○ポイント3：元気がでる食事への配慮（家庭的、温かい、おいしい、人とのつながり）

避難生活における食事は、規則正しい生活リズムを刻み、家庭的な癒しを与え、人と人とのコミュニケーションの場になるなど、復旧・復興に気持ちを向かわせ、元気を与える役割も担っており、今後ますますそういう視点に立った対応の充実が求められています。

○家庭的で、温かいものの提供

季節感のある、地元の家庭的な料理が何より喜ばれる。汁物、煮物など、家庭的で温かい野菜のおかずを取り入れる工夫をする。

○安価で、手軽に入手できる食材の使用

旬の食材を取りいれ、安価で簡単に調理できる献立とする（食材や調味料は入手しやすいものを選ぶ）。

○救援物資も上手に利用

野菜、缶詰、レトルト食品等の救援物資は無駄にならないように、上手に取り入れた献立とする。

○メニューの多様化

各事業者、団体等で災害時を想定した炊き出しや弁当メニューを１週間分程度事前に考えておくことが望ましい。また、多様な事業者や団体等が炊き出し等に参加することによりメニューにも変化ができるので、単発の炊き出しであっても喜ばれる。
（ボランティアセンターでの事前調整要）

○食事環境への配慮

避難生活のなかで、食事が生活時間にメリハリをつけ、人と人とのコミュニケーションの場となるよう、可能な限り食べる環境（食事時間のルール、みんなで食べる環境づくり等）にも配慮する。

配膳や食事時間の声かけは、被災者とのコミュニケーションの場として大切です。

○被災者との対話

避難所の食事づくりの参考にするために、市町村の避難所担当者等を通じて、被災者の食事への希望や感想等を聞き、食事づくりに反映できる関係づくりが望ましい。

また、避難所のリーダーや小グループ等に直接話を聞く機会をもち、可能な範囲で献立づくりに参加を促すこともよい。

○ポイント4：衛生面の安全安心（大量調理施設衛生管理マニュアルを基本にして）

食中毒予防のために、献立作成、調理、配達等の各段階での配慮の徹底が重要です。
不明な点があれば、保健所または柏崎食品衛生協会の食品衛生指導員に相談のうえ実施してください。

○調理場所として、コミュニティセンター等の調理室を確保する。
○調理従事者は、事前に体調チェック（手指の怪我、発熱、下痢等の有無）を行い、十分な手洗いと消毒をしたうえで調理する。また、清潔な服装を心がける。
○食材は、できるだけ直前に納入し、魚や肉等の要冷蔵品や冷凍食品は保冷できる場所（専用クーラー等）に保管する。
○使用水は、水道水やミネラルウォーターなどの飲用に適する水を使用する。
○調理時には、専用のグローブ（使い捨て手袋）を用いる。
○提供食品は、加熱できるもの基本（調理施設の衛生レベルにより決定）とし、直前に十分加熱し、速やかに食べるよう周知する。

（参考）衛生管理セルフチェック表

N0	項目	内容	チェック欄
1	調理従事者の健康管理	次のような症状がある人は、原材料を含む食品に直接触れる作業には従事しない。 ・体調が不良、下痢をしている人、手指に傷や化膿がある人	
2	手洗いの励行	せっけんと消毒液（アルコールなど）を使用して手を洗う。 ・調理の前 ・トイレの後 ・加熱前の原材料に触った後 ・盛り付けやおにぎりを握る前	
3	調理器具の洗浄と消毒	調理機材は、使用後や作業が変わるごとに、洗浄と消毒（アルコールなど）を行う。 ※アルコールは器具の水分を除き、乾燥した状態で使用	
4	提供食品は加熱調理品	食中毒予防の観点から、提供食品は加熱食品とする。	
5	検食食品	食中毒が発生した場合に提供した食品の検査ができるよう、提供食品の一部を検食用食品として保存する。 ※1品あたり50gずつ使用していないビニール袋に入れて2週間冷凍保存する。その後廃棄する。	

○ポイント5:関係機関との連携体制づくりと防災教育

避難所での炊き出しや弁当の提供には、市町村、自衛隊、食品関連事業者、関係団体、自主防災組織等のさまざまな関係者が行います。いざという時、スムーズに対応できるよう、平時の訓練や関係者同士の「顔がみえる関係づくり」が大切です。

（１） 災害時の食支援体制と関係機関の役割

関係機関の役割は、概ね以下のとおりです。被災者の支援の主体は市町村ですが、内容によって担当部署が異なります。また、市町村の取組を支援するのが県（地域振興局）の役割で、災害時はもちろん平時の訓練等も連絡を密に行う必要があります。

部		平時	災害時
市町村	防災部署	 ・地域防災計画 ・防災体制の整備 ・防災教育、訓練 ・食料備蓄 ・自主防災組織の組織化　等	・市町村本部設置 ・主に食料班活動として、被災者の食料の調達や配給（備蓄の放出、救援物資、炊き出し、避難所弁当等の支給等） ・災害ボランティアセンターの設置（主に社会福祉協議会内に設置）
	保健部署	・健康教育（防災教育含む） ・家庭内備蓄促進	・被災者の健康・栄養に関する活動 ・避難所巡回指導、健康調査等
	福祉部署	・要援護者リスト ・健康教育（防災教育含む）	・災害時要援護者用食料に関する活動 （要援護者の把握と食料支給等）
県	本庁 防災部署	・地域防災計画、防災体制の整備 ・防災教育、訓練 ・食料備蓄　等	・県本部設置 ・市町村本部の要請に応じた支援
	地域振興局	・防災体制の整備	・局内本部の設置、市町村支援
	地域振興局 健康福祉部 （保健）	・健康教育（防災教育含む） ・家庭内備蓄促進 ・関係機関、団体の研修会等	・市町村保健活動の支援 ・避難所巡回指導、健康調査、給食施設支援、炊き出し指導　等
	（食品衛生）	・衛生教育（防災教育含む） ・関係機関、団体の研修会等	・避難所及び炊き出しの衛生指導に関すること（避難所巡回指導、炊き出し指導） ・飲食店の衛生指導 ・水道の管理指導　等
関係機関、団体		・研修会 	・行政依頼の炊き出し、避難所弁当への協力 ・自主的な炊き出し、救援物資の支給
自主防災組織		・訓練	・自主的な炊き出し、 ・行政と地域の調整役

（２)共助を促す防災教育

被災経験からの学びを風化させず、次の備えに生かすことが何より重要です。

今回のレシピ集を参考に、各事業者、関係団体、自主防災組織等、それぞれの組織内でよりよい災害時食（特に避難所弁当や炊き出しの実施）に向けた話し合いや研修会、さらには関係者の横のつながりを意識した研修会等が望まれます。

また、自助・互助力をさらに高めるために、家庭内備蓄やその利用方法、簡単なパッククッキング等の普及啓発にも関係者と協力しながら取り組むことも必要です。

○研修会、訓練、普及啓発

（避難所弁当や炊き出し）

・避難所弁当や炊き出しの提供に関する話し合い（人員配置、献立内容、調理器具等）
・弁当や炊き出しに関する調理実習
・地域住民参加型の訓練

（パッククッキング）

・関係団体や自主防災組織等へのパッククッキングの紹介、実習

（家庭内備蓄）

・家庭内備蓄を促進するために日頃の活動やイベント等をとおしての普及啓発
・学校等を通した防災教育

自主防災組織等による炊き出し訓練

健康展などでの備蓄促進の展示