 채소, 과일을 찾아주세요. 모두 찾으시면 다같이 빙고!라고 외쳐주세요.

03 강릉시 센터의 이모저모



센터 회화가능 영양사 'Jenny'

참슬어린이집

대상자 6~7세 어린이 (총 66개소/78회)

주 제 Eat the rainbow

- 취 지**
- 1 **영어수업** : 어린이 급식소에서는 글로벌 시대에 맞춰 영어로 진행되는 수업을 희망함
 - 2 **방문교육** : 영어영양교육을 집합교육으로 진행시 교육 수혜 어린이가 한정적이므로 센터 영양사가 직접 회원 시설에 방문하여 교육 진행

Eat the rainbow 영어영양 방문교육 만족도조사



5점 척도
5:매우그렇다/4:그렇다/3:보통이다/2:아니다/1:매우아니다



2. 특별한 화제의 프로그램

마마쉐프에게 배우는 어린이쿠킹클래스



대상 마마쉐프 자녀 어린이집 어린이 61명 (동아어린이집, 아이숲어린이집)

주제 뽀 튼튼! 키 쑥쑥! 우유가 좋아! - '수제치즈와 바나나우유 만들기'



우유는 어떤 친구일까요 ??

우유송을 함께 부르며 영양교육 시작!
우유로 만든 음식은 무엇이 있는지 우유를 먹으면
우리 몸에 얼마나 좋은지 알아보아요.
그리고, 가공우유에 들어있는 식품첨가물에 대해
알아보며 우유를 올바르게 먹을 수 있도록
영양교육 진행하였습니다.

마마쉐프가 만드는 수제 치즈와 바나나우유

마마쉐프가 보여주는 신기한 요리 마술!
우유로 치즈를 만드는 과정을 보여 주고,
바나나를 갈아 만든 바나나우유와 식품첨가물이
들어간 시판바나나우유를 만들어
두 바나나우유를 비교 실험하였습니다.



어린이 조리실습

어린이들이 직접 식품첨가물을 이용하여 바나나우유를 만들어보고, 바나나를 갈은 우유와 비교해서 먹어보아요.
그리고, 마마쉐프가 만들어 준 수제 치즈와 식빵을 이용해서 샌드위치를 만들어보아요.
우리 친구들 이제 우유와 친해졌나요?



- 차별화**
1. 학부모 5주 쿠킹 클래스를 수료 후 어린이 교육 강사로 임명된 학부모가 진행
 2. 마마쉐프가 어린이 교육을 담당함으로써 엄마의 마음이 깃든 조리교육 효과

03

강릉시 센터의 이모저모



2. 특별한 화제의 프로그램 어린이의 동심으로 채워가는 인형극

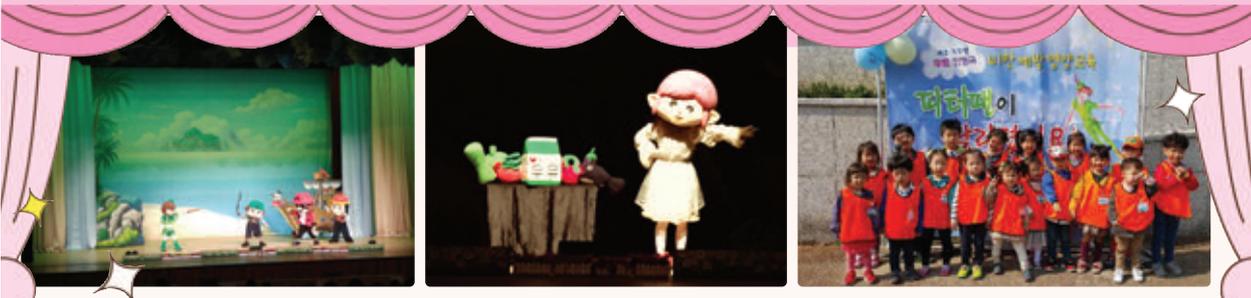
① 2단계 재위탁 협약 기념 “루돌프와 산타클로스” 무료 공연



참여 - 30개소 어린이 급식소, 2,000여명

내용 - 눈이 내리는 무대 위에서 산타, 루돌프, 깔깔마녀 등 화려한 캐릭터들이 주위 사람들과 나누는 기쁨이 무엇인지 춤과 노래를 통해 재미있게 연출
- 인형극에 참석한 모든 어린이들에게 크리스마스 선물로 예쁜 "크레파스"를 제공

② 개소 3주년 기념 “피터팬이 달라졌어요” 무료 공연



참여 - 75개소 어린이 급식소, 2,600여명

내용 - 어린이들에게 친숙한 명작동화 "피터팬"에 올바른 식습관 내용을 접목시킨 재미있는 비만 예방 뮤지컬

관람 후기 이벤트

‘김치, 치즈, 스마일’ 이벤트!

- 초록/쌘머힐/온누리어린이집이 선정되었습니다!
- 선정된 3개의 시설에는 본 센터의 홍보물품(에코백)을 전달하였습니다.



온누리어린이집



초록/쌘머힐어린이집



2. 특별한 화제의 프로그램

제 3회 어린이녹색사생대회 & 브로콜리 요리체험

대상 5~7세 어린이, 300여명

목적 - 본 센터 회원 어린이들에게 자연과 함께하는 사생대회 기회 제공
- 그림 그리기 주제를 어린이 방문교육 주제로 선정하여 올바른 생활 습관에 대한 긍정적인 사고 형성 도모

참가시설 꿈나무어린이집, 꿈동산숲어린이집, 아이월드어린이집, 어린왕자어린이집, 자연어린이집, 해맑은어린이집, 프렌비숲유치원, 푸른솔어린이집

1. 녹색사생대회

Eat the rainbow, 채소삼총사, 올바른 손씻기 3가지 주제 중 1가지를 선택하여 그리기

작품 심사 - 각 분야별(유아교육, 식품영양, 미술, 양채류 사업단) 전문가의 심사를 거쳐 총 28개의 수상작 선정



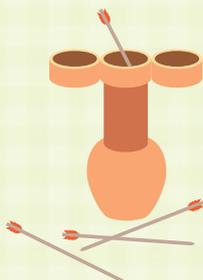
2. 건강 간식 만들기 - 농촌진흥청 양채류 사업단 연계 프로그램



바나나브로콜리쉐이크 만들기

어린이들이 잘 먹지 않는 브로콜리를 바나나와 우유를 이용하여 직접 셰이크로 만들어 먹어봄으로써 올바른 식습관 형성 도모(양채류 사업단에서 브로콜리 지원)

3. 전통놀이 체험마당 - 투호놀이, 고리 던지기



투호놀이
너무 재미있어요!



선생님!
저 고리 잘 던지죠?



03

강릉시 센터의 이모저모

제 3회 어린이녹색사생대회 시상식

각 분야별(유아교육, 식품영양, 미술, 양채류 사업단)전문가의 엄중한 심사를 거쳐 총 28개의 수상작이 선정되었습니다. 수상한 어린이에게 상장과 상품을 전달하기 위해 진행된 시상식에는 수상 어린이의 학부모, 원장 및 교사가 참석하여 수상의 기쁨을 나누었습니다. 앞으로도 강릉시 센터는 어린이의 꿈을 응원하겠습니다.



03
강릉시 센터의 이모저모



제 3회 어린이녹색사생대회 수상작

수상한 친구들
모두 축하드립니다!



금상 김예진 어린왕자어린이집



금상 박영현 프렌비숲유치원



최우수 권오유 해맑은어린이집



우수 김수호 해맑은어린이집



우수 김수아 푸른솔어린이집



은상 심규호 어린왕자어린이집



은상 김민서 해맑은어린이집



은상 김나희 아이월드어린이집



동상 심태호 해맑은어린이집



동상 김이화 해맑은어린이집



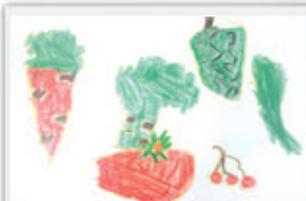
동상 홍채현 꿈동산숲어린이집



동상 이교빈 푸른솔어린이집



녹색상 정하운 자연어린이집



녹색상 김지혁 자연어린이집



녹색상 남지원 꿈나무어린이집



녹색상 권순기 꿈나무어린이집



녹색상 박종호 꿈나무어린이집



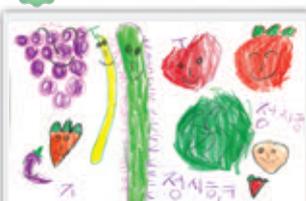
녹색상 정호석 꿈나무어린이집



녹색상 조혜림 꿈동산숲어린이집



녹색상 천윤서 꿈동산숲어린이집



녹색상 정시현 아이월드어린이집



녹색상 김민서 아이월드어린이집



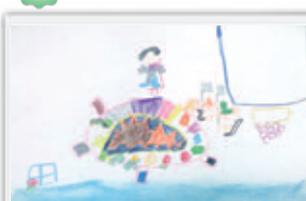
녹색상 한주원 프렌비숲유치원



녹색상 손지유 프렌비숲유치원



녹색상 김은서 프렌비숲유치원



녹색상 박혜인 프렌비숲유치원



녹색상 김도연 어린왕자어린이집



3. 이렇게 새로워졌어요

착한 마일리지 제도 | 2015년 7월 ~ 12월

강릉시 어린이급식관리지원센터에서는 본 센터에서 주최하는
 2015년 하반기 교육 및 행사의 참여도에 따라 마일리지 점수를 부여하여 점수 별로 어린이
 급식소에 필요한 물품을 상품으로 제공하는 '착한 마일리지 제도'를 운영하고 있습니다.
 각 원에서는 현재 적용된 마일리지 점수를 확인해보세요.



800점



초록어린이집

700점

자연어린이집, 아이월드어린이집, 꿈동산숲어린이집, 꿈나무어린이집, 예뜨랑어린이집

600점

성화유치원, 드림지역아동센터, 더불어숲지역아동센터

500점

하누리어린이집, 평화몬테소리어린이집, 파랑새어린이집, 킨더스쿨어린이집, 이화어린이집,
이플어린이집, 엄마사랑어린이집, 아이숲어린이집, 아이세상어린이집, 썸머힐어린이집,
사랑이있는이안어린이집, 반석지역아동센터, 마리아지역아동센터, 동부어린이집,
도담도담어린이집, 누리콩어린이집, 예쁜어린이집

400점

해맑은어린이집, 프렌비숲유치원, 푸른솔어린이집, 상지어린이집, 성덕어린이집,
교향어린이집, 예원어린이집, 백헌어린이집

300점

이레어린이집, 예쁜아이어린이집, 아미어린이집, 소돌지역아동센터, 강남지역아동센터,
캐슬어린이집, 티는아이어린이집, 사과나무어린이집, 어울림어린이집, 고우나어린이집,
에덴어린이집

200점

해원어린이집, 한울어린이집, 하늘지역아동센터, 풀잎어린이집, 푸르지오어린이집,
청담유치원, 즐거운어린이집, 작은별어린이집, 온새미로어린이집, 온누리어린이집,
옥천어린이집, 엄지어린이집, 엄마품어린이집, 어린왕자어린이집, 안인어린이집,
아이맘어린이집, 신나는어린이집, 솔빛어린이집, 소담어린이집, 성혜유치원, 성산어린이집,
새롬유치원, 산들바람어린이집, 사천진리어린이집, 봄빛지역아동센터, 보보스어린이집,
보람어린이집, 라온어린이집, 또래어린이집, 동화의나라어린이집, 늘만나지역아동센터,
꼬마숲어린이집, 꼬마대통령어린이집, 금천유치원, 권능지역아동센터, 교동꼬맹이어린이집,
강릉어린이집, 강릉아산병원어린이집, 강릉공군은빛나래어린이집, 가운유치원, YOU&공평어린이집

03

강릉시 센터의 이모저모

- 착한 마일리지 사용법은 연말 마일리지 점수를 총 합산 후 상품 지급 예정이며, 남은 마일리지는 이월되지 않고 소멸됩니다.
- 본 센터의 행사 및 교육에 적극적으로 참석해주신 모든 어린이 급식소의 원장님과 교사, 조리원분께 감사드립니다.



3. 이렇게 새로워졌어요 직원 역량강화 프로그램

1 직무평가

- 자기평가 및 팀장평가를 통하여 업무 실적 등을 평가하며, 차후 목표 설정을 위해 실시

자기평가

< 자기평가서 >

< 자기기술서 >

인사고과

< 인사과과표 >

우수 직원 선발

- 연 2회 인사과과 평균 및 종합평가를 통하여 선발
- 직원들의 사기 진작을 위하여 「우수직원 선발 규정」을 기준으로 우수 직원 선발



2 직원 내부교육

- 자기개발 및 실무교육에 관련한 주제 선정 후 관련자료 및 DVD를 통해 교육 실시



최고의 나를 만나다(6월)

평가: 도전과 응전을 계속하여 후회하지 않는 삶을 살도록 노력하겠다는



pop 예쁜 글씨교육(7월)

평가: 어린이 영양교육 교구 제작 예정 및 센터 홍보용 티켓 제작



창의적 삶(8월)

평가: 빠르게 변화하고 있는 현대 사회에서 더 중요해진 소통과 창조에 대해 알아보는 시간이었음

3 직원 외부교육

1. 전문 강사 초빙

직장인을 위한 자기개발 방법



- 연사 민남식 교수(강릉원주대학교 경영학과)
- 참석자 강릉시어린이급식관리지원센터 김은경 센터장 외 10명
- 목적 직장인을 위한 자기개발 필요성을 통하여 동기부여 및 효과적인 자기개발 방법 수립
- 평가 “효율적인 시간관리 방법을 배울 수 있었고, ‘1만 시간의 법칙’을 참고하여 자투리 시간을 활용할 계획을 세우는 계기가 됨” - 권은지 영양사
 “현재 스스로의 자기 개발 정도나 삶의 목표를 되돌아 볼 수 있는 기회가 됨” - 주문정 영양사

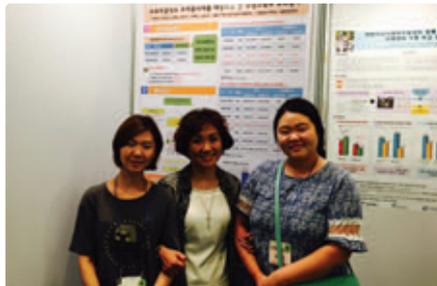
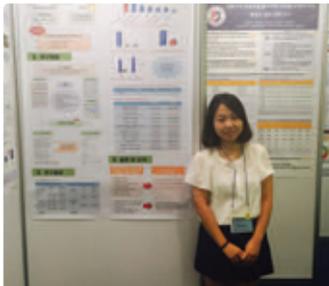
2. 초록(포스터)발표 및 전문성 강화를 위한 학회 참석

전국영양사학술대회

- ▶ 강릉시어린이급식관리지원센터의 식단 만족도 높이기 프로젝트
- ▶ 강릉시어린이급식관리지원센터의 소규모급식소 조리종사자를 대상으로 한 위생교육의 효과평가

대한지역사회영양학회

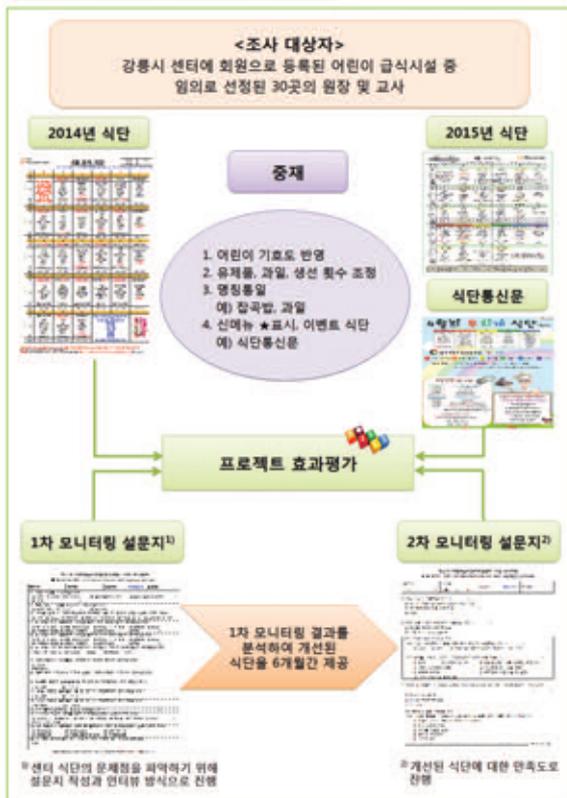
- ▶ 강릉시어린이급식관리지원센터의 유아를 위한 영어영양교육프로그램 개발·실시 및 만족도 조사
- ▶ 강릉시 어린이 급식소 조리종사자의 손 위생관리 실태조사 및 오염도 분석
- ▶ 강릉시 어린이 급식소 조리종사자의 짠맛에 대한 인식, 최적염미도 및 국의 염도 측정



1. 연구목적



2. 연구방법



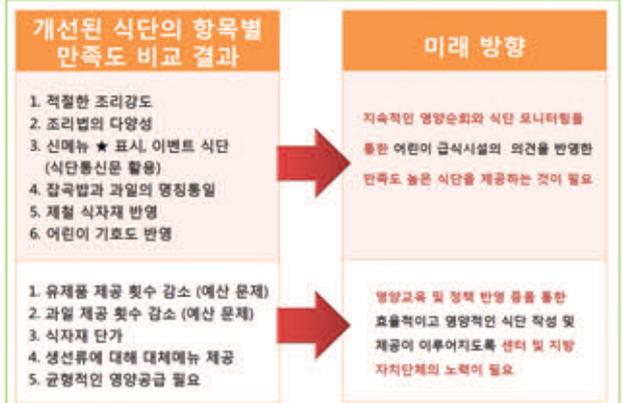
3. 연구결과

표 1. 조사대상자 기본사항

조사대상	N(%)		성별	N(%)	
	원장	교사		남	여
연령대	30~39세	3(12.5)	어린이집 형태	집단	16(66.7)
	40~49세	11(45.8)			
	50~59세	8(33.3)			
연령대	60~69세	1(4.2)	비집단	8(33.3)	
	70~79세	1(4.2)			
	Total	24(100)			



4. 결론 및 요약



소규모급식소 조리종사자를 대상으로 한 위생교육의 효과평가

최효진, 주문정, 김정임, 권은지, 전예진, 김은경¹⁾, 강릉시어린이급식관리지원센터, ¹⁾ 강릉원주대학교 식품영양학과

1 Introduction

식품의약품안전처 가이드라인 (종목 급식소 관리 및 지원 기준)		
기준	21인 이상 급식소	★ 20인 이하 급식소 ★
위생·안전관리순회	연 6회 이상	연 2회 이상
조리원 방문 교육	연 4회 이상	연 2회 이상

2회의 순회방문만으로 위생개선 가능성이 낮고, 위생교육이 부족한 실정

연구 목적

- 1) 소규모급식소 조리종사자 대상 위생교육 프로그램 개발
- 2) 개발한 프로그램의 위생 교육 실시
- 3) 위생 교육 실시 후 교육의 효과 평가

2 Method



표 2. 위생지식설문지의 영역별 위생교육 효과평가

구분	배점	점수		득점률 (%)	
		사전조사	사후조사	사전조사	사후조사
개인위생	2점	1.76±0.44 ¹⁾²⁾	1.95±0.22 [*]	88.1%	97.6% [*]
원료사용	2점	1.10±0.83	1.67±0.66 ^{**}	54.8%	83.3% ^{**}
공정관리	4점	1.86±0.57	3.05±1.02 ^{***}	46.4%	76.2% ^{***}
보관관리	6점	4.14±0.85	5.05±1.16 ^{***}	69.0%	84.1% ^{***}
Total	14점	8.86±1.71	11.71±2.47 ^{***}	63.29%	83.64% ^{***}

¹⁾ By paired t-test
²⁾ Mean ± SD (P<0.05, *P<0.01, **P<0.001)

표 3. 위생관리 순회방문의 영역별 위생교육 효과평가

구분	배점	점수		득점률 (%)	
		사전조사	사후조사	사전조사	사후조사
시설 등 환경	4점	4.00±0.00 ¹⁾²⁾	4.00±0.00	100	100
개인위생	3점	2.10±0.83	2.43±0.81	69.8	81.0
원료사용	6점	5.38±0.74	5.38±0.67	89.7	89.7
공정관리	9점	7.33±0.91	8.57±0.75 ^{***}	81.5	95.2 ^{***}
보관관리	2점	1.86±0.36	1.86±0.36	92.6	92.6
기타사항	3점	2.91±0.30	2.95±0.22	96.8	98.4
Total	31점	23.57±1.86	25.19±1.70 ^{**}	76.03%	81.26 ^{**}

¹⁾ By paired t-test
²⁾ Mean ± SD (P<0.05, *P<0.01, **P<0.001)

³⁾ Mean ± SD (P<0.05, *P<0.01, **P<0.001)

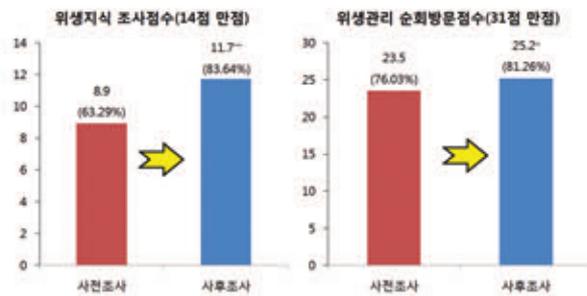


그림 1. 소규모급식소 위생교육 효과평가

3 Results

표 1. 소규모급식소 조리종사원의 일반사항

특성	구분	N (%)	특성	구분	N (%)
성별	남	0(0)	평균교육 연수	초등학교	3(14.3)
	여	21(100)		중학교	3(14.3)
	total	21(100)		고등학교	8(38.1)
연령	30~39	4(19.0)	대학교이상	7(33.3)	
	평균연령 49.4세	40~49		7(33.3)	
	50~59	7(33.3)		total	21(100)
	≥60	3(14.3)		경력	1년
조리사 자격종 소지	유	9(42.9)	평균경력	2~5년	7(33.3)
	무	12(57.1)	6~10년	4(19.1)	
	total	21(100)	11~15년	0(0)	
			16~20년	5(23.8)	
			total	21(100)	

4 Summary & Conclusion

1. 소규모급식소를 대상으로 지속적인 현장방문을 통해 조리종사원을 위한 맞춤형 교육 및 위생관리 순회방문을 실시한다면 이들의 위생 관리 중요성에 대한 인식의 변화 및 위생수준이 향상될 수 있다.
2. 그러나 소규모급식소에 위와 같은 지속적인 교육 및 위생관리 순회방문을 지원해 줄 경우, 현재 센터 운영상의 업무과다로 효율적인 관리가 진행되지 못하는 문제점이 발생할 수 있다.
3. 따라서 이러한 문제점을 보완하여 소규모급식소에 적합한 위생교육 프로그램을 실시하는 것이 필요한 것으로 사료된다.



강릉시어린이급식관리지원센터의 유아를 위한 영어영양교육 프로그램 개발·실시 및 만족도 조사

최연정, 최효진, 김정임, 주문정, 김은경¹⁾ 강릉시어린이급식관리지원센터, ¹⁾ 강릉원주대학교 식품영양학과

1. 서론 및 목적

■ 서론

* 유아들의 채소 기피 증가

최근 항산화 기능을 가진 피토케미칼(phytochemicals)을 함유하는 다양한 컬러푸드의 중요성이 강조되고 있다. 그러나 다양한 색의 채소는 유아들이 가장 기피하는 식품으로 채소 섭취를 위한 영양교육의 필요성이 계속해서 요구되어 왔다.



* 조기 영어교육의 관심 증가

한편, 전국의 사립유치원(274곳)의 95.6%가 영어교육을 실시하고 조기 영어교육에 대한 학부모, 유치원 및 어린이집의 관심이 증가하고 있는 현실이다.

■ 연구 목적

이에 본 센터에서는 다양한 색의 채소 섭취를 높이기 위한 영양교육 프로그램을 개발하되, 제 2 외국어로서의 영어를 활용하여 쉽고 흥미 있게 접근하고자 하였다.

2. 연구방법

■ 교육 대상

본 센터 회원 어린이집 및 유치원 5~7세 유아
(66개소 어린이집 및 유치원, 어린이 약 1800명 대상, 총 78회)

■ 교육 주제 및 기간

"Eat the rainbow", 2015년 3월 ~ 10월

■ 만족도 조사

- > 대상 : 교육 후 수업에 참가한 어린이집 및 유치원 교사
- > 총 6개의 항목을 5점 척도로 실시

<교육만족도 조사표>

3. 교육 개발 및 진행

교육 개발

* 본 프로그램은 영양교육 콘텐츠, 영어의 접목 및 흥미 유발의 3 요소로 개발되었다.



교육 진행

- 진행 : 영어로 교육하는 영양사(애칭 Jenny 샘)와 유아들의 수준에 맞게 한국어로 보조하는 영양사 총 두 명이 함께 진행
- 교육 시간 : 유아들의 수준 및 집중도에 따라 20~30분간 진행



4. 결과

◇ 2015년 식약처 가이드라인 내 양식



5. 결론 및 요약

- 본 연구를 통하여 어린이급식관리지원센터의 영양교육 프로그램 개발 시 변화하는 시대상과 사회의 요구를 반영하여 다양한 영역을 접목할 필요성이 있음을 보여주었다.
- 그러나 본 영어영양교육 프로그램을 적용하고자 하는 경우, 영어회화 능력을 갖춘 영양사의 참여가 필요하므로 센터 영양사들이 자기개발을 통해 센터 업무의 효율을 극대화 할 수 있도록 직원 내·외부 교육의 제한 등이 완화되는 등 직원 교육제도가 융통성 있게 운영될 필요가 있다고 사료된다.

강릉시 어린이 급식소 조리종사자의 손 위생관리 실태조사 및 오염도 조사

권은자, 강현주, 전예진, 김은경¹⁾, 강릉시어린이급식관리지원센터, 강원원주대학교 식품영양학과²⁾

1. 서론

어린이급식소 조리종사자의 위생습관은 제공되는 음식의 안전성에 영향을 미치는 중요한 요인 중 하나이다. 특별히 조리과정 중의 손 씻기를 통하여 식중독의 약 70%를 예방할 수 있음이 보고된 바 있으나, 올바른 손 씻기 방법에 대한 조리종사자의 인식은 여전히 부족한 실정이다.



1. 손 씻기 실태조사
2. 손 씻은 후의 오염물질 잔여부위 조사
3. 세균수 측정

2. 연구방법

손 씻기 실태 조사

일대일 면접법 시행

<설문지>

오염물질 잔류부위 확인

항광물질 함유 로션 및 UV Lamp 이용

<측정기기>

손 씻기 전후 오염도 측정

세균수 측정기 (ATP) 이용

<측정기기>

※ 통계처리 : SPSS program 20.0

3. 연구결과

Table 1. 조사대상자 기본사항

특성	구분	N(%)	특성	구분	N(%)
대상	조리종사자	73(100)	성별	여성	73(100)
연령대	30~39세	2(2.7)	근무경력	4년이하	35(47.9)
	40~49세	33(45.2)		5~9년	25(34.2)
	50~59세	31(42.5)		10년 이상	13(17.9)
	60~69세	6(8.2)	어린이집 유형	국공립	10(13.7)
	70~79세	1(1.4)		민간	48(65.8)
	Total	73(100)		직장	2(2.7)
			부모협동	1(1.4)	
			법인	8(11.0)	
			유치원	4(5.5)	

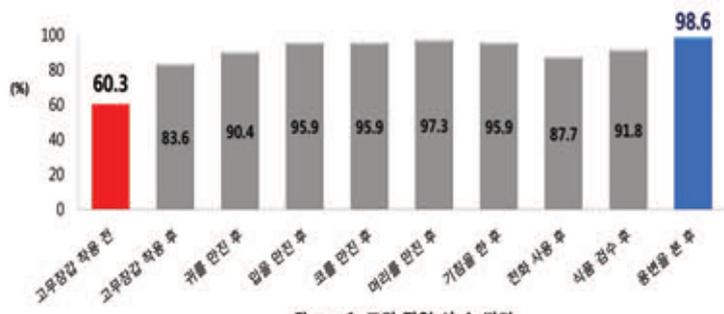


Figure 1. 조리 작업 시 손 씻기



Figure 2. 손 씻기 방법 (%)



Figure 3. 손 씻기 후 부위별 오염물질 잔여율 (%)



Figure 4. 손 씻기 전·후의 오염도 비교(RLU)

4. 요약 및 결론

요약 결론

- 1) 손 씻기 실태조사 결과 '고무장갑 착용전'(60.3%) 손 씻기가 가장 낮게 나타났다.
- 2) 손 씻기 후 오염물질 잔여부위를 확인 한 결과 손톱주변(35.9%)이 가장 높게 나타났다.
- 3) 손 씻기 전·후의 오염도를 비교한 결과, 손 씻기 전은 '식품위생검사지침 미생물편' 기준 수치인 1500RLU보다 높은 2485.2RLU였으나, 손 씻은 후에는 441.1RLU로 유의하게 감소하였다(p<0.001).

- 1) 본 연구 결과를 바탕으로 향후 조리종사자 대상 위생교육 시 올바른 손 세척 방법에서 취약한 부분을 집중적으로 지도 및 관리함으로써 조리종사자들이 자발적으로 위생적인 작업습관을 익힐 수 있도록 할 필요가 있다.
- 2) 또한 위생-안전관리 체크리스트 중에도 이와 관련된 내용을 세부적으로 포함할 수 있도록 하여 그 결과에 대한 피드백이 원활하게 이루어져야 할 것이다.

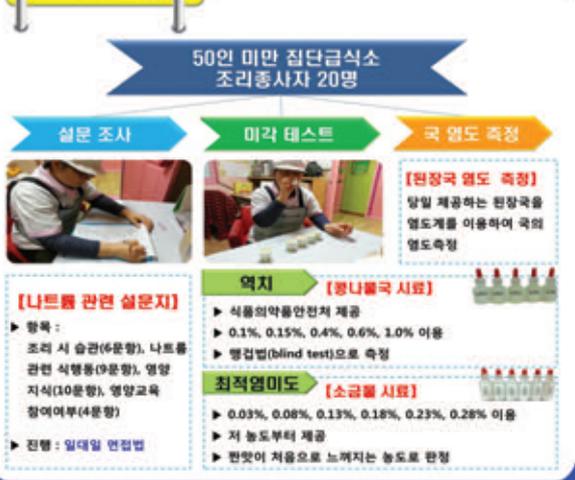
강릉시 어린이 급식소 조리종사자의 짠맛에 대한 인식, 최적염미도 및 국의 염도 측정

황혜진, 최수지, 주문정, 김은경¹⁾, 강릉시어린이급식관리지원센터, ¹⁾강릉원주대학교 식품영양학과

1. 연구배경



2. 연구방법



3. 연구결과

Table 1. 조사대상자 기본사항

특성	구분	N(%)
연령	30~39	4(20)
	40~49	9(45)
	50~59	5(25)
	≥60	2(10)
	<1	4(20)
조리경력	1~3	7(35)
	4~6	6(30)
	7~9	1(5)
	10~12	2(10)
조리사 자격증 소지	유	18(90)
	무	2(10)
총 합계		20(100)

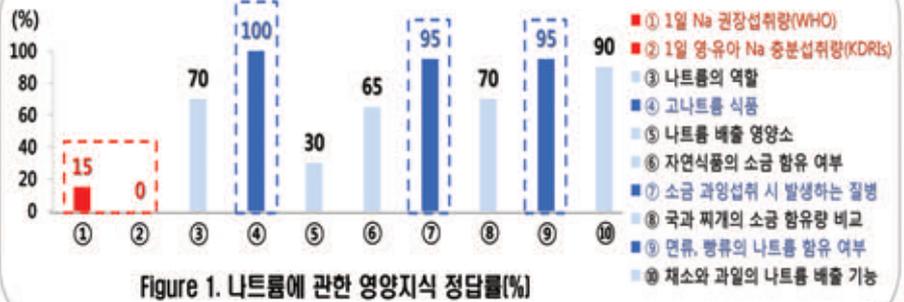


Figure 1. 나트륨에 관한 영양지식 정답률(%)

Table 2. 식행동, 영양지식, 염도, 역치, 최적염미도 간 상관관계
(unit: r=Pearson's correlation coefficient)

	식행동	영양지식	염도	역치
영양지식				
염도	-0.129			
역치	-0.106	-0.101		
최적염미도	0.187	-0.146	-0.037	
	0.093	0.329	0.026	0.231

※ 유의적인 차이가 나타나지 않음(p<0.05)

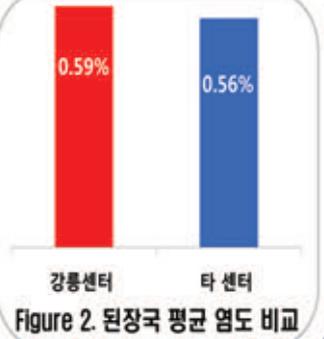


Figure 2. 된장국 평균 염도 비교

4. 결론 및 요약





3. 이렇게 새로워졌어요 센터 직원간의 화합을 위한 생일파티



예쁜 고깔모를 쓰고



생일자 맞춤형 선물과 케익을 전달합니다

강릉시 센터만의 손수 제작한 풍선아트와 축하동영상!



기쁨을 함께 나눕니다



서로의 생일을 챙겨주고, 직원 모두가 축하해주는!
행복과 기쁨이 가득한 강릉시 센터입니다.

센터 등록 회원 현황 (2015.09.30 기준)

	정회원		합계
	21~99인	20인 이하	
시설수	92	37	129
회원 (명)	4127	530	4657

강릉센터와 함께하는 어린이 급식소

어린이집 (104개소)

YOU&공평어린이집	사천진리어린이집	옥천어린이집
강릉공군은빛나래어린이집	산들바람어린이집	온누리어린이집
강릉아산병원어린이집	상지어린이집	온새미로어린이집
강릉어린이집	새롬어린이집	이레어린이집
고우나어린이집	새싹어린이집	이플어린이집
교동고평어린이집	석미모닝어린이집	이화어린이집
교향어린이집	성덕어린이집	자연어린이집
꼬마대통령어린이집	성산어린이집	작은별어린이집
꼬마숲어린이집	성화어린이집	즐거운어린이집
꽃망울어린이집	소담어린이집	착한몬테소리어린이집
꿈꾸미어린이집	소라어린이집	참사랑어린이집
꿈나무어린이집	솔빛어린이집	참솔어린이집
꿈동산숲어린이집	솔울어린이집	초록어린이집
누리콩어린이집	신나는어린이집	캐슬어린이집
다사랑어린이집	썸머힐어린이집	키움어린이집
더샵어린이집	아미어린이집	킨더스쿨어린이집
더크는꼬마숲어린이집	아이맘어린이집	티는아이어린이집
도담도담어린이집	아이세상어린이집	파랑새어린이집
동부어린이집	아이숲어린이집	평화몬테소리어린이집
동아어린이집	아이월드어린이집	푸르지오어린이집
동화익나라어린이집	아해뜰어린이집	푸른솔어린이집
또래어린이집	안인어린이집	풀잎어린이집
뜨레모아어린이집	어린왕자어린이집	하누리어린이집
라운어린이집	어울림어린이집	하늘빛어린이집
미키어린이집	엄마사랑어린이집	한솔어린이집
바다의별어린이집	엄마품어린이집	한신어린이집
백현어린이집	엄지어린이집	한울어린이집
별빛어린이집	에덴어린이집	해맑은어린이집
별사랑어린이집	엔젤어린이집	해송어린이집
보람어린이집	예담어린이집	해피아이어린이집
보보스어린이집	예프랑어린이집	행복어린이집
부영해피어린이집	예쁜꼬마어린이집	해원어린이집
사과나무어린이집	예쁜아이어린이집	황도예꼬어린이집
사랑나무어린이집	예쁜어린이집	희망어린이집
사랑이있는이안어린이집	예원어린이집	

유치원 (8개소)

가온유치원
강릉유치원
금천유치원
새롬유치원
성혜유치원
성화유치원
청담유치원
프렌비숲유치원

지역아동센터 (17개소)

1318지역아동센터
강남지역아동센터
권능지역아동센터
꿈나무지역아동센터
늘만나지역아동센터
더불어숲지역아동센터
드림지역아동센터
마리아지역아동센터
반석지역아동센터
봄빛지역아동센터
성요셉해누리지역아동센터
소돌지역아동센터
소망지역아동센터
스카이지역아동센터
참사랑지역아동센터
하늘지역아동센터
해나비지역아동센터



1 홈페이지 이용백서

<http://www.ccfsm.foodnara.go.kr/gangneung/>

▶ 로그인을 한 후 다양한 센터소식과 정보를 확인해 주세요!



정보마당 월간식단, 표준레시피, 가정통신문, 소식지

자료마당 위생·안전 및 영양 교육자료 등

알림마당 공지사항, 행사일정, 포토갤러리 등



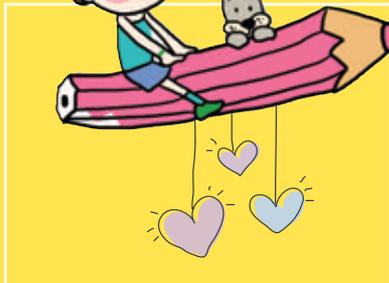
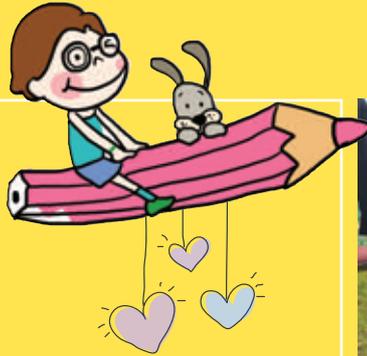
2 웹매거진 [솔향지] 이용백서



2015년 2분기에 웹매거진 『솔향지』 창간

▶ 본센터의 다양한 행사와 소식을 간편하게 이메일로 받아볼 수 있는 분기별 웹매거진

구독을 원하시면 본 센터로 문의주세요 (033-640-1611)



 강릉시
어린이급식관리지원센터
Center for Children's Foodservice Management

강원도 강릉시 죽헌길 7 강릉원주대학교 산학협력관 505호 (우)25457

Tel: 033-640-1613~5 | Fax: 033-640-1616

E-mail: childkangnung@hanmail.net

HP: <http://www.ccfsm.foodnara.go.kr/gangneung/>

