

『備えてまっか～！まさかの時の食—V』

第5回目となる今回は、今年4月に発生した熊本地震をふまえ、「食」の視点から、防災への意識をさらに高めていただくために、災害時の避難所等における食環境についての講演や自助、公助、共助の視点からパネルディスカッションを行なった。

1. 講演

「最近の災害時における避難所等の食環境について」～東日本大震災、関東・東北豪雨災害、熊本地震等での活動経験から～

講師 (公社) 日本栄養士会 常務理事

下浦 佳之氏



災害は、忘れないうちにやってくる。災害が起きた時に自分の身を自分で守れるような備えが必要である。まずは自分自身が危険から逃げることに、自助が大切となる。

危険から逃れるために、避難所には多数の人が集まる。避難者は、さまざまな事情を抱えており、個別の栄養アセスメントの実施が必要である人も少なくない。高齢者においては、咀嚼・嚥下の問題や褥瘡、脱水等のリスクが高く、また食事の配給や炊き出しに並ぶ時間も、とてもつらいものとなる。

さらに、避難所では生きていく上で不可欠な水分の不足も問題となる。飲水量・食事量の減少による不足はもちろんだが、トイレの回数を減らそうとして水分摂取を意図的に減らしてしまう人がいるのも問題である。

ただ、避難所は一時的に危険から身を回避する場所であって、居心地の良い場所にするべきではない。できるだけ早く自立した生活が送れるような支援が必要である。

熊本地震の避難所では、弁当の配布が可能になり、エネルギー・脂質は過剰である一方で、ビタミン・ミネラルは不足するという問題が生じた。避難所では、炊き出しも行われるが炊き

出しに従事する際の衛生上の問題点も多く、スタッフへの注意喚起の徹底が重要となる。

災害において、災害自体が直接の原因となる死亡だけでなく、避難生活での健康問題が原因となる間接死が少なくない。間接死を避けるためには、被災者の健康や福祉に関わる問題を解決しなければならない。自助だけでなく共助や公助との連携も重要となってくる。

2. パネルディスカッション

～食の視点で今、もう一度考えよう！自助・共助・公助～

パネリスト 相愛大学客員教授

農林水産技術会議委員 坂本 廣子先生

テーマ「ほんとに役立つ防災準備」



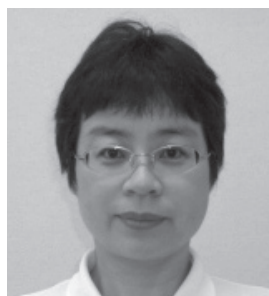
大阪府でもし災害が発生したら、避難所で府民全員が生活はできず、家で生活しなければならない状況になると予想できる。身の周りにあるものをいざというときにどのように使えるかを日頃から考え、準備をしておく必要がある。

震災時に舞う粉塵は、一度吸い込むと体外に排出されない。特に子どもは将来、肺機能が低下してしまう恐れがあるため、阻止しなければならない。そこで、キッチンペーパーで作ったマスクが役に立つ。市販のマスクよりも隙間が少なく、子どもでもフィットするものが作れ、赤ちゃんにも使用できる。

その他、体温の低下防止としてポリ袋のカップ、止血や骨折にはラップが役立つ。また、ペットシーツは、安価で水分を吸収できるため、嘔吐の処理やトイレの下敷きとしても使用可能であり、液体の汚染物処理に役立つ。

災害が発生したら、まずは逃げることに。そして、日常生活に戻るためにどうすべきかを考え、頑張りすぎないことが大切ではないだろうか。

パネリスト 大阪府健康医療部保健医療室
健康づくり課 総括主査 中村 清美氏
テーマ「避難所でのよりよい食事提供に向けた行政栄養士の役割」



大阪府及び豊中市、高槻市、枚方市、東大阪市の行政栄養士は、平成28年5月2日～6月30日の間、大阪府公衆栄養チームの一員として熊本県へ派遣された。益城町の避難所である総合体育館で、衛生面を含む食事提供状況の確認や被災者の食事摂取状況の確認、個別の配慮が必要な人への対応、また栄養相談等を行った。

今回の熊本派遣での取組みを「避難所で食事

提供をする中で起こりうること」と想定し、各自治体が平常時から対応策を考え、決めておくことが必要と思われる。ただ、公助だけに頼るのではなく、自助、共助の意識も必要だろう。

(文責 行政部会 宮崎千波)



熊本地震等で活動した災害支援医療緊急車両
「JDA-DAT河村号」

賛助会員PRコーナー

株式会社ガイア (カロリーバランスクラブetsu)

ガイアは『知と食』をテーマに、食事で悩むお客様のサポートを目指す会社です。主事業は、①管理栄養士と調理師が一丸となり、美味しさと健康を探求するレストラン「低カロリーバイキングetsu」の運営。②厳選の国産食材を使用した、手作り成分調整食をご家庭にお届けする「カロリー・たんぱく質・塩分調整宅配食」の製造、通販。③誰もが管理栄養士のアドバイスを受けられる「etsu登録管理栄養士」の取組みなどです。特に弊社事業の全てにおいて、管理栄養士主導が特徴で、「栄養と食の力」を大阪から更には全国へ広めたいと願っています。

大蔵商事株式会社

私たち大蔵商事株は、お客様のご要望を的確にお応えするため、食器から厨房機器まで、多岐に渡る商材の取り扱いに至りました。全国のお客様に対し、迅速な商品供給を行うためのシステムも徹底しております。私たちはお客様に『最適の提案・供給ができる信頼ある商社』を目指しています。

老人ホーム、病院、学校…。多種多様な業態に対し、私たちの経験によって培ったノウハウと、総合的なプランニングで最も適したご提案をいたします。

また、自社製品として従来の強化磁器の強度を保ちながら8%～10%の軽量化に成功したクリストバライト強化磁器食器を製造・販売しています。

お困りのことなどございましたら、ぜひ大蔵商事株大阪支店までお問い合わせください。