

# 記録 阪神・淡路大震災における食生活改善状況

## 1 県健康課

### (1) 被災状況と避難者の推移

#### ア 地震の概要（気象庁発表）

- (ア) 発生年月日 平成7年1月17日5時46分ころ
- (イ) 震源地 淡路島北部 北緯34度36分 東経135度03分
- (ウ) 震源の深さ 14km
- (エ) 規模 マグニチュード7.2

#### イ 各地の震度（気象庁発表）

- 震度6 神戸、洲本
- 5 豊岡、京都、彦根
- 4 姫路、岐阜、四日市、上野、福井、敦賀、津、和歌山、舞鶴、大阪、高松、岡山、徳島、津山、多度津、鳥取、福山、高知、境、呉、奈良
- 3以下は略

（現地調査によって神戸市等阪神地域及び淡路島の北部の一部で震度7判定）

#### ウ 地震の特徴

- (ア) 人口350万人余りが密集する、淡路北部から神戸市及び阪神地域の直下で発生した内陸・都市直下型地震であった。
- (イ) 深さ14kmという比較的浅い部分で発生し、断層が横にずれることにより起こったもので、大きなエネルギーが一挙に解放されるタイプであった。このため、地震の継続時間が短い半面、振幅が最大18cmと観測史上最大になるという強い揺れを観測した。

#### エ 被害の特徴

- (ア) 大都市を直撃した地震のため、電気、水道、ガス等被害が広範囲になるとともに、新幹線、高速道路、新交通システム、都市間交通・地下鉄が損壊し、生活必需基盤（ライフライン）に壊滅的な打撃を与えた。
- (イ) 古い木造住宅の密集した地域において、地震による大規模な倒壊、火災が発生し、特に神戸市兵庫区、長田区等では大火災が発生した。
- (ウ) 戦後50年間、近畿には、特に大きい地震がなく、各分野において緊急事態への備えが十分であったとは言えない中、未曾有の大地震により災害の規模が広がった。神戸・阪神地域というわが国有数の人口密集地に発生したため、最大31万人を超える住民が避難所での生活を余儀なくされた。

#### オ 兵庫県内被害状況

- (ア) 災害救助法指定市町数 10市10町

〔神戸市、尼崎市、明石市、西宮市、洲本市、芦屋市、伊丹市、  
宝塚市、三木市、川西市、津名町、淡路町、北淡町、一宮町、  
五色町、東浦町、緑町、西淡町、三原町、南淡町〕

(1) 被害状況 (平成8年1月11日現在)

区分	死者	行方不明者	負傷者	倒壊家屋	焼失家屋
被害数	6,279人	2人	34,900人	192,706棟 406,337世帯	7,456棟 9,322世帯

区分	避難所	避難者
被害数	1,153か所	316,673人

(最大時：平成7年1月23日現在)

(2) 避難者の推移

保健所名	1月19日		1月23日		4月1日		7月1日	
	避難所	避難者	避難所	避難者	避難所	避難者	避難所	避難者
西宮	172	40,000	192	33,863	123	5,961	55	293
芦屋	51	20,880	54	16,134	41	2,287	—	—
伊丹	66	8,235	71	4,274	22	162	—	—
宝塚	62	13,804	59	8,580	34	1,131	—	—
川西	12	1,787	13	532	3	11	—	—
明石	19	2,566	19	861	5	140	—	—
津名	47	4,006	48	5,167	10	219	—	—
その他県保健所	2	37	7	253	—	—	—	—
神戸市・尼崎市	553	183,465	674	234,931	481	52,757	293	18,838
合計	984	274,780	1,137	304,595	719	62,668	348	19,811

避難所から待機所へ変更 8月1日

待機所解消：西宮市 9月30日 神戸市平成8年1月現在存続

(3) 仮設住宅の入居状況

保健所名	市町名	入居開始	鍵渡し戸数
西宮	西宮市	2/18	5,440
芦屋	芦屋市	2/7	2,999
伊丹	伊丹市	2/6	660
宝塚	宝塚市	2/6	1,665
川西	川西市	2/16	620
明石	明石市	3/8	856
三木	三木市	4/18	96
洲本	洲本市	3/13	14
津名	津名町	2/7	260
	淡路町	2/10	123
	北淡町	3/1	600
	一宮町	3/16	376
	五色町	2/2	70
	東浦町	2/17	222
三原	西淡町	3/1	4
	三原町	2/8	4
神戸市・尼崎市		—	33,990
合計		—	47,641

(4) 仮設住宅のみ建設

保健所名	市町名	建設戸数
川西	猪名川町	48
三田	三田市	244
加古川	加古川市	1,194
	稲美町	38
	播磨町	61
高砂	高砂市	412
姫路市		569
県外		1,070

## (2) 被災地における食生活改善事業

### ア 概要

全ての避難者が温かい食事を盛り込んだ「1日3食」を食べられるよう支援し、疾病を持つ避難者の身体状況の改善を図ることを目標に避難所の巡回栄養相談を保健所栄養士を中心に実施した。

また、避難者の仮設住宅入居後は、仮設住宅を訪問し栄養指導を実施した。更に、栄養状態を的確に把握し、適切な指導を実施するため仮設住宅等2000世帯を無作為抽出し、栄養摂取状況の調査を行った。更に、ふれあいセンター等を利用し、簡単で安全な器具等を活用した具体的な調理法等を交えた栄養健康教育を実施し、被災者の食生活の改善の支援を行った。

※様式等について、本編に掲載したもの、及び類似のものについては省略した。

### イ 経緯

#### (ア) 1月17日から1月31日までの活動

避難者の健康管理対策として、19日被災地の対応状況を把握し、被災地保健所管内の巡回栄養相談の実施に向けて検討した。

1月20日より開始した巡回保健相談の結果、食事面での相談が必要であることがわかり、疾病を持つ避難者への栄養指導を行い、身体状況の改善を図るため、23日巡回栄養相談事業について被災地保健所と調整し、体制の整った保健所については25日から開始した。

27日巡回栄養相談実施について記者発表(資料配布)を行い、周知を図った。

29日巡回栄養相談事業を2月1日から実施することを該当保健所へ通知し(別紙1)、保健所からは毎日FAXで実施報告を受けることとした。また、実施にむけての応援について厚生省、兵庫県栄養士会と調整を図った。

31日巡回栄養相談に使用するリーフレットを保健所へ配布し、実施に備えた。(高血圧又は腎臓の悪い人の食事、糖尿病の食事、下痢の時の食事(その1、その2)、かぜの時の食事、熱のある時の食事、便秘の時の食事)

#### (イ) 2月1日から3月31日までの活動

避難所への巡回栄養相談は、体制の整った保健所から順次、厚生省、兵庫県栄養士会等の応援を得て開始した。(1月25日から2月2日までの間に津名、川西、明石、芦屋、伊丹、宝塚、西宮の順に被災7保健所で開始。)

巡回栄養相談開始とともに必要となった避難者の栄養改善のための栄養補助食品等の提供を業者に依頼し、巡回栄養相談時に、高齢者等を中心に配布した。

刻々と変化する避難所の状況に的確に対応するため、県健康課職員が2月13日から被災7保健所を巡回し、保健所と一緒に3月以降の対応について検討した。

その結果、3月からは、ライフラインの復旧や仮設住宅の建設により避難所の状況も変化し、避難所人口(特に昼間人口)が減少し、仮設住宅への入居が開始されたことに伴い、仮設住宅への訪問栄養指導も開始した。(2月24日から3月22日の間に、津名、伊丹、西宮、宝塚、芦屋の順に開始。)

この間、県外栄養士延べ123人、兵庫県栄養士会員及び在宅栄養士延べ185人、

被災地外県保健所栄養士延べ70人で総計378人の応援を得て、4316人への栄養指導を行った(別紙2)。

(ウ) 4月1日から1月17日までの活動

4月より、在宅栄養士の雇い上げの体制に変更し、仮設住宅等の訪問栄養指導を引き続き実施した。

実施要領においては、状況の変化に対応するため、実施期間を当面9月までの6か月と定め、さらに、管内に仮設住宅建設予定の保健所も実施保健所に加え、該当保健所にその旨通知した。(その後、期間を平成8年3月まで延長することとして、再通知し継続中である(別紙3)。)

5月の連休後、仮設住宅入居者が増加し、ふれあいセンターも開設したことから、調理実演を含む栄養健康教育を開始した。

震災から6か月後の7月、調査結果を栄養健康教育に活用することを目的として、被災地7保健所管内で、2000世帯(仮設住宅1000世帯、一般住宅1000世帯)を無作為抽出により選定し、栄養摂取状況の調査を行った。

また、今回の経験を踏まえて、現在、災害時における保健所栄養士等の食生活改善活動ガイドラインを作成中である。

ウ 避難所への巡回栄養相談事業

(ア) 巡回栄養相談の内容

高齢者からの相談のほか、生活環境の急激な変化により、かぜ、下痢、便秘等体調をくずした人からの相談や、高血圧等慢性疾患で配布食品がそのままでは食べにくい人に対する食べ方の工夫等の指導が多かった。そのため、離乳食製品、レトルト食品、栄養補助食品等の提供を業者に依頼し、巡回相談時、配布食品が食べにくい乳幼児や高齢者を中心に配布した。

避難所における栄養相談は、延べ巡回箇所数1193か所、相談延べ人数4080人に対して行い、従事栄養士延べ人数は501人であった(別紙4)。

(イ) 避難所における食事内容

当初「おにぎり」だけの配布だった避難所の食事も、2月になるとかなり改善されてきた(別紙5)。

平均的な配布内容は、朝…パン、ジャム(バター)、牛乳、時々バナナ、みかんの配布、 昼…おにぎり、佃煮、缶詰、 夕…幕の内弁当で、これらの栄養価は、エネルギー1576kcal、たんぱく質63.5g、脂質40.9gであった。この頃活発に実施されるようになったボランティアによる炊き出しの豚汁を追加すると、全体では、エネルギー1738kcal、たんぱく質69.8g、脂質49.9gとなった。しかし、野菜や果物の使用は少なく、ビタミン類等については不足状態であった。

避難所ごとに食事の状況をみると大きな格差があった。たとえば、救援物資の配布が不定期である所、調理設備がないため救援物資の活用がされていない所から救援物資が定期的に配布されている所、ボランティア等により炊き出しが実施されている所、避難者自らが炊き出しをはじめている所まで内容はもとより状況や対応にも格差がみられた。しかし、これらの中で共通して、みられたことはた

んぱく質食品及び野菜類の不足であった。

(ウ) 避難所の食事内容改善のための活動

この時期の避難所の問題点をまとめると、①配布される弁当を含む食品の栄養量は、偏っており、避難所生活の長期化により、健康上の影響が心配される。

②避難所により、配布食品の質、分量の差が大きい。(配布される物資の差、炊き出しの有無による温食の提供状況の差、避難者自身が購入できる食品の差等。)

③避難所における炊き出しは、ボランティアに依存している所が多い。④避難所における簡易調理設備はほとんど設置されていない。⑤多く配布されている弁当、おにぎり類には、高齢者にとっては食べにくいものもあり、高齢者の栄養不足が心配される等であった。

そのため、巡回栄養相談において、次のような対応を行った。①配布食品に栄養的な配慮を行えるよう、災害救助法による食事の費用に特別基準を適用するよう生活文化部等へ働きかけた。その結果、逆上って特別基準(1200円)が適用されることとなった。(一般基準は850円) ②たんぱく質供給食品、野菜類を豊富に取り入れたり、温かい料理にするための具体的な指導を行い、避難者の食事改善を図った。(高齢者等必要な対象には、レトルト食品や粉ミルク、栄養補助食品の配布を引き続き行った。) ③市町災害対策本部に対し、救援物資の効果的な配布やボランティアによる避難所の炊き出し実施場所の調整や献立を助言した。

④避難所管理者等に簡易調理設備の設置勧奨等による調理環境改善のための働きかけを行った。⑤炊き出しの少ない避難所に対しては、地域の栄養士会等に呼びかけ、救援物資を活用した炊き出しを行った。また、兵庫県いずみ会は、保健所管内いずみ会に対して、市町等の実施する被災者支援活動に積極的に参加するよう呼びかけ、5月末までで726回の炊き出しを行っている。⑥避難所を巡回するなかで、避難者の中からリーダーを発掘したり、炊き出し実施者に対して献立や調理の指導を行った。⑦避難所に野菜や牛乳の摂取の勧奨のためのポスターを掲示したり、簡単にできる料理の講習会を開く等で、調理意欲をなくしている避難者に対して、調理の自立を促した。

エ 給食施設指導

被災地区の給食施設を巡回し、施設の破損状況と給食実施状況について調査した。

給食施設への被害調査によるとほとんど全部の施設で食器の損壊がみられた。また、約半数の施設が食器の損壊を除く何らかの被害を受けていた。被害内容としては、壁や水道・ガスの配管部分が最も多く、次いで給湯器や冷凍・冷蔵庫、食器消毒保管庫、電子レンジ等の転倒による損壊がみられた。

平常給食の実施は、各施設の損壊状況のほか、施設の性格(収容施設か否か)、地域のライフラインの復旧状況、各施設の水、熱源、食材料や調理人員の確保等の状況により異なった。早い施設では、1月17日に平常どおりの給食が実施できており、1月中に約1/3の施設が、2月中にさらに約1/3の施設が平常どおりの給食を再開した。

被災地の給食施設で、いわゆる非常時用の食品を備蓄していた施設はほんのわずかで、ほとんどの施設は、在庫食品により当座をしのいでいた状況である。

このような状況で、給食施設から、保健所への依頼があった内容は、調理員の応援、パンの大量購入可能な施設等の紹介等であり、行政間及び栄養士会との連携を

活用して対応した。

#### オ 仮設住宅への訪問栄養指導の実施

刻々と変化する避難所の状況に的確に対応するため、県健康課職員と被災7保健所との検討の結果、3月からは、仮設住宅への入居が開始したことに伴い仮設住宅への訪問栄養指導も開始した。(2月24日から3月22日の間に、津名、伊丹、西宮、宝塚、芦屋の順に開始。)

買い物が不便、台所が狭い、調理器具や熱源が限られている等の訴えがあり、それらに対して、一度の買い物で無駄のない食品が購入できるよう食品の計画購入や、「コンロ1つでできる簡単調理」集(兵庫県保健所栄養士協議会との協力により作成)の配布による具体的調理法の指導を行った。

3月末までは、県下の保健所栄養士をはじめとする各方面からの応援体制により被災地における食生活改善事業を実施していたが、4月より、在宅栄養士の雇い上げの体制に変更し、仮設住宅等の訪問栄養指導を引き続き実施した。

訪問栄養指導の方法は、保健所の実状にあわせ実施しやすい方法をとった。平均的には、保健婦等との連携により必要な対象者の住宅を訪問し栄養指導を実施する方法である。管内の仮設住宅建設箇所が少ない保健所では、定期的な健康相談・栄養相談日を仮設住宅建設箇所ごとに設定し、定期的に相談を受けるとともに、そのフォローとして継続訪問栄養指導を行うという方法をとったところもある。しかし、市町や保健所内の他職種との調整に長時間を要した保健所もあり、必ずしも、被害状況にスライドした活動状況とはならなかった。

指導内容は、全体に共通しているものとしては、買い物対策の指導、家庭での食品管理や食べ方の対策等の指導である。買い物対策としては、塩分や脂肪が過剰にならない商品の選択方法、保存しやすい食品のアドバイス、食品の組み合わせ方法等を指導した。家庭での食品管理や食べ方の対策としては、常備野菜の保存方法、野菜等の簡単な調理方法及び変化をつけるための展開方法、消化のよい軟らかい調理方法等を指導した。また、男性の一人暮らしの人に対する指導も多かった。慣れない一人暮らしで料理に困っている人もあり、簡単な調理例等を配布するとともに継続的な指導を求められた。

個別的な指導内容は多岐にわたるものであった。仮設住宅入居者は高齢者が多く、その健康状態は、千差万別で糖尿病、高血圧、肝臓病、胃潰瘍、膠原病等様々な疾病を複数かかえている人がかなり多く、その程度もまちまちであった。また、栄養や調理に対する意欲・意識・知識・技術等も各人各様である。このような対象者の状況に応じて、個々人により望ましい食生活の実践のための指導助言を、その人の栄養や調理の知識技術の程度にあわせた内容で実施するものであるが、震災前に実施していた指導内容とのギャップに戸惑いを感じた栄養士もいた。

このため、ブロック研修会、栄養調査実施説明会等を活用して、被災地保健所の栄養士の話し合いの場を設定し、情報交換を行うとともに栄養士への精神的な配慮を行った。

## カ 栄養健康教育の実施

5月の連休後、仮設住宅入居者が増加し、ふれあいセンターも開設したことから、調理実演を含む栄養健康教育を開始し、「同じ材料でも色々の料理に幅広く使い、限られた材料で豊富なおかずづくり」「鍋1つでできる栄養価の高い料理づくり」をメインテーマとし、食生活の自立を促すとともに栄養改善を図った。このことは、食生活の改善を進めるとともに参加者の生活情報の交換の場となり、閉じこもりがちな入居者の交流を深めるのに役立った。

この活動による実績は、下記のとおりである。

被災地における食生活改善事業実施状況

	実 績(平成7年12月31日現在)	
避難所巡回 栄養相談	実施避難所数	1,193か所
	従事人員(延)	501人
	指導件数(延)	4,080件
仮設住宅 栄養相談	従事人員(延)	689人
	訪問件数(延)	5,744件
栄養 健康教育	実施回数(延)	99回
	参加人員(延)	2,693人

## キ 栄養摂取状況の調査

震災後、6か月経過した7月、被災地7保健所管内で、2000世帯(仮設住宅1000世帯、一般住宅1000世帯)を無作為抽出により選定し、栄養摂取状況の調査を行った。実施要領(別紙6)(調査の詳細については、「4 被災における栄養摂取状況調査」参照。)

## ク 災害時における食生活改善活動ガイドラインの作成

被災地における食生活は多くの関係者により支えられる。しかし、緊急時にこれらの関係者が有機的に連携し、被災者への食品供給が栄養的配慮を行い、円滑に実施されるためには、平常時からの備えが何より重要であることを、今回の震災により痛感した。

このことを踏まえて、今後の災害時における保健所等行政栄養士の活動のあり方とともに、行政はもとより給食施設や一般住民の災害に対する備えについての内容とした。

## ケ 問題点

(ア) 職員自身が被災者であったこと、交通機関が途絶したことにより震災直後、少数職種である栄養士が不在となってしまったことや、勤務できる職員の少ない中、保健所が物質の受け入れ等緊急業務に追われ、本来の機能を果たすことができない状況となったため、食生活改善事業の立ち上がりは、早い保健所でも1月下旬であった。

(イ) 避難所生活が長期化するような大規模災害が想定されておらず、配布食料に栄養的配慮が必要であるという認識がされていなかったことや県及び市町災害対策本部との関係が希薄であり、避難所における配布食料の栄養的配慮が十分とはいえなかった。

(ウ) 広範囲にわたる被災、次々に変わる状況の中で、防災計画の中に位置づけられていない活動を、マニュアルもなく、手さぐりで進めていかなければならず、必要な時に必要な対応をすることが、困難であった。

(エ) 非常時における栄養指導技術が未熟であったことや栄養士のマンパワー不足から、被災者の対応に追われ、栄養指導を効果的に進めることができなかった。日頃からの研修や応援体制、市町への栄養士の配置が必要である。

(オ) 仮設住宅地区のコミュニティとしての運営・管理体制が整備されておらず仮設住宅建設地区を1つの地域として、栄養健康教育の実施を働きかけるための窓口が存在せず、運営にあたっては相当の困難と労力を要している。

## コ 今後の対応

仮設住宅入居者の食生活の状況は、まだまだ平常時に戻ったとはいえない。そこで、前回と同様兵庫県保健所栄養士協議会と協力して、「簡単おかずで健康づくり Part 2」を作成し、仮設住宅各戸への訪問栄養指導の際配布説明し活用願うとともに、栄養健康教育においても使用し、被災地における訪問栄養指導や栄養健康教育を一層充実して実施していくこととしている。

また、ボランティアで活動している兵庫県栄養士会やいずみ会との連携もより一層深め、一日も早い被災地の復興へ食生活面からの支援をしていきたい。



## 平成7年兵庫県南部地震巡回栄養相談実施要領

### 1 目的

避難所や仮設住宅等を巡回し、被災者の栄養状況を把握し、早期に栄養状態を改善するため栄養相談を実施する。

### 2 内容

- (1) かぜ、便秘、下痢等の症状を改善するためのアドバイス
- (2) 高血圧、糖尿病等の慢性病の人へのアドバイス
- (3) 地域における商品入手のための情報提供  
(商品の種類と内容、販売店名及び住所、通販の有無、使用方法等)

### 3 実施方法

保健婦とともに避難所や仮設住宅等を1回/3日巡回し、栄養相談指導を実施する。  
但し、回数等については被災地の状況に応じて実施する。

### 4 協力機関

保健所・市町・県栄養士会・日本栄養士会が協力し実施する。

### 5 実施の報告

保健所は巡回栄養相談の実施状況を別紙により、実施の翌日に県健康課あてFAXで報告する。

巡回栄養相談実施報告書

保健所

月 日

巡回地	相談 延べ人数	内訳								避難所等の 状況・問題 点等特記 事項	
		幼 児 食 ・ 離 乳 食	高 血 圧 ・ 糖 尿 病	そ の 他 成 人 病	そ の 他 慢 性 病	か ぜ	便 秘 ・ 下 痢	老 人 食	ア レ ル ギ ー		そ の 他
栄養士氏名 ( )											
栄養士氏名 ( )											
計											

※慢性病には肝臓病・腎臓病等を含む。

## 兵庫県南部地震における巡回栄養相談実施状況

(事業開始より平成7年3月末日まで)

保健所名	巡回栄養相談の開始	仮設住宅入居者等への栄養相談開始	県外からの応援(栄養士)延べ人数	県内からの応援(栄養士)延べ人数
西宮	2月2日	3月9日	㈾大阪府栄養士会より91名	
芦屋	2月1日	3月22日		<ul style="list-style-type: none"> <li>・県保健所栄養士11名</li> <li>・㈾兵庫県栄養士会及び管内在宅栄養士23名</li> </ul>
宝塚	2月1日	3月15日	岐阜県より3名 静岡県より13名	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県保健所栄養士4名</li> <li>・㈾兵庫県栄養士会及び管内在宅栄養士60名</li> </ul>
伊丹	2月1日	3月8日		<ul style="list-style-type: none"> <li>・伊丹市より5名</li> <li>・㈾兵庫県栄養士会及び管内在宅栄養士14名</li> </ul>
川西	1月30日	6年度内実施せず		<ul style="list-style-type: none"> <li>・川西市より2名</li> </ul>
明石	1月30日	6年度内実施せず		<ul style="list-style-type: none"> <li>・県保健所栄養士14名</li> <li>・㈾兵庫県栄養士会及び管内在宅栄養士33名</li> </ul>
津名	1月25日	2月24日	徳島県より16名	<ul style="list-style-type: none"> <li>・県保健所栄養士23名</li> <li>・㈾兵庫県栄養士会及び管内在宅栄養士56名</li> </ul>

## 被災地における食生活改善事業実施要領

### 1 目的

避難所や仮設住宅、給食施設等を巡回し、被災者等の栄養状況を把握するとともに巡回訪問栄養指導や栄養健康教育を実施することにより早期に栄養状態を改善することを目的とする。

### 2 内容及び実施方法

下記の事業を各被災地の状況に合わせて実施することとする。

#### (1) 巡回栄養相談事業

##### ア 避難所の食生活環境の改善

(ア) 個別栄養相談により長期化する避難所生活において避難者の自立が図れるよう支援するとともに、避難所全体としての食事内容の改善を図る。

(イ) 炊き出しの充実による栄養改善

##### イ 巡回訪問栄養指導

保健婦との連携のもと、必要な対象について栄養士が避難所を訪問し、栄養指導を行う。

#### (2) 仮設住宅入居者等への栄養相談事業

##### ア 訪問栄養指導

保健婦との連携のもと、必要な対象について栄養士が仮設住宅等を訪問し、栄養指導を行う。概ね2日/週(1日2班、1班栄養士1名で巡回)

##### イ 健康教育(グループ指導)

仮設住宅入居者等を対象に小グループで、簡単な調理のデモンストレーション等を取り入れながら健康教育を実施し、栄養の適正化が早期に実現されるよう努める。概ね1会場/週(1会場栄養士2名で実施)

#### (3) 給食施設指導

被災を受けた栄養士のいない施設の状況を把握するとともに、給食の早期平常化について指導する。

#### (4) 栄養摂取状況の把握

被災地における栄養摂取状況を把握し、今後の健康教育等の対策等について検討する基礎資料とする。

調査対象：被災地の世帯を無作為抽出により、約2,000世帯

調査内容：食品摂取頻度及び食習慣、食に関する意識の変化等

### 3 実施主体

被災地保健所…上記(1)~(4)について実施

管内に仮設住宅を多く有する保健所(三田、加古川、高砂)…上記(2)を実施

### 4 実施期間

平成8年3月末日まで。

### 5 実施の計画

実施保健所は、翌月の事業計画を別紙様式により前月25日までに健康課に提出するものとする。

### 6 実施の報告

実施保健所は、上記事業の実施状況を別紙「被災者に対する栄養改善事業実施報告(実施記録)一覧」に従い健康課あてFAXで報告する。

## 被災地における食生活改善事業実施報告（実施記録）一覧

項 目		報告(記録)様式	報 告 期 日 等
実施計画	実施計画	様式1	前月25日までに提出
	実施経費内訳	様式2	
実 施 報 告	(1)巡回栄養相談事業	様式3及び様式4	実施の翌日（午前中）に報告
		様式8-1	金曜日までの実施状況について、翌週の月曜日に報告
	(2)仮設住宅入居者等への栄養		
	ア 訪問栄養指導	様式5	実施の翌日（午前中）に報告
		様式8-2	金曜日までの実施状況について、翌週の月曜日に報告
	イ 健康教育 （グループ指導）	様式6	実施の翌日（午前中）に報告
(3)給食施設指導	様式7及び 様式8-3	指導状況を様式5に記入し、金曜日までの実施状況について、翌週の月曜日に様式6-3で報告	

※様式8-1、8-2、8-3については、期間中に実施がなくとも、必ず提出すること。

別紙 3 - ③

様式 1

\_\_\_\_\_  
月被災地における食生活改善事業計画書

\_\_\_\_\_  
保健所名

1 巡回栄養相談事業（避難所）

(1) 実施期間及び回数

(2) 実施方法

2 仮設住宅入居者等への栄養相談事業

(1) 訪問栄養指導

ア 実施期間及び回数

イ 実施方法

(2) 健康教育（グループ指導）

ア 実施期間及び回数

イ 実施方法及び内容

(3) その他（具体的に）

3 給食施設指導

(1) 目的及び対象施設

(2) 実施期間及び回数

4 その他災害復旧に係る栄養改善事業

被災地における食生活改善事業実施経費内訳

科目	金額(円)	積 算 内 訳
時間外勤務 手 当		
賃 金		
報 償 費		
旅 費		
需 用 費 (食糧費)		
(その他)		
その他経費		
合 計		

巡回栄養相談事業報告書(その2)

月 日 保健所名 指導栄養士名

避難所	食事内容 (朝・昼・夕で記入すること)	栄養摂取状況 (6つの基礎食品)					炊き出しの状況		熱源等の状況		指導した内容等	
		魚・肉・卵・大豆	牛乳・乳製品	緑黄色野菜	その他の野菜・果物	米・パン・いも等	油脂	回数 週単位の 回数	内容 (具体的に)	水		使用可能 熱源
	朝											
	昼											
	夕											
	朝											
	昼											
	夕											



## 仮設住宅入居者等への栄養相談事業報告書(グループ指導)

保健所名

指導栄養士名

開催日時	平成 年 月 日 ( ) ~	
開催場所		
参加者数		
内 容	調理講習(デモ含む)	ねらい  内 容 (使用教材についても記入)  状況等
	講 話	ねらい  内 容  状況等
	その他	

※仮設住宅入居者だけでなく、一般家庭を対象にしてもよい。

被災にかかると給食施設指導記録

施設数	
-----	--

1. 施設状況 (被災前)

食 従事者数	数	朝 ( ) 昼 ( ) 夕 ( )	( ) 名 (パート 名を含む)
-----------	---	-------------------	------------------

2. 設備、機器の損傷状況

壊れた設備	壊れた機器
-------	-------

3. 平常給食の開始日 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

4. 平常給食までの状況 (状況の変化に合わせて段階をわけて記入する。2段階にわたる必要がなければ1段階のみ記入でよい。)

開始日	喫食数及び内容		従事者の状況	食材確保の方法	熱源確保の方法	ライフラインの復旧状況			その他 特記事項	
	朝	昼				夕	電気	水道		ガス
月 日	食	食	食							
月 日	食	食	食							

5. 非常食(備蓄食品)について  
準備していたもの

品	物	数量	使用量

6. 指導内容

品	物	数量

平成7年12月31日現在

被災地における食生活改善事業

保健所	避難所における巡回栄養相談			仮設住宅入居者等への訪問栄養相談										健康教育													
	巡回箇所数 箇所	従事栄養士数 人	相談延べ人数 人	内								相談延べ人数 人		巡回箇所数 箇所	実施回数 回	従事栄養士数 人	指導延べ人数 人										
				幼児食・離乳食	高血圧・糖尿病	その他成人病	その他慢性病	かぜ	便秘・下痢	老人食	アレルギー	その他	その他					アレルギー	老人食	便秘・下痢	かぜ	その他慢性病	その他成人病	その他			
西宮	292	104	561	2	49	7	4	57	4	11	2	425	85	67	400	3	55	31	37	13	3	24	4	230	3	3	31
芦屋	194	71	920	22	89	7	10	175	89	266	8	254	21	23	537	2	73	68	6	0	1	56	0	331	29	29	530
伊丹	28	19	90	2	12	4	3	15	5	21	1	27	92	105	785	8	92	73	85	2	7	47	2	469	5	9	93
宝塚	266	103	1262	50	132	20	47	154	62	138	14	645	100	88	701	32	116	76	47	15	3	28	12	372	14	46	217
川西	23	16	136	8	3	0	1	0	0	0	0	124	25	35	643	1	23	19	4	0	0	0	0	596	7	8	197
明石	220	74	474	8	93	16	17	125	35	22	0	158	62	77	536	4	109	31	40	8	3	20	3	318	0	0	0
津名	170	114	637	17	109	10	12	66	40	41	1	341	155	181	1457	8	443	225	147	2	52	213	4	363	29	63	1312
三田													15	28	112	0	56	2	17	2	0	1	1	33	3	5	145
加古川													27	74	489	4	136	59	35	2	4	44	2	203	7	13	116
高砂													10	11	84	0	15	16	6	0	1	27	0	19	2	2	52
合計	1193	501	4080	109	487	64	94	592	235	499	26	1974	592	689	5744	62	1118	600	424	44	74	460	28	2934	99	178	2693

## 避難所への食事の供給について

(2月中旬の状況)

保健所	配布されているもの	対応状況
西 宮	朝…ロールパン(2)、ジャム、バター、牛乳 昼…おにぎり、佃煮、缶詰、果物 夕…弁当(幕の内)	弁当は大阪の3業者(一富士、阪急百貨店、つかさフードサービス)に発注。
芦 屋	朝…パン、牛乳 昼…おにぎり、おかず(缶詰) 夕…弁当(幕の内)	弁当は大阪の業者(丸玉給食)に、3食ともまとめて発注。
伊 丹	朝…パン、缶詰、バター、牛乳 昼…カップラーメン 夕…弁当(幕の内)、カット野菜(ドレッシング付)	避難所に残っている人が少ないので、昼は残っている人のみ配布。弁当は、3業者(関西クックリー、かまどや、シノブフーズ)に発注。弁当とは別に、カット野菜を付けている。
宝 塚	朝…パン、ジャム、バター、牛乳 昼…カップラーメン 夕…弁当(幕の内)又は、おにぎり+炊き出し	避難所に残っている人が少ないので、昼用にカップラーメンや缶詰を配布し避難所にストックして随時使用。夕食については、弁当又はおにぎり+炊き出しの組み合わせのいずれか。
川 西	朝…パン(2)、牛乳又はジュース 昼…弁当(幕の内) 夕…弁当(幕の内)	朝食は、シキシマパンに発注。昼・夕食は市内の4業者(あかねハウス、やよい給食、川西給食センター、川西グリル)に発注。
明 石	朝…パン、牛乳、ジャム 昼…弁当(幕の内) 夕…弁当(幕の内)	パン、牛乳は市内の業者から購入。昼食の弁当は、市内の業者(ボギー)に依頼。夕食の弁当は、市内の業者(ボギー)と川崎食品に依頼。
津 名	朝…パン、牛乳 昼…ご飯、おかず(獣鳥肉類、卵、野菜)、汁物 夕…ご飯、おかず(獣鳥肉類、卵、野菜)、汁物	町によって実施状況は異なるが、避難所においてボランティアの協力のもとに調理を行っている。(材料は、救援物資と町の購入による。)避難者によって運営されているところもある。

## 被災地における栄養状況調査実施要領

1. 調査の目的  
阪神・淡路大震災による生活環境の変化に伴う、被災地での栄養状態を把握し、健康教育等により栄養状態の改善を図るため、栄養状況調査を実施する。
2. 実施主体  
兵庫県
3. 協力機関  
西宮、芦屋、伊丹、宝塚、川西、明石、津名保健所管内各市町
4. 調査時期  
平成7年7月
5. 調査対象  
被災7保健所（西宮、芦屋、伊丹、宝塚、川西、明石、津名）管内において、仮設住宅、一般住宅に居住する1歳以上の世帯構成員を調査対象とする。  
なお、保健所単位で活用できるように平成7年4月現在の住民台帳及び仮設住宅入居者名簿から無作為抽出で、調査対象世帯を2,000世帯抽出する。  
仮設住宅と一般住宅との調査数はほぼ半数ずつとする。
6. 調査方法  
調査票の配布、回収は保健所栄養士または在宅栄養士により実施する。
7. 調査票の種類
  - (1) 食物摂取状況調査票
  - (2) 食生活アンケート調査票
8. 調査事項
  - (1) 食物摂取状況
  - (2) 食事摂取行動
  - (3) 食意識
9. 調査票の作成  
健康課で印刷する。
10. 活用・集計
  - (1) 調査票回収時に、実態に基づき栄養指導を実施する。
  - (2) 7-(2)については、転記欄に転記し、保健所において仮設住宅入居者、一般住宅入居者ごとに集計のうえ、平成7年8月21日までに健康課あて送付する。
  - (3) 7-(1)については、保健所から送付された調査票により健康課において集計、保健所ごとの粗集計を平成7年9月30日までに保健所へ返し、健康教育の基礎資料とする。
  - (4) 被災地全体の状況としてまとめ、平成8年度以降の保健所栄養改善活動の基礎資料とする。
11. 保健所別調査数  
別紙「保健所別調査数」による。

(別紙)

保健所別調査数

保健所名	調査世帯 総数	仮設住宅 世帯数	仮設住宅 調査世帯数	一般住宅 世帯数	一般住宅 調査世帯数	市町名	調査世帯 総数	仮設住宅 世帯数	仮設住宅 調査世帯数	一般住宅 世帯数	一般住宅 調査世帯数	(備考) 反/一
西宮	286	4,699	143	157,563	143	西宮市	286	4,699	143	157,563	143	3.0%
芦屋	286	2,900	143	32,144	143	芦屋市	286	2,900	143	32,144	143	9.0%
伊丹	286	660	143	66,498	143	伊丹市	286	660	143	66,498	143	0.9%
宝塚	286	1,548	143	72,154	143	宝塚市	286	1,548	143	72,154	143	2.1%
川西	286	668	143	55,691	143	川西市	256	620	133	48,081	123	1.2%
明石	286	856	143	99,378	143	猪名川町	30	48	10	7,610	20	
津名	286	1,640	143	20,207	143	明石市	286	856	143	99,378	143	0.9%
						津名町	63	260	23	5,603	40	8.1%
						淡路町	28	118	10	2,515	18	
						北淡町	75	600	52	3,250	23	
						一宮町	54	376	33	2,978	21	
						五色町	28	70	6	3,115	22	
						東浦町	38	216	19	2,746	19	
合計	2,002	12,971	1,001	503,635	1,001		2,002	12,971	1,001	503,635	1,001	

秘

## 被災地における栄養状況調査票

平成 7 年 7 月

### ☆調査についてのお願い☆

この調査は、被災地における食生活の状況を把握し、より積極的な栄養改善のための基礎資料とし、県民の皆様の健康づくりに役立てようとするものです。

被災地の県民の中からあなたを無作為抽出の方法で選ばせていただきました。

ほかの目的には使用するものではなく、あなたにご迷惑をおかけるすることは一切ございません。

食事内容をおたずねしたり、少々めんどうなことと存じますが、ご協力いただきますようよろしくお願ひします。

兵庫県保健環境部

### 記入にあたってのお願い

- ☆ この調査票は無記名式ですので、お名前の記入は必要ありません。
- ☆ 調査票の種類は 2 種類あり、食物摂取状況調査票は中学生以上の方を対象にしています。
- ☆ アンケート調査票の問 1 については、1 歳以上の方を対象にしています。小さなお子さんに付いては、ご父兄の方が記入してください。
- ☆ アンケート調査票の問 2、問 3 については、中学生以上の方を対象にしています。
- ☆ ご記入された調査票は、後日、担当者が回収にお伺いしますので、記入について不明の点があれば、回収にお伺いした時か、又はもよりの保健所、下記の問い合わせ先にご連絡ください。

### 問い合わせ先

〒650 神戸市中央区下山手通5-10-1  
兵庫県保健環境部健康課栄養係  
☎078-341-7711  
(内線3249・3248)

〒662 西宮市江上町3-26  
西宮保健所健康課  
☎0798-26-3666

【1歳以上の方が回答ください。】

※印欄は記入不要です。

※市町名	※世帯番号-世帯員番号	年齢	性別	身長	体重	職業(できるだけ詳しく)	※労作
	-	歳	男・女	cm	kg		

食物摂取状況調査【中学生以上の方が回答ください。】

◎あなた自身が食べられたものについて、3日間位の1日平均により、該当する番号に○印、又は数字を記入してください。  
(1週間に1度食べる程度ならば「食べない」として下さい。)

質		問				※点数
穀類	1 主食は1回にどのくらい食べていますか。 〔※茶碗(普通)1杯2.7点 茶碗(大) 1杯3.5点 食パン6枚切り1枚3点 麺や丼類 1杯4点〕	<朝食> (1)食べない (2)ご飯(普通・大) _____ 杯 (3)パン _____ 杯 (4)麺類や丼 _____ 杯	<昼食> (1)食べない (2)ご飯(普通・大) _____ 杯 (3)パン _____ 杯 (4)麺類や丼 _____ 杯	<夕食> (1)食べない (2)ご飯(普通・大) _____ 杯 (3)パン _____ 杯 (4)麺類や丼 _____ 杯	<間食・夜食> (1)食べない (2)ご飯(普通・大) _____ 杯 (3)パン _____ 杯 (4)麺類や丼 _____ 杯	
	脂・砂糖	2 1でパンにをした人だけ答えてください。 パンに何を付けますか。	2-1 バター又はマーガリン等 (1)つけない(0点)	(2)普通につける(0.5点)	(3)厚くつける(1点)	2-1 2-2
いも類	3 いも類はどのくらい食べていますか。 ☆「普通」とはじゃがいも50g(卵1個)位	(1)ほとんど食べない(0点) (2)普通に食べる(0.7点) (3)普通よりも多く食べる(1点)				
砂糖類	4 料理に砂糖が使っていますか。	(1)ほとんど使わない(0点)	(2)少し使う(0.5点)	(3)普通に使う(0.7点)	(4)たくさん使う(1点)	
	5 1日にコーヒー・紅茶に砂糖を小さいスプーンで何杯使いますか。	(1)使わない(0点)	(2) _____ 杯使う(1杯につき0.3点)			
	6 甘い飲料(コーラ・ジュース・缶コーヒー等)を飲みますか。	(1)飲まない(0点)	(2)ときどき飲む(0.5点)	(3)毎日 _____ 本飲む(1本につき1点)		
菓子類	7 菓子類はどのくらい食べますか。	(1)ほとんど食べない(0点)	(2)ときどき食べる(1点)	(3)毎日食べる(2点)		
	8 7で菓子を食べる人は、洋菓子又はスナック菓子と和菓子のどちらが多いですか。	(1)和菓子(0点)	(2)どちらともいえない(0.5点)	(3)洋菓子又はスナック菓子(1点)		
果物	9 果物は1日どのくらい食べますか。 ☆「1個」は中くらいのりんごの大きさ程度	(1)食べない(0点)	(2)半個(0.5点)	(3) _____ 個(1個につき1点)		
卵・魚・肉類	10 卵は1日何個食べますか。	(1)食べない(0点)	(2)ときどき食べる(0.5点)	(3) _____ 個食べる(1個につき1点)		
	11 魚やねり製品(かまぼこ、ちくわなど)、貝類は1日どのくらい食べますか。 ☆「1切れ」とは70g(刺身7切れ程度)	(1)食べない(0点)	(2)ときどき食べる(0.5点)	(3)1切れくらい(1点)	(4)2切れ以上(2点)	
	12 肉や加工品(ハム・ベーコン等)はどのくらい食べますか。 ☆「50g」とは薄切り肉2枚程度	(1)食べない(0点)	(2)50gくらい(1点)	(3)100gくらい(2点)	(4)150gくらい(3点)	
大豆類	13 豆腐・納豆は1日どのくらい食べますか。 ☆豆腐1丁(300g)と納豆1包(100g)は同じ	(1)ほとんど食べない(0点)	(2)時々食べる(0.5点)	(3)半丁くらい(1点)	(4)1丁くらい(2点)	
乳製品	14 牛乳は飲んでいますか。 ☆チーズ1切れ35g、ヨーグルト200cc、スキムミルク20gは牛乳1本と同じ	(1)飲まない(0点)	(2)ときどき飲む(0.5点)	(3)毎日 _____ 本飲む(1本につき1.5点)		
油脂類	15 炒め物、揚げ物、サラダ(マヨネーズ、ドレッシングを使ったもの)など油料理は1日に何品食べますか。	(1)食べない(0点)	(2)1品(1点)	(3)2品(2点)	(4)3品以上 _____ 品(1品につき1点)	
	16 脂の少ない肉と多い肉とどちらを多く食べますか。	(1)脂の少ない肉(0点)	(2)どちらともいえない(0.5点)	(3)脂の多い肉(1点)		
野菜類	17 緑黄色野菜(ほうれん草、にら、人参、かぼちゃ、ピーマン、トマト等の色の濃い野菜)は1日どのくらい食べますか。	(1)ほとんど食べない(0点)	(2)少し食べる(0.1点)	(3)普通に食べる(0.2点)	(4)たっぷり食べる(0.3点)	
	18 その他の野菜(きゅうり、レタス等、緑黄色野菜以外の色の薄い野菜)は1日どのくらい食べますか。	(1)ほとんど食べない(0点)	(2)少し食べる(0.2点)	(3)普通に食べる(0.5点)	(4)たっぷり食べる(1点)	
アルコール	[20歳以上の方が回答ください。] 19 アルコールはどのくらい飲みますか。 (1)飲まない (2)ときどき飲む (3)毎日飲む	日本酒 _____ 合(1合につき2.4点) ビール大・中・小 _____ 本(それぞれ1本につき大3点、中2.5点、小1.5点) 焼酎 _____ 杯(40mlにつき1点) ウイスキー _____ 杯(35mlにつき1点) ワイン _____ 杯(100mlにつき1点)	〔※(2)につけた場合は、飲む量の合計点に0.5をかける〕		日本酒 ビール 焼酎 ウイスキー ワイン	

※アンケートの回答記入欄

問1											問2					問3	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	1	2	3	4	5	1	2



## 食生活アンケート

【問1は1歳以上の方が回答ください。】☆小さなお子さんについてはご父兄の方が記入してください。

問1 震災前と現在を比べた場合、あなたが次の食品を食べる量に変化がありましたか。該当する番号に印を記入してください。

		食べる量が増えた	変わらない	食べる量が減った
1	甘い菓子	1	2	3
2	大豆製品(豆腐、納豆など)	1	2	3
3	野菜	1	2	3
4	果物	1	2	3
5	漬物、塩辛い物	1	2	3
6	肉類	1	2	3
7	魚介類	1	2	3
8	卵類	1	2	3
9	牛乳、乳製品	1	2	3
10	海藻	1	2	3
11	油もの(天ぷら、炒めもの)	1	2	3

【問2、問3は中学生以上の方が回答ください。】

問2 震災前と現在を比べた場合、あなたが次のサービスを利用する頻度に変化がありましたか。該当する番号に印を記入してください。

		震災前から利用していたが利用する ことが増えた	震災前から利用していたが頻度は変 わっていない	震災前から利用していたが利用する ことが減った	震災前は利用していなかったが利用 するようになった	震災前も現在も利 用していない
1	外食	1	2	3	4	5
2	宅配サービス	1	2	3	4	5
3	持ち帰り弁当	1	2	3	4	5
4	そうざい(持ち帰りそのまま食べられるおかず)	1	2	3	4	5
5	インスタント食品 レトルト食品 冷凍食品	1	2	3	4	5

問3 あなたにとって食生活とは次のうちの何ですか。震災前と現在にわけてそれぞれあてはまるものを2つ選び、回答欄に記入してください。

1 楽しみのためである	5 習慣である
2 健康の維持のためである	6 ファッションである
3 活力(スタミナ)をつけるためである	7 その他
4 空腹を満たすためである	

【回答欄】

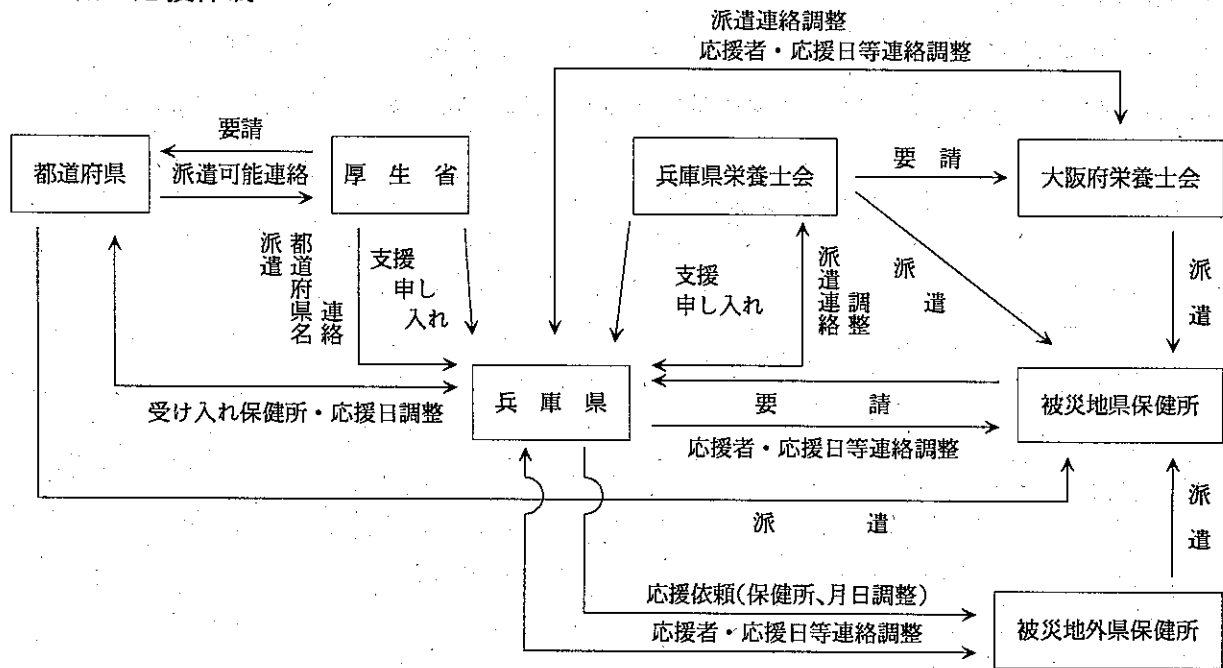
3-1 震災前

--	--

3-2 現在

--	--

(3) 応援体制



応援は、上図のとおりで、兵庫県健康課が、保健所の状況を勘案し、避難所への巡回栄養相談の実施のための栄養士の派遣について、厚生省健康増進栄養課、(社)兵庫県栄養士会に要請した。

その後、兵庫県健康課では、健康増進栄養課から、岐阜県、静岡県、徳島県から派遣が可能であるとの調整結果を得た。また、兵庫県栄養士会は、大阪府栄養士会に依頼するとともに、会内部において、ブロックごとに応援市町を決定し、応援体制を整えた旨の連絡を得た。

これを受け、兵庫県健康課では、派遣保健所を決定し、双方への連絡調整を行った。巡回栄養相談の応援状況は、兵庫県南部地震における巡回栄養相談実施状況に記載したとおりである。