

# 行ってきました！～新潟中越地震での食生活支援～

健康危機管理時の食生活支援及び公衆栄養活動における保健所管理栄養士業務検討事業  
研究班 梶 忍（東京都）、伊藤佳代子（山形県）、濱口優子（石川県）、杉田弘子（新潟県）

## 新潟中越沖地震の巡回栄養相談を体験して

今回の派遣は、他府県の保健衛生からの管理栄養士による応援は、全国でも前例がない初めてのことでした。管理栄養士が行って初めて出来る内容や相談がある事を実体験して来ました。被災県の応援は今までありましたが、被災者でありキャパシティが少ない中、の相談には限界があります。多分、大都市災害では、応援が必ず必要となります。

災害時の栄養支援を体験した管理栄養士を育成することが必須ではないでしょうか？

**私たち自身が、育ちそして保健所管理栄養士同士が、育ち合う道筋を確立する使命を強く感じました。**

## 日 程

7月27日(金) 長岡にて梶、伊藤、濱口合流、長岡駅近くのホテルに宿泊

長岡駅 6:20(JR代行バス)～柏崎駅 8:00 徒歩～柏崎保健所 8:10

8:10

新潟県上越保健所の杉田さん、阿久津さん、新潟県柏崎保健所 土田さん、新潟県庁鈴木さん、厚生労働省田中指導官と合流

保健所長他にあいさつ、被災状況、復興状況について説明を受ける。日程打ち合わせ、物品、帳票類確認(ネームプレート、各県の腕章、バインダー、昼食、飲み物を各自持参)

9:24 3班に別れ、出発(杉田、伊藤、濱口)(梶、阿久津、栄養士会)(土田、田中)(一班の例)

9:30 比角小学校

↓ 避難所の様子、自衛隊の炊き出し・市からの食事提供・NPO団体の炊き出し状況等の把握

14:00 元気館

↓ 福祉避難所、物資の状況について把握

14:30 柏崎小学校

↓ 福祉避難所の状況について把握

15:00 柏崎第一中学校



↓ 糖尿病患者外泊中に付き、指導日の申し込み先等について保健師と打合せ

16:00 柏崎保健所

↓ まとめ、確認 など

16:30 比角コミュニティセンター

↓ 避難所と炊き出しの状況について把握、糖尿病 5名に指導

18:00 柏崎保健所

まとめ、指導件数、状況の報告など

柏崎駅 19:10(JR代行バス)～長岡駅 20:20(夕食後解散)



7月28日(土)



でなく、ガスもまだ使えが  
続いていた。

### 避難所での食事の提供(比角小学校)

自衛隊が朝(350食)・昼(500食)・夕(600食)に炊き出し(主食・主菜・副菜)する他、市から朝・昼・夕とも一人当たりパン1個、おにぎり1個、水1本が200食分配給される。これ以外にもボランティアによる炊き出しで昼(120食)・夜(250食)の副菜・汁物・果物等が提供されており、避難所避難者の他、地域の自宅生活者が食事時間に食事をとりに来るシステムで、提供されている中から各自選んでいる状況。おやつは10時と3時にあり、主に子どもを対象としていたが、余分な分は欲しい人に提供されている様子。全体的な調整や食事管理が必要な人の調整等が困難な状況であった。

### 避難所での食事の提供(比角コミュニティセンター)

自衛隊の炊き出しと市の配給は同じ状況。配食は自治体の女性達がり盛りつけしており、ご飯の器が普通のご飯茶碗の大きさに食べ過ぎに配慮している様子。

### 避難所での食事の提供(柏崎第一中学校)

自衛隊の炊き出しと市の配給は同じ状況。自衛隊の献立は肉が多く、部隊によって味付けが濃いこともあるなど問題があり、派遣保健師により申し入れをした経緯あり。

### 福祉避難所での食事の提供(柏崎小学校)

ベッドでの生活が必要な方のための福祉避難所には、一般の弁当が業者から届けられ、おかゆが必要な人へはスタッフが準備して提供している。炊き出しのみそ汁のみもらってきたり、人によっては弁当でなく炊き出しの食事をとる人もいる状況。

### 避難所での食に関する啓発

おやつ過多や食品衛生上の注意事項等は早期から保健所管理栄養士によって各避難所へ啓発されていた。

### 入浴等

自衛隊による入浴サービスが避難所の外で行われていた。



## 食事の調整が必要な方への対応

保健師等により糖尿病患者のリストアップはなされており、それに基づいて保健所管理栄養士や栄養士会、今回の支援管理栄養士が指導に赴いた。

糖尿病以外に胃切除者や透析患者、また食事量の自己制限による低栄養の問題等、個々の食事の問題は把握されておらず、管理栄養士が巡回して把握、対応することが必要であると思われた。

## 巡回栄養相談の状況

糖尿病や透析等疾病を抱える人以外にも、乳幼児や高齢者、食欲不振、歯が悪い人、食べ過ぎ、低栄養等に対応。管理栄養士の視点で把握できる「普通の食事が食べられない者」が他職種ではそこまで手が回らず未把握、未支援の状況であった。



栄養相談、栄養指導、トクホ等の効果的な活用のためには、栄養相談チームが対応するということや避難所巡回の予定、トクホの情報などを他職種にアピールして、支援が必要な人の情報などを積極的に得ることや、栄養相談日を決め各避難所に掲示して避難者に周知するなどの工夫が必要であり、また定例的に巡回するなど、単発でない支援の体制が必要である。避難所巡回により、ご飯の盛りつけ方や食器の大きさ、配給食糧の余り具合などが把握でき、提供される食事を基にした指導や食環境を調整することもできたことから、管理栄養士が避難所を巡回して把握する重要性を痛感した。

## 特定保健用食品・特別用途食品等の活用

柏崎保健所の2階に、県が調達したトクホ等を保管しており、管理栄養士の巡回の際に持参して活用を図った。

しかし避難所では、糖尿病のセット食など他の人と違うものを食べることへの抵抗が強いこと、支援者にも特定の人を特別扱いすることへの抵抗があること、また避難所でその人のために別に温めるなどの手間とそのための器具やマンパワーの問題などがあり、活用については今後検討が必要であった。

## 7月28日(土)のメニュー

自衛隊:

ご飯、みそ汁、野菜サラダ、ミニトマト、千切キャベツ、メンチカツ1個、クリームコロッケ1個

市配給:

おにぎり1個、水又はお茶 500ml、調理パン又は菓子パン1個

ボランティア:

エビカレー煮(少量)、コーンスープ(少量)、桃1個

