



平成28年度
都道府県等栄養施策担当者会議

熊本地震に係る
栄養改善・食事支援について
～熊本市～



平成28年8月5日
熊本市健康福祉局 保健衛生部 健康づくり推進課
丸内 晃子

1 熊本市の概要

○面積：389.53km²

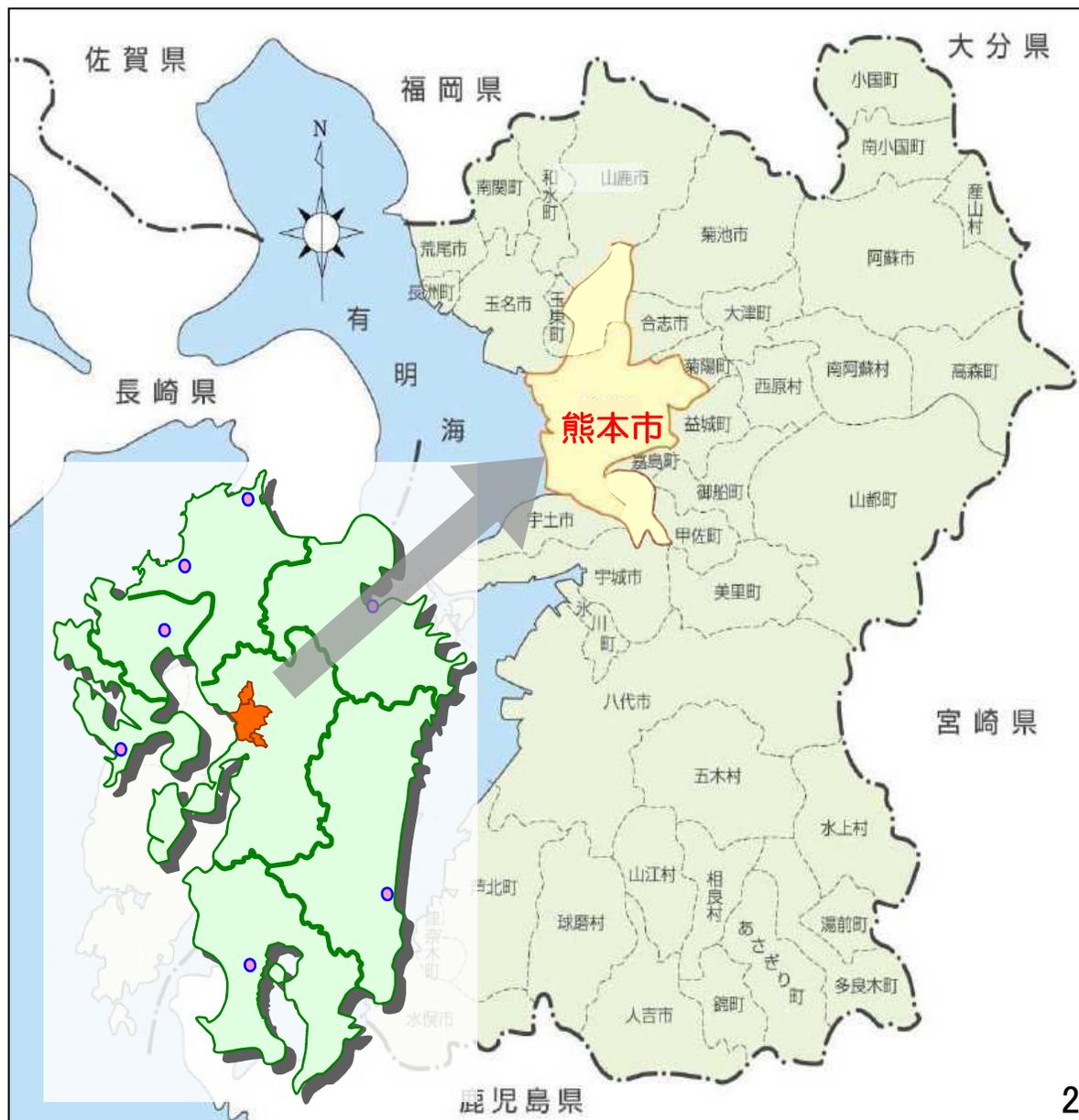
○人口：741,115人
315,470世帯
(平成27年国勢調査結果)

○人口密度：約1,900人
(北九州市約2,000人、京都市約1,800人に近い都市)

○特徴：

- 平成24年度政令市に移行
 - 上水道水源は地下水100%
 - なす、すいかは全国1位の産出額を誇る
 - 大学の集積度が高い
 - 医療機関の集積度が高い
 - 事業所数の約3割が食品製造業
- など

○位置



2 熊本市の栄養活動体制と栄養士活動

○熊本市の組織と栄養士数

栄養士数 計31名（病院局7名含む）



●健康福祉局

健康づくり推進課：栄養改善業務、食育推進等の企画・調整

食品保健課：食品衛生監視員、栄養指導員

保育幼稚園課：保育園給食

●区役所（5か所）

保健子ども課：栄養改善業務、食育推進業務

●病院局

熊本市立熊本市民病院、植木病院



熊本地震 規模

前震

平成28年4月14日（木）21時26分

地震規模

震度7（益城町）

震度6弱（熊本市東区、西区、南区 外）

震度5強（熊本市中央区、北区 外）

マグニチュード

6.5

震源の深さ

11km

本震

平成28年4月16日（土）1時25分

地震規模

震度7（益城町、西原村）

震度6強（熊本市中央区、東区、西区 外）

震度6弱（熊本市南区、北区 外）

マグニチュード

7.3

震源の深さ

12km

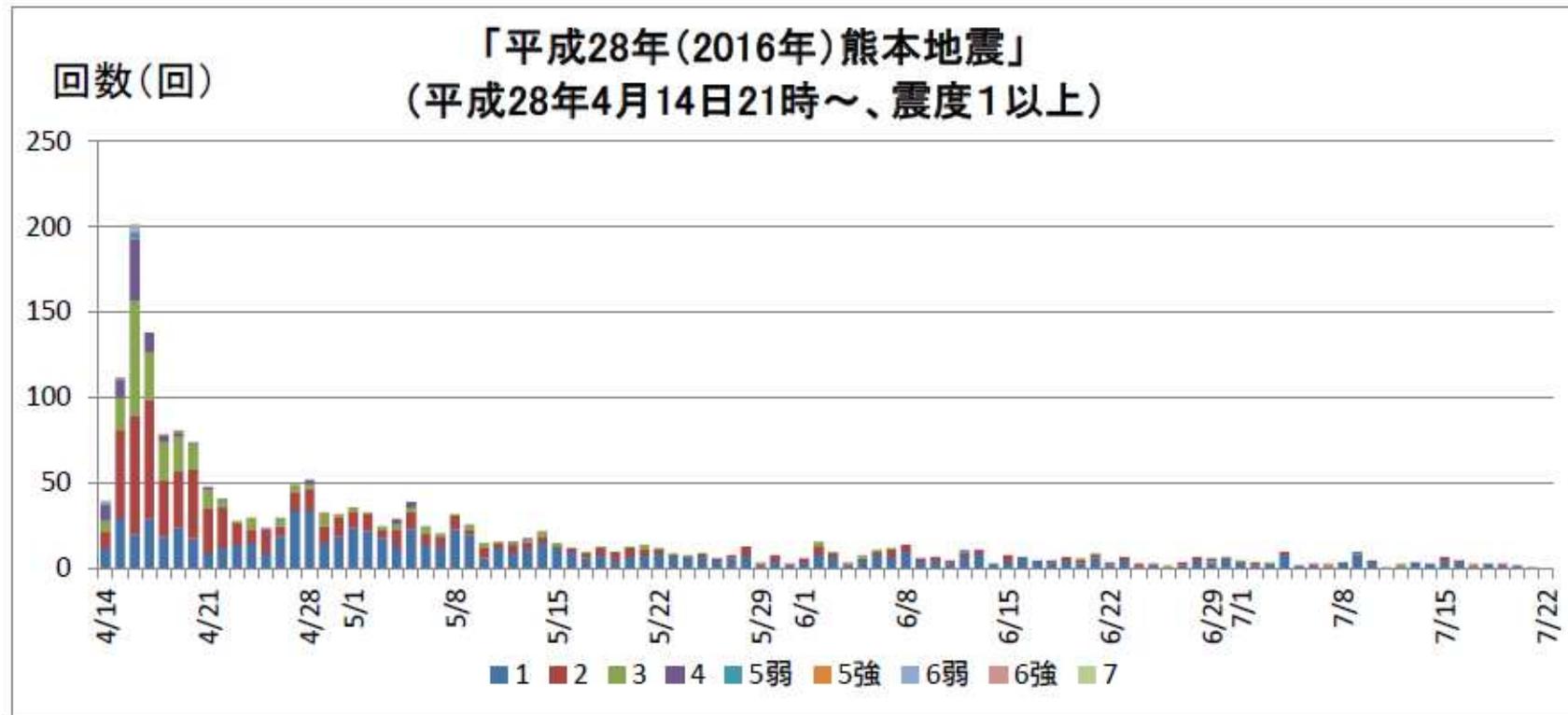
本震では、
ライフライン、交通機関が停止した

熊本地震 様子



熊本地震の特徴

- ①前震・本震と連日で発生
- ②本震後の余震活動が活発
(4/14~4/30までに震度1以上が1093回発生)



人的被害・家屋被害

1 人的被害

死亡者：20名(うち、関連死16名)

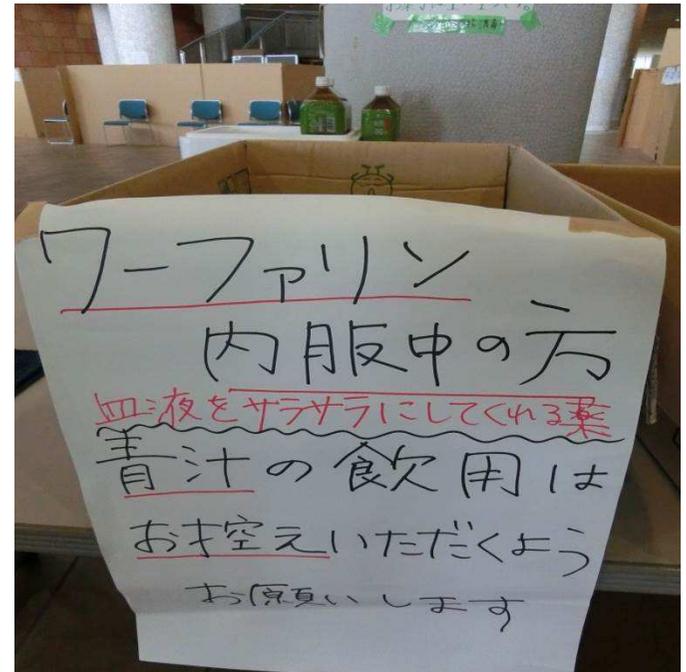
重傷者：254名

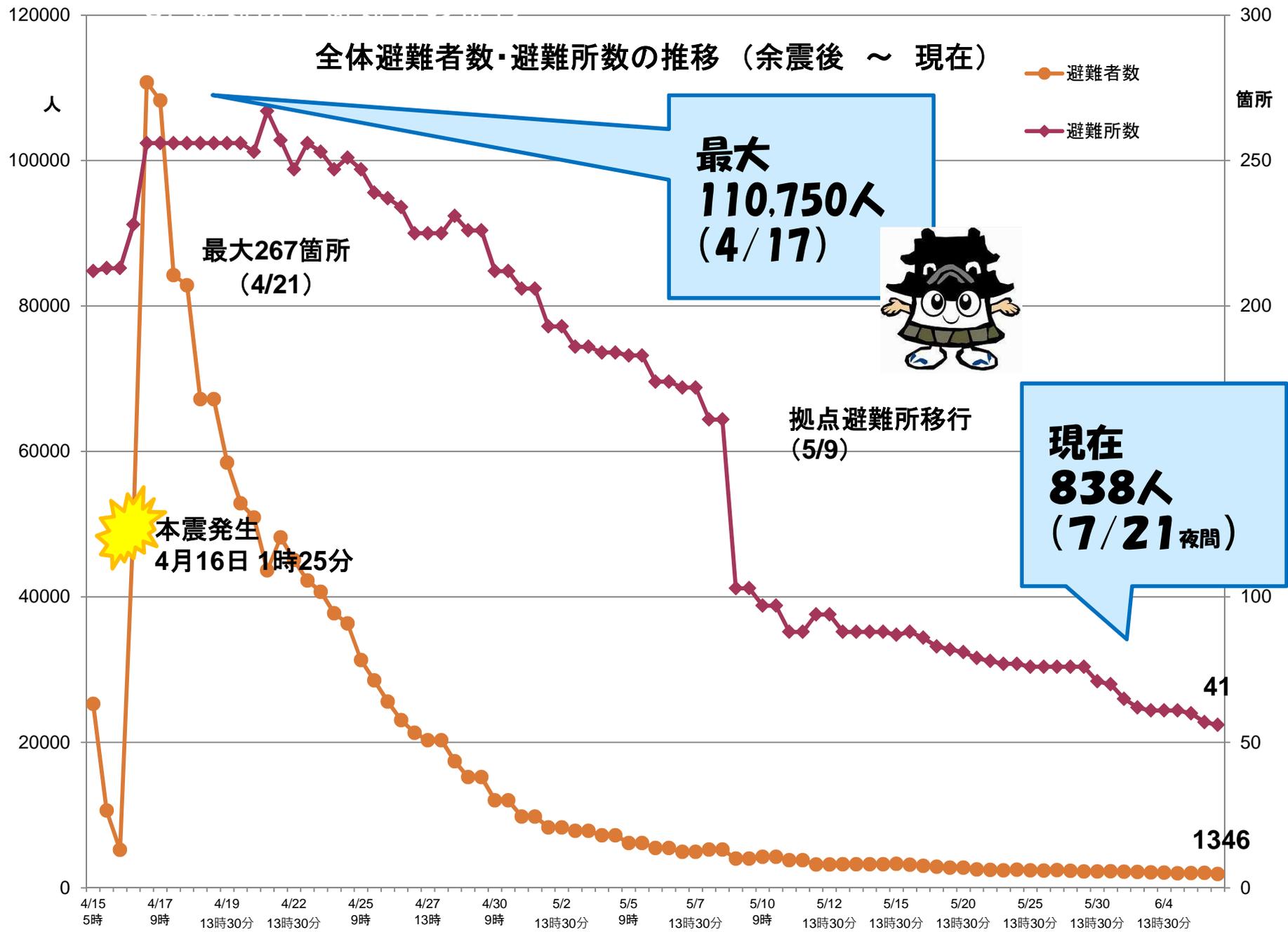
2 家屋被害

家屋被害：全壊	2,412棟
大規模半壊	2,848棟
半壊	10,741棟
一部損壊	39,804棟

(市域全体の被害調査状況)

～避難所の様子～





フェーズ0、1 (4/16~4/19) (24~72時間後)

(避難所：最大269か所、避難者84,492名)

食を取り巻く現状・課題

- 16日には支援物資到着（おにぎり・水等）
（物資の不足、分配の混乱あり）
- 特別に食の配慮が必要な方の食品不足
（乳児用ミルク・離乳食・アレルギー食・嚥下困難食
・低タンパク食など）
- 水分摂取を控えるため、脱水、エコノミー症候群の懸念
- 食物アレルギーの受診や、食に関しては、国立病院機構
熊本医療センターが17日から対応食の無料配布、TVの
テロップで発信
- 熊本市医師会等、24時間体制で診療受付体制あり

5区役所保健子ども課の栄養士の動き

●避難所巡回における食生活 把握及び個別支援活動

(現状の把握・ニーズ把握・
要ハイリスク者ピックアップ)

- ▲どの避難所に
- ▲どのような食の配慮が
必要な方がいて
- ▲対応食がどれだけ必要？



食事のことでご心配のある方へ

- 食事のことで、不安や気になることがある方は、お気軽にご相談ください。
 - 区役所の栄養士がご相談をお受けします。
 - どんなことでもけっこうです。
 - 例えば、
 - 赤ちゃんのミルク、離乳食のこと
 - 食物アレルギーがある方
 - 高血圧や糖尿病、腎臓病のため食事の制限がある方
 - 食べ物が固くて食べられない
 - 食欲がない
 - 貧血がある
 - 便秘
 - その他、気になることがあれば、避難所の職員にお声かけいただくか、下記の相談先へご連絡ください。
- 

相談先

区役所保健子ども課 栄養士

健康づくり推進課の栄養士の動き

- 日本栄養士会や企業・団体へ救援物資等要請する
→アレルギー用ミルク・離乳食・低タンパク食
・サプリメント・野菜ジュース等
- 熊本県栄養士会（JDA-DAT）派遣依頼
- 「うまかなよかなスタジアム」に届く支援物資の中から「特殊栄養食品」を仕分け。
県健康づくり推進課と連携し必要な食品を相互提供。
5区保健子ども課栄養士に分配。
→「うまかなよかなスタジアム」の物流管理の
所管課等と連携



フェーズ2 (4/20~5/7:4日目~)

(避難所:208ヶ所、避難者数13,436名)

食を取り巻く現状・課題

- 避難者の栄養過多・不足、食塩過多、バランス悪化の心配
→配給は「菓子パン・おにぎり・カップめん」中心
→バイキング方式「食べたいだけお取りください」
- 4月22日から、弁当業者による「温かい食」の提供開始
- 避難所で食中毒発生(5/6 有症者34名、黄色ブドウ球菌)
- 「熱中症」の心配
- 郊外型大型店舗以外は、営業再開した

スーパー	59.6% (31 / 52)
コンビニ	98.8% (242/245)
ドラッグストア	78.6% (44 / 56)
ベビー用品	100.0% (6 / 6)



~温かい食のスタート~

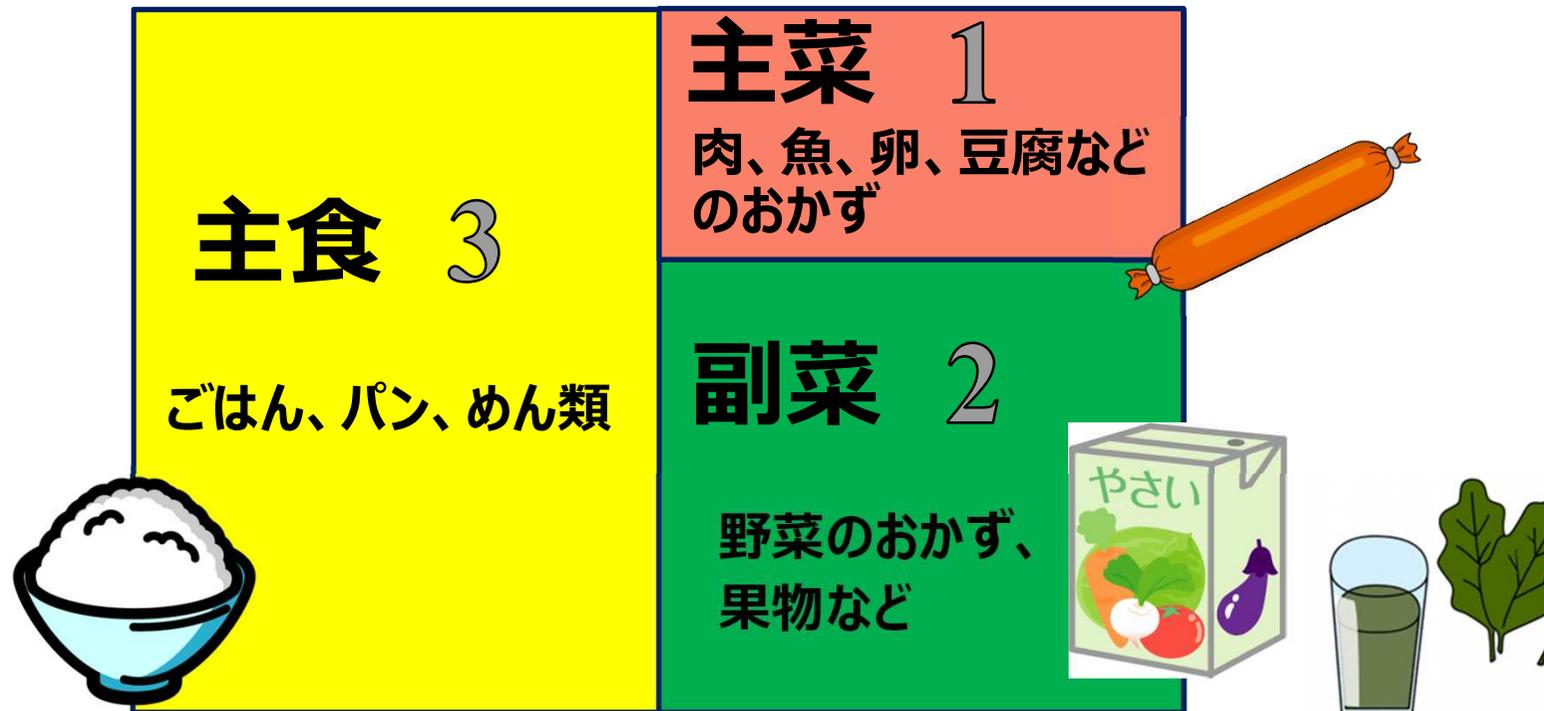
5区役所保健子ども課の栄養士の動き

- 避難所巡回における食生活把握及び個別支援活動
食生活上、個別対応が必要な方の把握・相談支援
→保健師と連携し、ケース支援
→JDA-DATの協力
4/22~28まで、延べ10名の派遣あり
- 各避難所へ栄養バランスを考慮した備蓄食品の
組み合わせ方や衛生面の注意啓発（チラシ、ポスター等）
→避難所管理者に対しても啓発
- 避難所での炊き出し時の留意点指導（パンフ作成）
→原材料表示等の張り出し等



食事選びは

主食：主菜：副菜＝3：1：2



バランスのよい食事の組み合わせとして、主食、主菜、副菜をそろえ、割合は、3：1：2になるよう選びましょう。

健康づくり推進課の栄養士の動き

●企業・団体等へ救援物資要請

庁内関係課（地域政策課・観光政策課）との連携・調整

→熱中症対策（経口補水液、塩飴等）

→アレルギー対応食、減塩ラーメン等、物資の交通整理

●「食物アレルギー児」が活用できる

アレルギービブス・サインプレート、
食物アレルギーレシピ等の配布



フェーズ3 (5/8~6/21 : 拠点避難所集約開始後~) (6月21日時点44ヶ所、避難者1,541名)

食を取り巻く現状・課題

- 日中は、避難所の避難者数は4分の1ほどに。
日中は、ほぼ高齢者のみ。
→若者は日中は仕事へ。
物流回復により、外食・中食を含め、
野菜摂取など、食の調達ができる方と、
3食すべて避難所食の方との
栄養摂取の差が大きい
- 長期化による生活習慣病の発症・悪化
- 5月26日から、夕食が弁当支給へ

5区役所保健子ども課の栄養士の動き

○避難所における食事提供
状況アセスメント調査実施
(拠点避難所(22か所)
指定・指定外避難所
(30か所))

→調査シートは
配布資料をご覧ください

○避難者が、食品購入・外食
する際、栄養バランスの良い
選び方等、減塩の工夫など
食についての啓発



外食するときの3つのポイント！

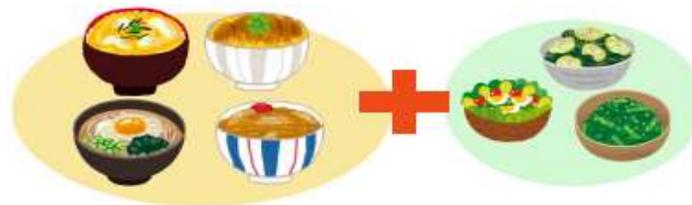
単品よりも定食を！

主食、主菜、副菜がそろっている定食を選びましょう



丼・麺類には小鉢をプラス！

小鉢には野菜が主材料のものを選びましょう



麺類の汁は残しましょう！

麺類の汁の飲み方によって減塩できます。

■ ラーメンのスープの飲み方による食塩量の違い



健康づくり推進課の栄養士の動き

- 弁当配布における関係課への情報収集
地域政策課に情報提供・打ち合わせ
→ 避難生活の長期化に伴い、健康に配慮したバランスのよい食事の配給、乾燥野菜・海藻類等の活用
→ 野菜ジュース・牛乳を避難所にプッシュ型で配送依頼
- 避難所における食事提供状況アセスメント調査の
投げかけ・まとめ等
- 熊本市食生活改善推進員協議会との連携
理事会にて、避難所における食環境について意見交換

避難所における栄養アセスメント調査実施 (拠点22か所、指定・指定外30か所分)

目的：

避難所での食事の提供状況や提供される食事内容を確認し、その結果を踏まえ、避難所の食環境に応じた食の自立を支援するための基礎資料とする。

調査時期：

拠点避難所→平成28年5月19日～5月31日

指定・指定外避難所→6月1日～6月10日



避難所における栄養アセスメント調査結果①

- ①避難所の滞在者数は、夜間は昼間の約4.5倍に
- ②調理室のある避難所13か所のうち、活用（レトルトの温め、味噌汁等）しているのは7か所
- ③炊き出し（業者・ボランティア）は半数の避難所で実施されている
- ④冷蔵庫・電子レンジ・電気ポットは全避難所に設置されていた
- ⑤徒歩15分圏域に食品購入・外食店のあるところは21か所（22か所のうち）



避難所における栄養アセスメント調査結果②

- ⑥栄養バランスの偏り（主食のみなど）
- ⑦野菜、肉・魚・大豆食品などの摂取不足
- ⑧食塩過多
- ⑨食事の選択肢がある（日中は仕事など）方の
栄養バランス
- ⑩間食時間未設定（適宜自由など）
- ⑪個別の食の配慮が必要な方（食物アレルギー、離乳食、
嚥下困難、人工透析、糖尿病、高血圧等）への
対応状況の再確認
→常駐の看護師との連携にて確認



フェーズ4 (6/22~)

(応急仮設住宅への入居開始~)

7月21日時点で 避難所：23ヶ所、避難者数838名)

食を取り巻く現状・課題

- 食事の簡便化や、嗜好品の自己購入による
栄養バランスの悪化
- 生活習慣病の発症・悪化
- 活動量不足による肥満や高齢者のフレイルの心配



避難所における野菜補充を目的とした炊き出し実施
(食生活改善推進員の協力)

※ 6月10日付け「避難所の調理室を利用した食生活改善の
取り組みについて」事務連絡 (地域政策課と連名)

野菜補充を目的とした炊き出しの実施

熊本市食生活改善推進員協議会の協力を得て、避難所における栄養バランスを考慮した食事の提供を実施。また食の自立を図り、食を通じての交流の場ともする。

協力が得られた避難所 5か所で実施

- ① 全国から寄せられた、災害支援物資を活用。
- ② 野菜がなるべく多くとれて、減塩、たんぱく質の補給ができるような献立。
- ③ 5か所の避難所で、延べ14回実施

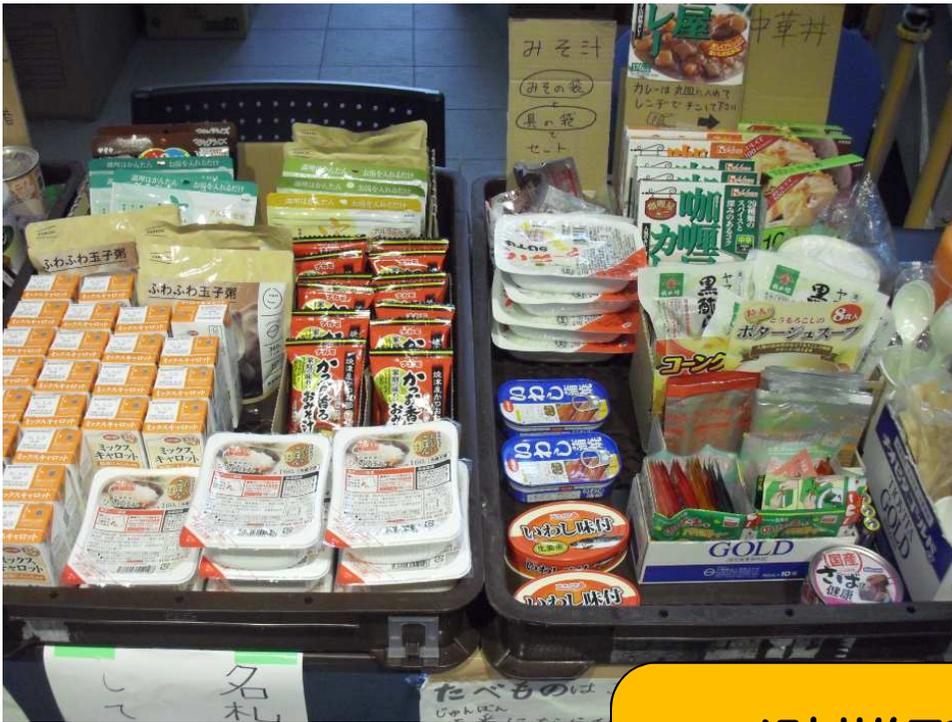


手際よく調理する食改さんたち。
避難の皆さんと和やかに・・・



お野菜たっぷり！
さんまの蒲焼缶を活用して・・・



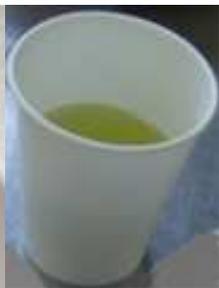


避難所の
配食の一例





避難所の配食の一例



実績 (7/13現在)

○JDA-DATによる健康支援 4/22~4/28 延べ人員 10名

○避難所の巡回回数 333回

(内訳)

発災 ~5/13	~6/13	~7/13
200	80	53

避難所健康教育・相談

集団 113回 97人、個別 243回 722人

避難所 食事支援

野菜補充を目的とした炊き出し 6回

物資の取り方助言 94回

献立作成助言（組み合わせアドバイス含む） 226回

その他の食事支援 100回

○災害時や危機管理時のための健康教育（避難所以外）

集団 9回 387人、個別 14回 14人

まとめ① ～震災を通して～

■ 特殊栄養食品等の早期仕分け

→ 救援物資保管場所への栄養士配置

■ 特殊栄養食品等の要求・管理方法、備蓄管理のあり方

→ 食品等の購入や企業への提供要求等、関係課と
タイムリーに情報交換

→ 救援物資保管担当課と速やかに協議し、在庫の確認や
避難所へのプッシュ型配送等の検討

■ 食提供に関わる避難所運営のあり方

→ 食の特別な配慮を有する方を早急に把握する環境づくり

→ 炊き出しの原材料表示等の徹底

■ 弁当配給時のタイミングや、栄養バランスからの

助言を専門職としてタイムリーに実施

まとめ② ～震災を通して～

- 食環境調査・栄養分析等を活かし、今後の長期化する避難生活者への適切な食支援

→保健師・歯科等とも連携した総合的取り組み

- 震災の教訓を次に生かす（日頃の備え：自助・共助）

→乳幼児・学童・保護者等に対する啓発

（震災に備える食育）

「非常時にできる食メニューレシピ」など

食アレルギー児の日頃の備え・回転備蓄の方法

アレルギービブス・サインプレート等の普及・活用

→全て備蓄が難しい特殊栄養食は、

平時に県外の提供先情報を把握しておく。



ご清聴ありがとうございました



おつかれさまでした



全国の皆様からの力強い御支援に
心より感謝申し上げます。
ありがとうございました。