

## 災害時における長崎県住民の栄養・食生活の現状と教育支援体制について

研究年度 令和 3年度

研究期間 3年度～ 3年度

研究代表者名 植村（石見）百江

### ・ はじめに

近年、全国各地で地震や豪雨、台風といった自然災害が頻発し、甚大な被害が発生している。災害への備えを考える際、「自助」「共助」「公助」の3つについて平時から考える必要がある。「自助」とは、災害が発生したときに、まず自分自身（家族）の身の安全を守ることである。「共助」は、地域やコミュニティといった周囲の人たちが協力して助け合うことをいう。「公助」は都道府県・市町村や消防、県や警察、自衛隊といった公的機関による救助・援助である。長崎県では、近年は避難を伴う大きな災害発生は少ないことから、他地域と比べると災害のイメージや自分事として災害を認識しにくい可能性がある。また、長崎県は全国より速いスピードで人口減少と高齢化がすすんでおり、道が狭く坂の多い地形などもあって、公的支援が届きにくい可能性が高く、平時から地域住民に「自助」と「共助」を高める災害時の栄養支援に関する学習機会を持つことが重要である。その一方でコロナウイルス感染症拡大対策も必要なため、「どのようにつながり、支え合うのか」課題と対策が必要になる。また、近年の災害は、避難生活が長期化しており、物理面のみならずソフト面でもさまざまな側面からの対策を考える必要がある<sup>1)</sup>。例えば食事は、支援を受けやすいおにぎりやカップ麺、菓子パン等といった日持ちしやすい炭水化物に偏った食事が続き、野菜不足などにより、便秘等の症状が現れるケースや三大栄養素の炭水化物・脂質の供給量が基準値に調うのは発災後30日以降、たんぱく質に至っては90日目に漸く達するという報告がある<sup>2)</sup>（日本災害食学会誌VOL.4 NO.2 p p.79-93）。持病があり、自宅から通院している人の健康状態が増悪する要因となる。そこで、長崎県内の市町住民(地域別)を対象にグループへの対面介入と、個人への紙面介入の異なるアプローチの違いによって住民の災害時の栄養、食生活の考え方等に与える影響を知る。さらに、この結果を行政へ伝え、災害時の栄養、食生活の体制整備に向けたアプローチ方法や教育機関における支援方法について施設と共に検証し、提案することが目的である。

### ・ 研究内容

本研究は、長崎県内の住民(年齢を問わない)を対象としている。コロナウイルス感染症拡大により、直接アンケートが実施できなかった。今年度は対象者の安全を確保した上で、栄養教育と対象者の栄養調査、教育介入研究と対面教育はないものの、同じ内容を紙面教育グループで実施して、2グループの比較をするものである。個人の変容のみならず教育方法について検討することとで住民対象者の幅を広げ、学童保育に通う子どもの保護者、大学生に拡大して調査する。また、対面実施ができない場合の教育プログラムの2種類を準備した。行政において災害支援の担当課が各市町でバラバラとなっており、各部署と連携していないこと、有事の食支援に関するマニユ

アルが作成されていないことが課題になっている。平時から部署連携できていない現状を改善し、少しでも住民と連携した災害対策をすすめることが重要と考えられる。現代は全世代で独居者が増えており、自治会の集まりがあつたとしても人と接する時間を短くする傾向がみられ、他者が正確に他人の健康状態や避難経路を把握できない状況になってきている。様々な地域課題・個別課題をデータ化して、公表することで、長崎県における災害支援の連携の在り方を考えることに繋がると考えており、研究の意義は深い。「地域のつながり」「教育施設と保護者のつながり」は、災害という重大な課題に直面した場合に、課題解決の大きな力になり得ると考えるため、可能な限り年齢制限はせずに調査を進めたい。

- ・ 研究成果

地域住民対象のアンケートと研修会の実施は、コロナ禍による研修会実施の不可状況やコロナワクチン接種のために会場が使えない状況だった。範囲を広げて、アンケートについては高校生（約900名）、学童（約20名）に実施した。対面の研修会実施が難しい状況のため、アンケートは、本学学生115名を対象に実施した。33名の有効回答を得た（有効回答率29%）。また、研修会はWebで実施することとして研修会の参加も同時に呼び掛けたところ、16名が研修会を希望しており、実施日時を示したところ、8名が参加可能だったため、参加群と非参加群として、研修会の成果について、違いがみられるかを解析している。今回の研究では、回答者のうち、研修会参加希望者のメールアドレスをIDと紐づけして、研修会の効果について経時的に調査を継続する予定である。なお、アンケートはGoogleフォームで実施している。学生のみではなく、社会人（本学職員）に対してアンケートを実施し、36名の回答を得た（有効回答率72%）。そのうち、研修会に参加できる人が5名だったので、3月末に研修会を実施して、実施直後アンケートをしたところである。これから、アンケートの効果について検証をして、どのようなサポート体制が必要か明らかにして、その体制の提案をしたいと考えている。

- ・ おわりに

今年度もコロナ禍により、調査の実施自体がかなり厳しいものになった。そのため、対象者の都合に合わせて研修会ができなかったため今後は、Web研修会の内容を充実させつつ、できるだけ多くの方がアクセスできる研修会や仕組みを作りたいと考えている。ご多用の中、ご協力くださった皆様に感謝したい。

- ・ 注記・参考文献等

- 1) 久保彰子（2020）「大規模災害時の栄養・食生活支援活動ガイドライン」日本公衆衛生協会
- 2) 廣内智子、島田郁子、荻沼一男「発災後の避難所生活における栄養管理に関する研究—東日本大震災の食事画像分析から—」日本災害食学会誌 VOL.4 NO.2 p p.79-93. 2017.