第１章　災害時の食の現状と課題

（１）災害時の食とは

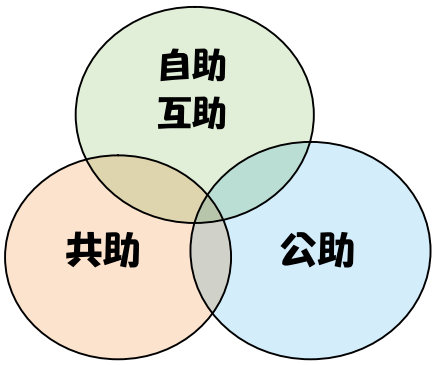
行政では、地域防災計画に基づき、平時には食料備蓄を行い、災害時には備蓄食料の放出、救援物資（おにぎり、パン類）の支給、炊き出しの実施、避難所弁当の手配等を行います。また、地域内では、ボランティアによる自己完結型の炊き出しや、個人や近隣住民による自発的な炊き出し等もみられます。

災害時の食とは、それらの備蓄食料、救援物資、炊き出し、避難所弁当等の被災者に提供される食事や食料のことを指し、過去の被災経験から、この分野においても、「自助・互助」「共助」「公助」が相互に連携したよりきめ細やかな支援体制が求められています。

○災害時食と自助・互助、共助、公助の考え方

災害に迅速・的確に対応するためには、行政による適切な対応「公助」が必要であることはもちろんですが、災害規模により、発災直後は十分な支援が届かない場合も想定されます。

発災直後は「自助・互助」で乗り切り、その後、「共助」と「公助」が連携して支え合う地域づくりを平時から関係者が協力して行うことが大切です。



自助・互助、共助、公助の関係図

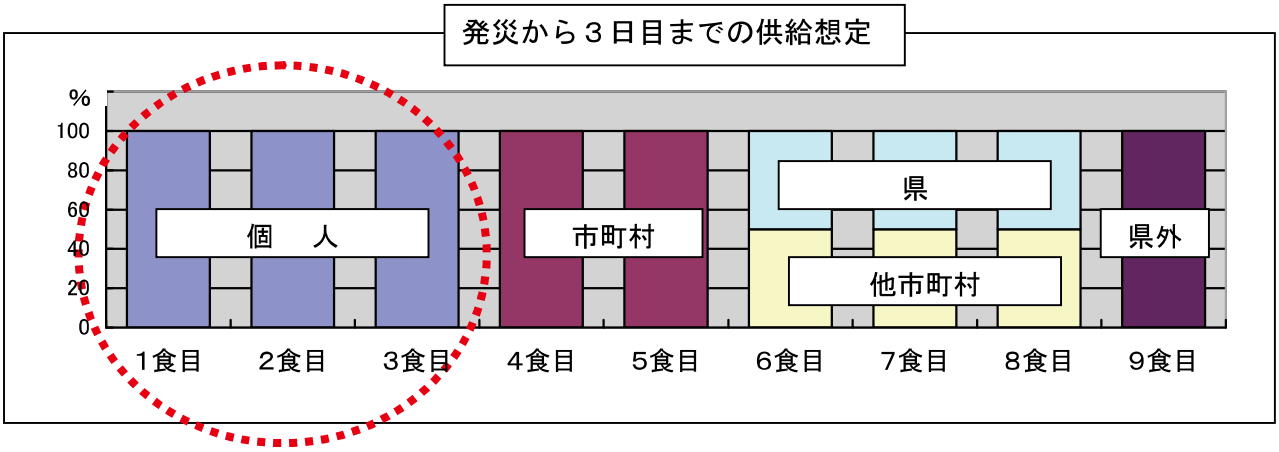
災害時食と自助・互助、共助、公助の関係

区分	意味	主な災害時食		実施主体
		平時	災害時	
自助	自分の身を自分の努力によって助けること	家庭内備蓄	・備蓄食品の利用	家庭
互助	地域の安全は地域で守ること	地域内備蓄	・自主的な炊き出し	自主防災組織 町内会
共助	民間事業者、関係団体、ボランティア等との連携による支援のこと	組織単位の備蓄	・市町村の炊き出し、避難所弁当等への協力 ・自主的な炊き出し、救援物資の支給	民間事業者 関係団体 ボランティア
公助	行政機関など公の組織による支援のこと	備蓄（現物、流通）	・食料備蓄の放出 ・炊き出し、避難所弁当救援物資等の支給	市町村 県地域機関

※参考：「にいがた防災戦略（新潟県、H21.3）」

○行政の備蓄の考え方（新潟県備蓄供給の想定）

新潟県では、中越大震災の規模に対応できる備蓄量を確保するため、県と県内市町村との役割分担を行い、全県的な備蓄調整を行っています。特に、発災当日は個人の備えで乗り切る想定となっています。



各家庭では３日分の食料備蓄が必要です（地域防災計画より）。少なくとも、発災当日は自力で乗り切る備えをしましょう！

【主な食料備蓄（行政）】

○飲料水、乾パン、α米、缶詰、

○災害時要援護者を対象とした食糧（お粥、ミルク等）

【備蓄方法】

数箇所の避難所に分散備蓄及び集中備蓄

【その他】

上記の備蓄以外に業者との災害協定による流通備蓄でも対応

○参考：行政の栄養指導対策等の位置づけ

〔厚生労働省：災害救助事務取扱要領（H19）〕

○炊き出し等の給与が長期化した場合

・メニューの多様化　・適温食の提供・栄養バランスの確保

・質の確保　・高齢者や病弱者に対する配慮

○備蓄食料

・乾パン等の画一的でないものを検討

・特に、高齢者・障害者・乳幼児・病弱者用の備え

〔厚生労働省：避難所生活の健康管理に関するガイドライン（H23）〕

○栄養管理

・目標栄養量、栄養バランスのとれた食事の提供

・可能な範囲で栄養成分等表示、選択メニュー導入

・食事で補給できない場合、栄養補助食品の活用

〔柏崎市・刈羽村・県地域防災計画〕

・栄養指導対策

炊き出し指導、巡回栄養相談、食生活相談者への相談・指導、特定給食施設指導等

・避難所での食品衛生指導

（２）過去の震災対応での課題

中越大震災、中越沖地震の経験では、おおよそ災害時の食の問題は次のような経過をたどりました。

○フェイズ毎にみた災害時の「食」の問題

	フェイズ０　（発災後24時間以内）	フェイズ１（72時間以内）	フェイズ２（4日から1か月以内）	フェイズ３（1か月以降）
対策の中心	初動体制の確立	緊急対策（生命・安全の確保）	応急対策（避難所対策中心）（避難所から仮設入居へ）	復旧・復興対策（仮設対策や新しいコミュニティつくり）
起こりうること	・食料・水の絶対的不足 ・粉ミルク、離乳食、高齢者用かゆの不足 ・腎臓病食、食物アレルギー食の不足	・フェイズ0と同じ ・温かい食事の要求	・おにぎり、パン類の過多 ・副食の不足 ・避難生活長期化による肥満、便秘、口内炎、食欲不振 ・糖尿病、高血圧患者の不安 ・感染症予防、エコノミークラス症候群予防、熱中症予防	・仮設住宅入居による食環境の変化 ・ストレス等により調理意欲の低下
主な対策	・救援物資の放出 ・不足食料の調達 ・炊き出し計画（実施主体の検討） ・要援護者用食料の調達	・同左	・避難所の巡回栄養相談 ・炊き出しの実施 ・必要な救援物資の調達	・仮設住宅入居者への対応 ・仮設住宅近辺の食環境整備
実施主体	個人、地域 市町村	個人、地域 市町村	関係機関、関係団体 市町村	個人、地域、関係機関・団体、市町村

※資料：「新潟県災害時栄養・食生活支援活動ガイドライン～実践編～（H20.3）」一部改変
※時期と対策等はあくまでも目安です。

自衛隊の炊き出し

避難所弁当

救援物資

（３）当地域における中越沖地震後の食の備え（平成１９～２１年度）

主に公助の視点

当地域では、中越沖地震後、「災害時食」に関連するさまざまな取組が行われています。

柏刈地域の栄養・食生活支援検討会の開催

○全４回開催
- 震災時の対応
- 要援護者支援
- 一般住民支援
- 今後の対策

○ 報告書の作成

市町村地域防災計画の見直し（柏崎市の場合）

○商工班と保健衛生班との連携を追記

○栄養指導対策に食料供給への助言を追記

市町村食育推進計画の策定

「家庭内備蓄」

（H19 柏崎市食育推進計画）

○目標値

８０％

○現状値

１８％

市町村要援護者備蓄の検討

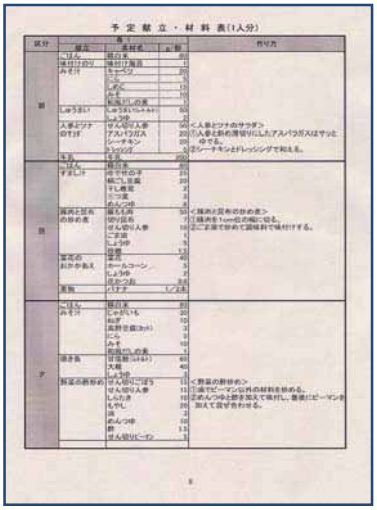
○県要援護者備蓄モデル事業

○「乳児」「高齢者」「腎臓病患者」用に必要な食料の備蓄

○災害時の食の備え

家庭での食料備蓄（３日分）を進めるためのポイントをわかりやすく記載し、全戸に配布。

乳幼児、高齢者、食事制限がある人等への対応や、便利なグッズも紹介しています。



○災害時の炊き出し献立集

中越沖地震の経験から、自衛隊や自主防災組織等の炊き出し時に活用しやすい地域特性を踏まえた献立集を作成。

春夏秋冬のシーズン毎に１週間分の献立を掲載。

※詳細は「新潟県柏崎地域振興局健康福祉部ホームページ」をご覧ください
http://www.pref.niigata.lg.jp/kashiwazaki_kenkou/1201107644574.html