

災害時の健康支援活動について

公衆衛生協議会（福島県健康づくり推進課）

佐藤 三佳

近年、全国で予測のつかない自然災害が起きています。災害時においては、その発生直後の食料や水の確保は生命の維持に関わる重要な問題であり、避難生活が長期化すると、環境の変化による食べる意欲の低下や摂取食品の偏り等による栄養状態の悪化が健康状態に大きく影響します。

また、乳幼児や妊産婦、高齢者、食物アレルギーや疾病による食事制限がある人等、個別に支援が必要な被災者に対する支援には、特に専門的な配慮が必要になります。

平成 23 年に発生した東日本大震災を機に、地域保健医療従事者チームの一員として行政管理栄養士が派遣され、平成 30 年に派生した西日本豪雨では、災害時健康危機管理支援チーム（DHEAT）の一員として行政管理栄養士が派遣されました。本県では、令和 6 年 1 月の能登半島地震で、福島県健康支援チームの一員として 4 名の行政管理栄養士が派遣、栄養・食生活支援活動に従事しました。

大規模災害発生時の行政栄養士による被災地での栄養・食生活支援活動には、災害発生直後から保健医療従事者と連携した、被災状況・食事要配慮避難者に関する情報収集・状況把握・支援体制整備と、避難所の食事等についての災害対策本部等と連携した支援等があります。

また、保健所管理栄養士は、特定給食施設等に対して被災状況を踏まえ、給食提供が困難な施設への支援を行います。ただし、施設で必要な食料は各施設の責任で準備することが原則であるため、平常時の特定給食施設指導等で、1 日 3 食を提供している施設では 3 日以上（可能なら 1 週間程度）、1 日 1 食を提供している給食施設でも 1 食から 1 日分程度の非常用の食料や水の備蓄について指導・助言を行っています。

県民の皆様の家庭に向けては、できれば 1 週間分、少なくとも 3 日分の家族分の備蓄について、市町村や県の広報・防災パンフレット等で、随時呼びかけ

ているところです。

県栄養士会公衆衛生協議会では、令和 7 年 2 月 15 日に災害時健康支援活動に関する研修会を開催し、バッククッキングの献立作成・調理実習等を行いました。

バッククッキングは食材を入れたポリ袋を鍋にて湯せんで加熱するだけで料理ができる調理法で、ガス・水道・電気などのライフラインが使用不可能でも、簡単に食事を作って食べることができます。本研修では、提示された献立を作るのではなく、災害時の活用を想定して、常温可能で入手しやすい・備蓄可能な食材を使い 90 分以内に各班で対象者・献立を検討、主食・主菜・副食等を作ることとしました。乳幼児、学童、高齢者など、避難所等での食事に配慮を要する対象が想定され、全部で 11 の献立が完成しました。バッククッキング初体験者が多くを占めていましたが、基本の献立を参考に、班内で協力して限られた時間内に様々な料理を完成させたことは、多くの学びとなり、自治体等での研修にも活用したいという声も聞かれ、有意義な研修となりました。



県では、福島県災害時健康支援活動マニュアルの本編が令和 7 年 2 月に一部改正されたことに伴い、今年度、各論である災害時の栄養・食生活支援の見直しを検討しております。今後も、大規模災害時に住民の皆様の命と健康を守る活動が速やかにできるよう、関係機関と連携しながら平時における対策を進めて参ります。