― 福 島 県 ―

西郷村立西郷幼稚園

復興庁委託事業

平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業

☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

カレーパーティー

西郷村立幼稚園第１回報告書

実施日：平成２７年８月２８日

主　催：（公社）日本栄養士会

平成 27 年 8 月 31 日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第 1 回）

報告者　三森 美智子

1.実施年月日・時間	平成 27 年 8 月 26 日（金） 9：00 ～ 14：30	
2.会場名	福島県西白河郡西郷村立西郷幼稚園	
3.協力者	実施施設 西郷村立幼稚園	県栄養士会
	□園長 1人 □主任教諭: 1 人 □幼児教育係長: 1人 □教諭 : 1 人 □保育補助員: 1人 □栄養士: 人 □稚園保育ボランテア: 2 人	□コーディネータ 1人 □管理栄養士: 2 人 □栄養士: 人 □その他: 人
4.参加者地域 （地区・仮設名等）	福島県 浪江町　富岡町　大熊町　双葉町	
5.参加者数	男性: 6 人、女性: 7 人 計: 13 人	
6.当日の流れ・実施内容 （タイムスケジュール） 8 : 30 9 : 00 10 : 00 11 : 00 11 : 40 12 : 00 13 : 00 14 : 00 14 : 30 ：	・ 西郷村に避難し、現在も西郷村に住んで方に参加していただく。 ・ 各乗用車で西郷村幼稚園に来ていただく。 ・ 初めての事業なので、皆で顔合わせをし、自己紹介をする。 ・ さっそく身支度を整え、手を洗い、子どもと一緒に材料を刻む。 ・ 大きな鍋でカレー作りのために材料を炒め、煮込む。 ・ 栄養指導 「楽しい食事」 （公社）福島県栄養士会 ・ 食事の準備 お客様にも手伝っていただく。 ・ みんなで一緒に「いただきます」 ・ お片づけ ・ 懇談・反省会（アンケートも含む） ・ 解散	
7.所感	・まず、被災者の方々をお呼びするのに、被災者全員を把握されている西郷村社会福祉協議会を訪れ担当の小林様と今回の主旨等及び具体案について話し合う。チラシの必要性を言われ、（公社）日本栄養士会にお願いをする。 ・幼稚園では被災者の方がたがおいでになるのは初めてなので、金田園長先生始め、5人に職員で準備をされていた。 ・当日、参加された方々は自分の孫のような園児とのふれあいにとても感激されていた。その様子は一緒にカレーの野菜を刻むところから会食までいろいろな場面で見られ、午後の時間の懇談会では各自、今日の感想を嬉しそうに話されていた。	

カレーパーティー

H27.8.26（金）

西郷村幼稚園

今日はお客様をお招きしています。

人参の皮は上手にむけたかな？

大きなじゃが芋だね、切ってみようか。

うちの孫と同じぐらい、話がはずみます。

おいしそう、早くたべたいね。

みなさん用意はいいですか、いただきます。

みんなで食べるとおいしいね。

きょうのカレーパーティーいかがでしたか？

献立・料理名

- カレーライス
- 野菜サラダ
- ゆでたまご
- ジョア

熱量	565 kcal
蛋白質	21.3 g
脂質	14.7 g
食塩相当量	2.0 g

献立の工夫・ポイント

- 園児たちが菜園で作った野菜をたっぷり入っています。お米・野菜・卵は西郷村で採れた地産地消の食材です。
- 野菜に横につけてあるゆで卵は栄養のバランスを考えました。
- 幼稚園児なので、お米はひとり５０ｇにしました。写真はお客様用です。
- 飲み物のジョアは　郡山ヤクルト販売(株)様からの提供です。みんなでおいしくいただきました。

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
カレーライス	米	50g		トマトケチャップ	1.79g
	豚肉	25g		カレー粉	0.10g
	玉葱	50g	野菜サラガ	キャベツ	13g
	おろしにんにく	0.35g		きゅうり	11g
	米ぬか油	2g		人参	10g
	人参	14g		トマト	10g
	じゃがいも	48.21g		オリーブ油	2g
	グリンピース	3.75g		米酢	2.6g
	チャツネ	1.79g		三温糖	0.30g
	カレールー	17.85g		塩	0.4g
	プロセスチーズ	1.79g		こしょう	0.05g
	中濃ソース	0.60g			20ml
	オールスパイス	0.06g	ジョア	プレーン	125ml

作り方・調理のポイント

- にんにく、玉ねぎを油でよく炒めます。肉を加えて、さらに良く炒めます。人参を入れ炒め、火が通ったらスープを入れます。良く煮てから、じゃが芋を加えます。じゃが芋が煮えたら火を止め、カレールーやその他の調味料を加え、味を調えます。
- 野菜はよく洗い、食べやすい大きさに切ります。食器によそる直前にドレッシングをかけます。
- 配膳はお客様にも手伝っていただきました。

カレーパーティーのご案内

平成 27 年 8 月 28 日（金）

西郷村立西郷幼稚園

＜集合時間＞

9：30（12：30 終了予定）

＜場所 ＞

西郷村立西郷幼稚園プレールーム

＜内容＞

カレー作り・会食会

＜持ち物＞

エプロン・三角巾

（公社）日本栄養士会主催

平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業東北発第２弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

福島民友　2015年（平成27年）8月29日　土曜日　西郷　4

園児と避難者 カレーな交流

村立西郷幼稚園で調理、試食

復興庁の「新しい東北」先導モデル事業として委託を受けた「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」は28日、西郷村立西郷幼稚園で行われ、双葉郡からの避難者と園児たちが一緒にカレーの調理と試食会を通して交流を深め合った。日本栄養士会と被災3県栄養士会の主催。避難生活が続く住民の病気予防なども目的に行われた。

岡村周辺で避難生活を送っている田村、双葉、大熊3町の住民18人と園児約60人が参加した。

住民は園児と一緒にカレーの具のジャガイモ、タマネギ、ニンジンを刻んだり、サラダを調理した。カレーが出来上がるまで、園児たちはスライドで食育学習を受けた。

大熊町下野上の青柳シゲ子さん(60)は「孫のような子どもばかりで、(震災後)初めて笑顔になれた」と満面の笑みを浮かべ、浪江町田尻の三浦ゆきえ(73)は「古里には戻れないが、子どもと触れ合えて良かった」と喜んだ。

2015年（平成27年）8月29日（土曜日）　福　島　民　報

園児と一緒にカレー作りをする避難住民

浜通りから避難のお年寄り
孫と食事 ほっこり
西郷 幼稚園児とカレー作り

東日本大震災と東京電力福島第一原発事故で避難生活を送っている高齢者が、食事を通じて幼稚園児と触れ合う「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」は二十八日、西郷村立西郷幼稚園で開かれた。

日本栄養士会、県栄養士会などの主催で、復興庁の「新しい東北」先導モデル事業の一環。高齢者の孤立化や生活習慣病を防ぐのが狙いで、浪江町や双葉町などから西郷村に避難している住民十三人が参加した。園児約六十人とともにカレーや、園内で育てた野菜を使ったサラダを作り、一緒に味わった。

富岡町から避難している遠藤ケイ子さん(六)は「子どもたちは孫のようで、触れ合えて楽しい時間だった」と満足した様子だった。

復興庁委託事業

平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業

☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

おにぎりパーティー

西郷村立幼稚園第２回報告書

実施日：平成２７年１０月２６日

主　催：（公社）日本栄養士会

平成 27 年 10 月 27 日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第 2 回）

報告者　三森 美智子

1.実施年月日・時間	平成 27 年 10 月 26 日(月)　9 : 00　～ 14 : 00	
2.会場名	福島県西白河郡西郷村 西郷幼稚園	
3.協力者	実施施設	県栄養士会
	☑園長:1 人　☑教諭:　1人 ☑幼児教育係長:1 人　☑保育補助員:1 人 ☑主任教諭: 1人 その他:　2 人	☑コーディネータ: 1 人 ☑管理栄養士: 2 人 □栄養士:　人 □その他:　人
4.参加者地域 （地区・仮設名等）	浪江町、双葉町、富岡町	
5.参加者数	男性:　3　人、女性:　4　人 計:　7　人	
6.当日の流れ・実施内容 （タイムスケジュール）	9 : 30　・食材の準備は前日から ・顔合わせと園児とのあいさつ ・お米とぎ、（3つの釜に準備する） 10 : 00　・豚汁の用意 10 : 30　・栄養指導：福島県栄養士会 プレゼン「食べるってたのしいね、おにぎりの作り方」 11 : 00　・おにぎりつくりの準備のため、手洗い、身支度（園児） ・参加者はデザートづくり 11 : 00　・ごはん、のり、ごま塩、梅干しで、おにぎりづくり ・みんな揃って「いただきます」 12 : 00　福島テレビが取材に入る。 14 : 30　・お片づけ・反省会	
7. 所　感	西郷村幼稚園では校庭の近くの田に米を作っている。近所の人の指導を受け、田植えから刈り採りまで、園児が行っている。米の大切さについてはよく理解している。今回の「おにぎりパーティー」では、白河農協から地元でつくられたこしひかりをいただいたので、炊きたての新米をおにぎりにしていただいた。 ふつう、食の細い園児もおかわりをしたり、楽しいひと時だった。 おにぎりの作り方は参加していただいた被災者の方々に教えていただいたり、食を通したふれあいのひと時であった。	

西郷村幼稚園

おにぎりパーティー

H27.10.26（月）

新米のおにぎりはおいしいね。

梨をむいてくれました。

下浦常務さんもおいしそうですね。

栄養指導：食べるって楽しいね。

みんなそろっていただきまーす。

献立・料理名

- おにぎり
  のり、梅干、ごま塩
- 豚汁
- 杏仁豆腐
- はとむぎ茶
- なし

熱量	620 kcal
蛋白質	25.0 g
脂質	12.0 g
食塩相当量	6.4 g

献立の工夫・ポイント

- 今回も白河地域で採れた地場産の食材を使いました。特に、お米は白河ＪＡで新米の「こしひかり」をドンと３０ｋｇ寄付して下さいました。又、ヨクイニンのたっぷり入った「はとむぎ茶」１００本も寄付していただきました。
- おにぎりパーティーだったので、園児達ははじめてつくるおにぎりを上手に作りました。おいしかったにで、もう１個など・・・食欲の秋でした。
- 少し気温が高かったので、杏仁豆腐の食感が良かったようです。梨もおいしかったです。

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
おにぎり	精白米	50g		米みそ	8g
	焼き海苔	20g		だし	0.20g
	梅干し（小梅）	1g	杏仁豆腐	牛乳	50g
	ごま塩	10g		砂糖	10g
				寒天	2g
豚汁	豚もも肉	25g		水	50g
	さといも	25g		パイン缶	20g
	ごぼう	9g		みかん缶	24g
	だいこん	18g		バナナ	20g
	にんじん	10g		アーモンドE	少々
	板こんにゃく	15g			
	木綿豆腐	30g	なし	なし	30g
	ねぎ	10本			

作り方・調理のポイント

- 精白米は新米なので、水加減に注意する。
- 豚汁は根菜類からゆっくりと煮る。
- 杏仁豆腐は冷たくしておき、食べる直前によそるようにする。

おにぎりパーティー

平成27年10月26日（月）
西郷村立西郷幼稚園

【集合時間】 9：30（14：00終了予定）
【場所】 西郷村立西郷幼稚園
【内容】 おにぎり・とん汁作り・栄養指導
【持ち物】エプロン・三角巾

（公社）日本栄養士会主催
平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業東北発第2弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

復興庁委託事業

平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業

☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

お餅つき大会

西郷村立幼稚園第３回報告書

実施日：平成２７年１１月２５日

主　催：（公社）日本栄養士会

平成 27 年 11 月 25 日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第 3 回）

報告者　三森 美智子

1.実施年月日・時間	平成 27 年 11 月 25 日(水)　9 : 00　～ 14 : 30	
2.会場名	福島県西白河郡西郷村　西郷幼稚園	
3.協力者	実施施設	県栄養士会
	☑園長:1 人　☑教諭:　1人 ☑幼児教育係長:1 人　☑保育補助員:1 人 ☑主任教諭:　1人 その他:　3 人	☑コーディネータ:　1 人 ☑管理栄養士:　2 人 □栄養士:　人 □その他:　人
4.参加者地域 （地区・仮設名等）	浪江町、双葉町、富岡町	
5.参加者数	男性:　6　人、女性:　6　人 計:　12　人	
6.当日の流れ・実施内容 （タイムスケジュール）		
9 : 00	・食材の準備は前日から ・顔合わせと園児とのあいさつ ・もち米(40kg)をふかす。 参加者 12 名は栄養指導(本県栄養士会)	
10 : 00	・豚汁を煮始める。ここからは参加者も一緒の行動。	
10 : 30	・あん、黄粉、納豆、などのもちにからませる準備。 ・汁餅の準備	
11 : 00	・白河小峰ライオンズ様から園児、参加者、園児の保護者と40kgのもち米を臼と杵でついでいく。 福島民友社、福島民報社、NHK矢部記者が取材にきてずっと写している。	
12 : 00	・みんな揃って「いただきます」 親子での会食、参加者も混ざっての会食。	
14 : 30	・お片づけ・反省会	
7. 所　感	この時期には毎年、「もちつき」を実施している。もち米は毎年小峰ライオンズクラブで提供して下さるが、今年は人数も多いので、40kgお願いした。 親子の参加ということもあったせいか、ほとんど残らず、よほどおいしかったようだ。 参加者の方々もそれぞれ故郷を思い起こしながら、もちを杵でついたり、いろんな味のお餅をたべたりで、大満足だったようである。NHKのインタビューでもそれぞれの思いを話していた。 おいしく、いい運動にもなったお餅つき大会だった。	

西郷村幼稚園

お餅つき大会

H27.11.25(水)

息子と孫と一緒のようだね。

餅つきは4年ぶり・・・・

お母さんと一緒

風が冷たいね。でも負けないよ！

おじさん頑張って！　みんな手拍子で応援です。

献立・料理名

- もち
  （あんこ、きなこ
  納豆）
- 豚汁
- もみずけ
- みかん

熱量	519 kcal
蛋白質	25.2 g
脂質	5.6 g
食塩相当量	2.2 g

献立の工夫・ポイント

- 今回も白河地域で採れた地場産の食材を使いました。特に、新米のもち米は白河小峰ライオンズクラブ様が４０ｋｇ寄付して下さいました。手づきのもちはとってもおいしものです。
- あんこもち、きなこもち、納豆もち、汁もち、園児たちはおかわり自由、一番先に無くなったのは納豆もちでした。
- 白河地域では、汁もちは鶏肉仕立てのものですが、若いお母さん達は豚が入った汁が好みのようでした。

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
もち	もち米	50g		こんにゃく	8g
あんこ	あずき（さらし）	30g		白菜	0.20g
きなこ	きな粉	6g	もみづけ	ねぎ	50g
	三温糖	10g		みそ	10g
納豆	糸引き納豆	15g			
	しょうゆ	3g		白菜	20g
				大根	10g
				人参	3g
豚　汁	豚肉	18g		食塩	0.5g
	里いも	10g			
	ごぼう	15g			
	大根	30g	みかん	みかん	80g
	人参	10kg			

作り方・調理のポイント

- もち米はといで、一晩浸漬する。
- 豚汁は根菜類からゆっくりと煮る。味を濃くしないように気をつける。
- もちのつきたては暑いので、扱いに気をつける。皆には均等によそってあげる。おかわりは自由です。

お　餅　つ　き　大　会

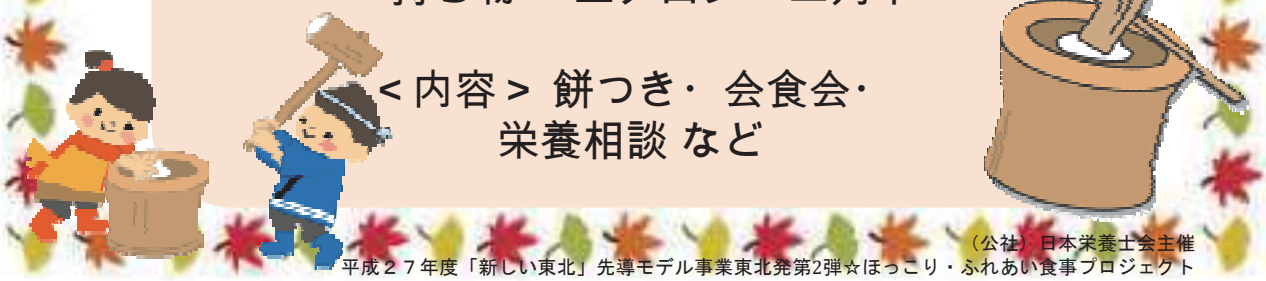
平成27年11月25日（水）※雨天決行
西郷村立西郷幼稚園

＜集合時間＞ 9：00～13：30

＜場所＞　西郷村立西郷幼稚園

＜持ち物＞ エプロン・ 三角巾

＜内容＞ 餅つき・ 会食会・
栄養相談 など



（公社）日本栄養士会主催
平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業東北発第2弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

復興庁委託事業

平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業

☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

そば打ち体験

西郷村立幼稚園第４回報告書

実施日：平成２７年１２月８日

主　催：（公社）日本栄養士会

平成 27 年 12 月 8 日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第 4 回）

報告者　三森 美智子

1.実施年月日・時間	平成 27 年 12 月 8 日（火） 9：00 ～ 14：30	
2.会場名	福島県西白河郡西郷村立西郷幼稚園	
3.協力者	実施施設 西郷村立幼稚園	県栄養士会
	□園長 1人 □主任教諭: 1 人	□コーディネータ 1人
	□幼児教育係長: 1人 □教諭 : 1 人	□管理栄養士: 2 人
	□保育補助員: 1人 □栄養士: 人	□栄養士: 人
	□稚園保育ボランテア: 2 人	□その他: 人
4.参加者地域 （地区・仮設名等）	福島県 浪江町　富岡町　大熊町　双葉町	
5.参加者数	男性: 4 人、女性: 4 人 計: 8 人	
6.当日の流れ・実施内容 （タイムスケジュール）	・ 西郷村に避難し、現在も西郷村に住んで方に参加していただく。 ・ 各乗用車で西郷村幼稚園に来ていただく。	
8 : 30	・ 皆で顔合わせをし、お茶をいただきながら自己紹介をする。	
9 : 00	・ さっそく身支度を整え、手を洗い、子どもと一緒にそば打ちの準備をする。	
10 : 00	・ そば打ちを教えて頂きながら、園児と共に実施する。	
11 : 00	・ 汁や天ぷらの準備をする。	
11 : 40	・ 食事の準備　保護者のお母さん達がお手伝い。	
12 : 00	・ みんなで一緒に「いただきます」	
13 : 00	・「栄養指導」（公社）福島県栄養士会	
14 : 00	・片づけ・懇談会・反省	
14 : 30	・ 解散	
7.所感	・まず、被災者の方々をお呼びするのに、被災者全員を把握されている西郷村社会福祉協議会を訪れ担当の小林様と今回の主旨等及び具体案について話し合う。チラシの必要性を言われ、（公社）日本栄養士会にお願いをする。 ・今回で4回目となるほっこり事業、園児達も慣れてきてよりよい人間関係ができてきている。 ・当日、参加された方々は自分の孫のような園児とのふれあいにとても感激されていた。	

福島県

西郷村立西郷幼稚園

そば打ちの準備はばっちり！

これがそば粉だよ

自分で作ったおそばは格別だね☆

一緒に手伝ってもらいながら初めてのそば打ち体験！

献立・料理名

- 手打ちそば
- そばの汁
- 季節の野菜漬け
- 天ぷら2種
  （さつまいも・
  かき揚げ）
- みかん

熱量	432 kcal
蛋白質	17.8 g
脂質	11..7g
食塩相当量	3.1 g

献立の工夫・ポイント

- 西郷村で採れた「新そば」です。そばの香りがとてもいいそば粉です。
- 今日は、そば打ち名人の真船さん、須藤さんさんを迎えて、みんなでそば打ち体験をしました。
- さつまいもと野菜の香り一杯のかき揚げがついています。天ぷらとおそばはとっても合います。
- 季節の野菜をもみづけにした漬物がついています。

料　理　名6	材　料　名	使用量	料　理　名	材　料　名	使用量
手打ちそば		100g			
そばの汁	鶏肉	20g			
	ねぎ	10g	天ぷら	さつま芋	25g
	なると	5g		ねぎ	3g
	ほうれん草	10g		人参	5g
	かつお厚けづり	5g		玉ねぎ	20g
	和風だし	0.3g		みつば	1g
	しょうゆ	8g		干しえび	3g
つけもの	大根	15g		小麦粉	10g
	きゅうり	10 g		卵	5g
	白菜	20g		油	6g
	ごま	1g			
	食塩	0.3g	みかん	みかん	1個

作り方・調理のポイント

- そばは丁寧に大きな鍋で、ゆで、冷水に晒し、ざるにとる。
- どんぶりに入れる前にお湯に入れる。どんぶりに入れ、汁をかけ、ほうれん草のおひたしは後から乗せる。
- かき揚げは油の温度管理をしながら、１個づつ丁寧に揚げる。
- 漬物は塩で漬けてから、水洗いし、良く絞ってから添える。

そ　ば　打　ち　体　験　会

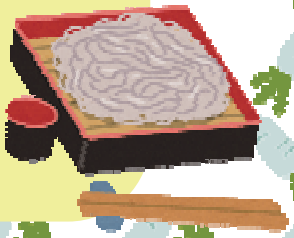
平成27年12月8日（火）※雨天決行
西郷村立西郷幼稚園

＜集合時間＞ 9：00～14：30

＜場所＞　西郷村立西郷幼稚園

＜持ち物＞ エプロン・ 三角巾

＜内容＞ そば打ち・ 会食会・
栄養相談 など



（公社）日本栄養士会主催
平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業東北発第2弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

― 福 島 県 ―

（福）誠友会

大 倉 保 育 園

復興庁委託事業

平成 27 年度「新しい東北」先進モデル事業

ほっこり・ふれあい食事プロジェクト
いもほり会

2015/10/16

社会法人誠有会　大倉保育園 第 1 回報告書

主催：（公社）日本栄養士会

平成 27 年 10 月 19 日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第 1 回）

報告者 藁谷 広美

1.実施年月日・時間	平成 27年 10月 16日（金） 9:30 ～ 13:30				
2.会場名	社会福祉法人誠友会大倉保育園				
3.協力者	実施施設			県栄養士会	
	☑園長	☑主任保育士:	1人	☑コーディネータ	1人
	☑保育士:	8人	☑調理員: 2人	☑管理栄養士:	1 人
	□管理栄養士:	人	☑栄養士: 1人	☑栄養士:	1 人
	☑その他:	1人		□その他:	人
4.参加者地域（地区・仮設名等）	双葉町				
5.参加者数	男性: 5 人、女性: 4 人 計: 9 人				
6.当日の流れ・実施内容（タイムスケジュール）					
9 : 15	保育園 集合				
9 : 30	園児と対面				
9 : 40	畑へ出発 到着次第 芋堀				
11 : 00	保育園へ戻る				
11 : 30	会食				
13 : 00	栄養講話				
13 : 30	散会				
:					
:					
:					
7.所感	避難者のみなさんとさつま芋堀をすることで、日常ではあまりする機会がなくなってしまった畑の土を触ること、園児とふれあうことで、閉鎖的な生活に彩りをもたらせたのではないでしょうか。 とても園児たちも楽しめたようで、畑での出来事を楽しそうに話をしてくれました。				

きょうは双葉町の方々と一緒にいもほりです。

園児も自己紹介しましょう

いもほりはこうするんだよ！優しいね。

ほら、ここにもあるでしょう。

先生見て！こんな大きないもがほれたよ。

献立・料理名

- さつま芋ごはん
- 田舎汁
- 生姜焼肉
- 金平ごぼう

＊ドーナツ
牛乳
園児の3時のおやつ

熱量	472 kcal
蛋白質	15.9 g
脂質	15.7 g
食塩相当量	2.4 g

献立の工夫・ポイント

さつま芋掘り会の為、さつま芋を使った料理を作成しました。
園児向けとしては、さつま芋を料理に入れることで、畑からとれた野菜、自分で土から掘って取れたものという喜びを感じられたらと思っています。

避難者の方へは、普段の食事と変わらずに美味しく食べれることを考え、親しみやすい献立にしました。

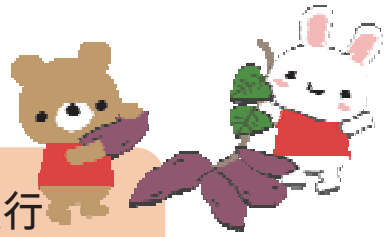
料理全体として、あまり調味料は少なく、素材のもつ味を引き立たせられるように心がけてます。

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
さつま芋ごはん	精白米	50g	生姜焼肉	豚中型種肩ロース	30g
	さつま芋	25g		生姜	10g
	食塩	0.7g		にんにく	10g
	清酒	3g		本みりん	1g
	ごま	0.5g		濃口しょうゆ	3g
田舎汁	木綿豆腐	10g		青ピーマン	3g
	板こんにゃく	5g		玉葱	3g
	人参	3g		調合油	0.4g
	大根	5g	金平ごぼう	ごぼう	16g
	さつま芋	20g		にんじん	15g
	白菜	7g		板こんにゃく	5g
	ネギ	5g		調合油	1g
	味噌	8g		上白糖	1g
	かつおだし	1g		濃口しょうゆ	1.5g
	調合湯	2g		さやいんげん	5g

作り方・調理のポイント

- さつま芋は崩れない程度の大きめに切る。
- ごぼうは下ゆでをし、柔らかくなるまで煮る。
- 生姜焼肉は炒めた際に出る水分は、調味料を加える前にある程度捨てる。
- 味が濃くならないように調味料は何度かに分けて加える。

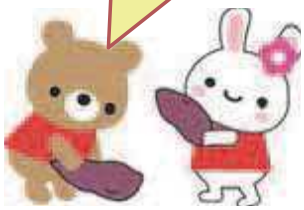
いもほり会



平成27年10月16日（金）※雨天決行
大倉保育園（9：15～14：00）

＜集合時間＞
9：15
※園バスにて移動

＜集合場所＞
大倉保育園



＜持ち物＞
軍手・長靴（天候により）

＜内容＞
おいもほり・会食会・
栄養指導/講演
※雨天の場合：保育園にて子供達との
交流会

（公社）日本栄養士会主催
平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業東北発第2弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

月ぎめ定価2150円　1部110円(消費税込み)
(第三種郵便物認可)　郵送料1部（郵山）4・40円

いわき民報　（夕刊）　平成27年(2015年)10月31日（土曜日）　第21148号　(12)

いわき民報は
地域の応援団です

わがまち情報コミュニティー

いわき民報社
〒970-8026　いわき市平字田町63-7　FAX（0246）23-8275

本社編集部は地域の
身近な話題をお待ち
しております。
☎23－1666

地区のお年寄りが渡辺小に一日入学

児童と昔遊びで交流
驚きのお手本を披露

20人が参加、給食も体験

シルバースクール

地区のお年寄りが渡辺小（伊藤久美子校長）に一日体験入学する恒例のシルバースクールが30日、渡辺公民館と同校で行われた。地区の大先輩とふれ合うことで、子どもたちに母校を地域の誇りとしてより一層身近に感じてもらおうと、同校と同公民館、渡辺地区ふれあい会が連携して毎年開催している。今年は60、70歳代を中心とした地区のお年寄りと児童の祖父母約20人が参加した。

お年寄りたちはまず、同公民館で入学式に臨み、1年生から歓迎の言葉を受けたあと、1～4年生約1人と一緒にコマ回しやまりつき、お手玉、メンコなどの昔遊びを楽しんだ。中でも1年生の多くは初体験の遊びがほとんどで、昔取った杵柄（きねづか）と。凄（すご）技（わざ）を連発するお年寄りの軽快な姿に驚きの連続。お年寄りたちも、腕を輝かせながら遊びに熱中する子どもを微笑ましく見守っていた。

引き続き同校では、地域に暮しいく久保木神一さん（89）から5、6年生19人に戦後の渡辺地区のようすなどを紹介し、先人の苦労を伝えた。また、お年寄りたちは児童と一緒に給食を味わうなど思い出のひとときを過ごし、最後に感謝の言葉を受け取り、同ふれあい会の高橋武司会長が代表して児童や教職員に感謝の気持ちを伝えた。

南台仮設住宅の人たちと交流

大熊町 いっしょに半ほうて会食

27年度「新しい東北」先導モデル事業「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」の本県第1回事業が16日、楢町の大倉保育園で行われた。楢児たちが南台の応急仮設住宅で生活を送る人たちと手ほどきを体験、会食会でも楢しみふれあいを深めた。

同事業は、復興庁受託事業として、日本栄養士会、楢栄養士会などが主催し、東日本大震災の被災地の応急仮設住宅や、災害公営住宅を対象に被災3県で開催。「栄養と食」をキーワードとし、高齢者と子どもたちの新たなコミュニティー形成と健康増進などを図る。

同日は年長児27人が参加。隣接にある学園（大倉保育園）でサツマイモを収穫した。このあと、園に戻り、会食会を行い、サツマイモを使ったメニューを堪能した。

情報クリップ

◆小名浜海星高の応援隊がごみ拾い　10日朝、同社（小名浜字高山、五十嵐良明代表取締役社長）の応援隊約10人が参加し、会社周辺から5、6号ふ頭入り口の交差点までの臨港道路沿いの歩道や駐車場、空き地約2㌶で清掃活動を繰り広げた。11年前、春と秋の「いわきのまちをきれいにする市民総ぐるみ運動」に合わせて実施しており、此度は地域に日ごろの感謝の気持ちを込めて汗を流し、市街地のごみ拾いに努力を傾けた。

http://www.towns-clinic.jp
放射線内科・脳ドック・生活習慣病ドック
タウンズクリニック
いわき市内郷御厩町久世原一丁目
（常磐線小名浜駅徒歩7分）
院長　石井正博

生後7ヶ月から受診が可能
小さなお子様の内部被ばく検査を
無料で行います＊＊＊

公益財団法人ときわ会 いわき泌尿器科では、この度、乳幼児用の内部被ばく検査器具「ベビースキャン」を県内で初めて導入致しました。これまでは三歳以下は対象外だった内部被ばく検査が、これにより生後7ヶ月のお子様から受診が可能となりました。なお、立位式ホールボディカウンター「ファストスキャン」もこれまで通り無料で受診可能です。

●内部被ばく検査費／無料
●受診お申し込み方法
「ときわ会グループ」のホームページから「ホールボディカウンター」のバナーをクリック。「予約FAX用紙のダウンロード」から事前お申し込み用紙をダウンロードし、必要事項をご記入の上、予約FAX番号0246-43-4191までFAXを送信してください。

公益財団法人
ときわ会
いわき泌尿器科
〒973-8403 福島県いわき市小名浜字辰巳町
(代)0246-27-5522
www.tokiwa.or.jp

公益財団法人ときわ会 健診室直通電話 0246-43-7309

長谷川 整形 外科 医院
●整形外科 ●リハビリテーション科 ●骨粗鬆症 巻爪・陥入爪 ゆび いわき 豊田 で 検索
木曜休診
日曜・祝日午前中診療
巻爪・陥入爪は電話予約制
☎25-5691
院長 長谷川隆男（整形外科専門医）
平・五色町78（平大橋通く）

診療科目　外科・消化器科・肛門科・内科・整形外科・リハビリテーション科
南白土 ごとう医院
●診療時間
月～金　午前8:30～午後6:30
土　午前8:30～午後4:30
日・祝日休診
いわき市平南白土二丁目1番地6　☎(0246)25-0510

いがらし内科
内科
循環器科
休診日　日・祝日
水曜午後
院長 五十嵐 庫夫
☎83-1717(代)

復興庁委託事業

平成 27 年度「新しい東北」先進モデル事業

ほっこり・ふれあい食事プロジェクト
お 餅 つ き 会

2015/12/18

社会法人誠有会　大倉保育園 第３回報告書

主催　公益社団法人 日本栄養士会

平成 28 年 1 月 14 日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第 3 回）

報告者 赤津 都江

1.実施年月日・時間	平成 27年 12月 18日（金） 9:30 ～ 12:30			
2.会場名	社会福祉法人誠友会大倉保育園			
3.協力者	実施施設			県栄養士会
	☑園長	☑主任保育士: 1人		□コーディネータ
	☑保育士: 5人	☑調理員: 2人		□管理栄養士: 人
	□管理栄養士: 人	☑栄養士: 2人		□栄養士: 人
	☑その他: 1人			□その他: 人
4.参加者地域（地区・仮設名等）	双葉町			
5.参加者数	男性: 5 人、女性: 3 人 計: 8 人			
6.当日の流れ・実施内容（タイムスケジュール）				
9 : 30	保育園 集合			
10 : 00	栄養指導・講話			
10 : 30	餅つき集会（伝承遊び）			
11 : 00	会食			
11 : 30	保育園へ戻り、散会			
7.所感	段取り良く進行が出来た。 ただ餅のきな粉餅と磯辺餅の形成を喫食時間よりも早めに数を作っていたために食べるころには少し硬くなってしまった。 園児は、毎年人気があったのは磯辺餅だが、今年はきな粉餅の方が人気だった。			

福島県

大倉保育園

おじいちゃんに甘えておんぶ。

お餅つきの
準備はいいか
な。

お餅をみんなで
丸めます。

どれどれ、見せてごらん。

栄養のお話を聞きました！

献立・料理名

- お雑煮
- 磯辺餅
- きな粉餅
- みかん

熱量	399 kcal
蛋白質	14.7 g
脂質	6.2 g
食塩相当量	2.6 g

献立の工夫・ポイント

お雑煮は、昆布つゆを使用していますが、乾燥椎茸のだし汁が香りよくなるので、
薄味でも美味しくいただけるように仕上げました。
磯辺餅、きな粉餅は一口で食べられる大きさにしてあります。歯でちぎらずに一口で食べられるので、
お年寄りでも保育園児にでも食べやすいと思います。

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
お雑煮（汁）	鶏肉モモ（皮なし）	10g	磯辺餅	焼きのり	0.5g
	大根	20g		濃口醤油	5g
	ごぼう	10g	みかん	みかん	60g
	干椎茸	10g	餅	もち米	50g
	ネギ	5g			
	なると	10g			
	ほうれん草	10g			
	食塩	0.5g			
	昆布つゆ	6g			
	本みりん	1g			
きな粉餅	きな粉	6g			
	砂糖	3g			
	食塩	0.2g			

作り方・調理のポイント

- 干し椎茸出し汁を多めに採る。
- 昆布つゆを使用するが、塩での調整は使用量に関係なく、調味でなるだけ少なくする。
- きな粉餅、磯辺餅は一口に入る大きさにする。

お餅つき大会

平成27年12月18日（金）※雨天決行
大倉保育園（９：３０～１２：３０）

＜集合時間＞
：

＜集合場所＞
大倉保育園

＜持ち物＞
エプロン・ 三角巾 など

＜内容＞
餅つき・ 会食会・
栄養相談 など

（公社）日本栄養士会主催
平成２７年度「新しい東北」先導モデル事業東北発第2弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

Ⅵ　今後の活動にむけて

事業の成果

＜振り返り会からの感想・意見＞

- オール野田村でいろんな工夫をして実施開催ができた。
- 村の農協が新米をプレゼントしてくれたり、地域の団体からもち米をいただいたり、そば打ちの時には村でとれたそば粉を提供いただいたりと地元の協力を多くいただいた。

⇒ 地域連携
多職種連携

- 保育所への来所３回、仮設住宅へ訪問３回として実施。
- 震災により、孤立した若い世代の方との交流の機会となった。

⇒ 新たな取組パターン

- 栄養士のコーナーを設けたところ、参加者からはたくさんの質問があがった。日々の食生活に疑問や不安を抱えている高齢者が多くいた。

⇒ 日常の食のサポート

- 連続して参加された方、最初は緊張気味だったが、最後には冗談も言い合う程の仲になれた。つながりが持てたと感じる一面だった。
- 子どもたちがこのプロジェクトの歌をつくったり、手作りの看板を飾ったり、招待状をつくり配布したりした。
- 高齢者とこうして触れ合う時間をもつことは、子どもにとっては「社会が怖くない」というように子どもの自立に働きかけとなっている
- プロジェクト終了後も年賀状をもらったり、と交流がつながっている
- お礼に仮設へ園児の手作りの作品をもって伺ったり事業後もつながっている。
- 「冬は外に出ないのに、こうした機会をつくってくれて楽しかった」と何度も何度もおっしゃり喜んでくれた。
- 園児も高齢者の声掛けにより安心している様子がみえる一面があった。
- 「孫のことを思い出す」といった声も。

⇒ 保育園児と
高齢者のふれあい

平成26年度事業からの継続した成果

①保育所を利用した保育園児と高齢者とのふれあい
②仮設住宅における独居高齢者の生活不活発病、認知症、介護予防等
③保育所を拠点とした外出の機会の提供と共食による孤食防止、食を通じた楽しみ、笑顔
④高齢者の社会参加、生きがい、役割、気づき
⑤管理栄養士による栄養と食のサポート
⑥地域の医療、介護等の専門職種間の連携
⑦栄養ケア・ステーションの活用等と実施施設による取組パターンの事例収集

さらに　＋

⑧地域を拡充した事業実施
　（実施拠点数：12箇所、実施回数：30回、延べ参加者：393名）
⑨地元の行政機関や社会福祉協議会および保育関係機関等との連携の拡充
⑩事業実施日だけでなく、平時からの保育園児等と高齢者との交流の拡充

次年度へむけて

＜振り返り会からの感想・意見＞

- 経費はそれほどかかっていないため、自前でも地域でひろげることが出来そう。
- 被災地から離れて、内陸に移住（避難）して来ている方もいるため、範囲をさらに広げ、引きこもり防止に加え、子どもの肥満への対応も考えていきたい。

【事業費の負担に関して（案）】

①行政（市町村）のコミュニティの事業費による申請（交付金）
②社会福祉協議会との連携
③日本栄養士会の事業費
④実施保育所等の独自の取り組み事業費

課題及び対応策

- 参加者のうち、アシ（交通手段）のない方のお迎え
- 突然の子どもたちのウィルス性疾患や高齢者側の疾病等による開催の延期・中止への対応
- 高齢者の不慮の事故等への保険対応の検討
- 個人情報の問題

↓

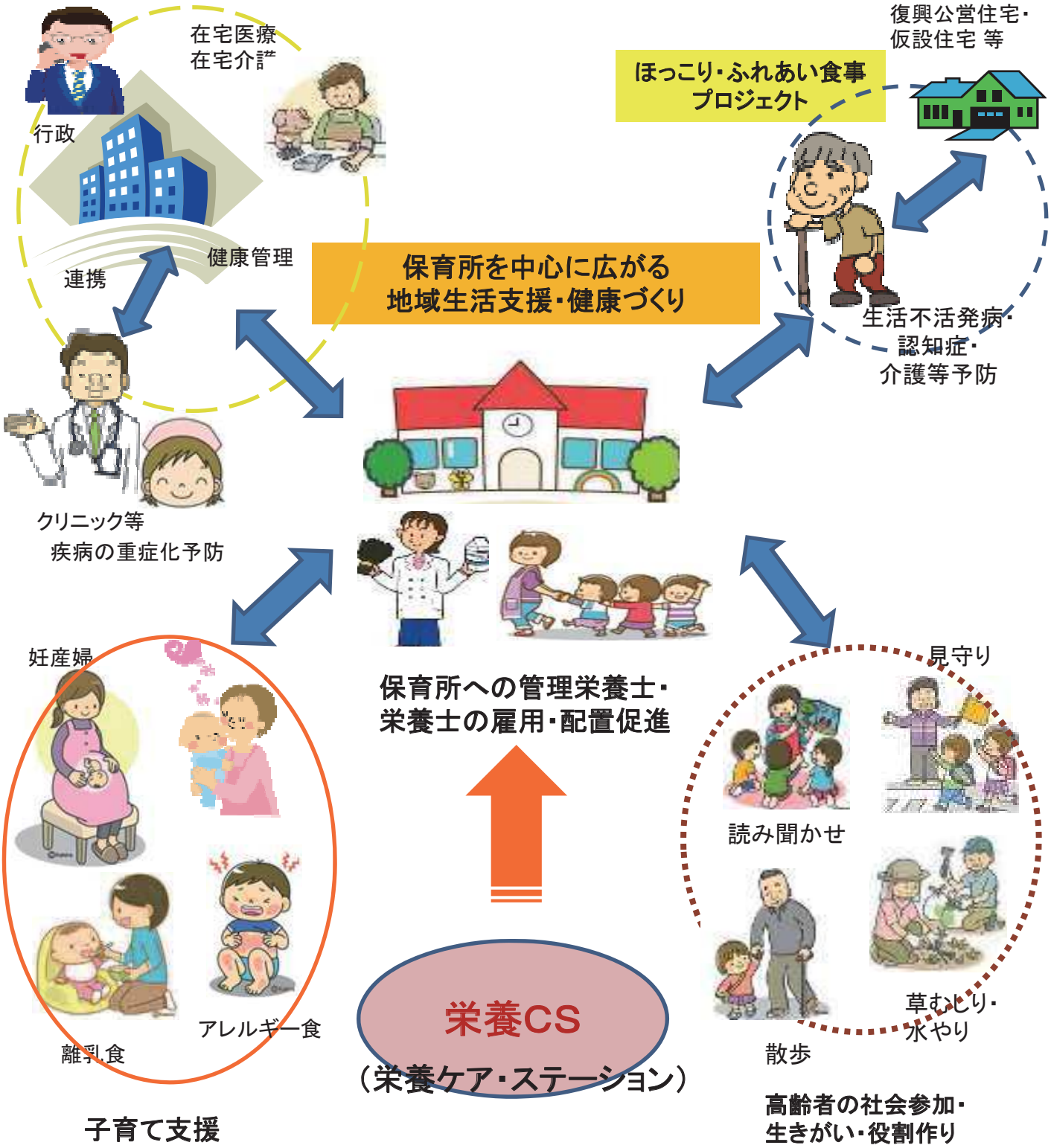
地元の行政機関や関係団体等との連携の強化、事業の継続実施

- 園の栄養士は、調理に携わっていたため、プロジェクトの内容まで関われず、高齢者とのふれあい、子どもたちの様子も見ることが出来なかった。
- 栄養士は園にいるが、業務範囲（知識）は園に係る業務にかたよる。
- 保育所勤務の管理栄養士・栄養士の栄養士会の入会率が低い。
- 保育所の管理栄養士・栄養士の配置率は低く、配置による手当（補助）は低い。

↓

保育所への管理栄養士・栄養士の配置にむけた働きかけ

新しい東北プロジェクト
先導モデル事業の拡大に向けて



Ⅶ 関 係 書 類

Discussion

「新しい東北」の現在地点

コミュニティ

人口減、高齢化など、今後日本が直面する課題を震災により先取りになったといわれる東北。こうした地域課題を抱えるコミュニティの形成は、復興支援の中でも大きな比重を占めている。全国コミュニティライフサポートセンターの田所氏、保育所等を拠点に高齢者の食をサポートする日本栄養士会の下浦氏、トヨタ財団の本多氏による座談会を行った。ファシリテーターは復興推進委員会委員で東京大学大学院教授の松原氏。

松原　お集まりいただきありがとうございます。被災地におけるコミュニティ形成ということですが、特に高齢になると環境が変わるだけで生活がうまくいかなくなることもあるかと思います。

田所　避難所、仮設住宅、復興住宅と移動を繰り返すことで、いったん落ち着いたコミュニティが何度も作り直しになる、これは高齢者の方には非常につらいです。あと、女性は集い場なんかを作ると出てきてくれますが、男性は出てきてくれず、場合によっては閉じこもってお酒に走るという問題があります。

下浦　男性の引きこもりには、餅つき大会、紙相撲大会、コマ回しなどをイベントのテーマにして、男性が必要だというと参加していただけるので、役割づくりが必要だと思います。それから、釜でピザを焼くイベントを幼稚園で行った時に、家族の方が引きこもりの男性を無理やり連れてこられて、我々が何を話しかけても反応されなかった。そこに子どもが寄ってきて「一緒にやろうよ」と言ったら、一緒にピザを焼かれて、奥さんは、こんなお父さんは震災の後初めてだと、すごく喜ばれました。そういうきっかけづくりが一番よかったかなと思います。

松原　本多さん、今のようなお話やあるいはご自身のご覧になってきたことで何かありますか。

本多　コミュニティ作りは、まだ

公益社団法人
日本栄養士会常務理事
下浦佳之
特定非営利活動法人
全国コミュニティライフ
サポートセンター(CLC)
田所英賢

ら模様です。仙台のように、行政も社協も力がある大きな都市部は進みます。沿岸部とは差がついていると思いますね。もう一つ差がついているのは、過去とのつながりがあるところは比較的コミュニティ作りが進む。ないところは、無縁っていうと語感が強いので弱縁って呼びますが、縁が非常に薄い。それから、元々海の近くにお住いになっていた方が多いので、移転先が海の近くだと住民の方の顔が穏やかですが、山あいの中に移転した地域は厳しい感じを受けます。

松原 なるほど。過去とのつながりということでは、被災者は場所だけでなく時間の過ごし方でも慣れない生活に戸惑いがちになります。例えばお祭りなんかがあれば人生のリズムを取り戻せますね。

本多 そうですね。コミュニティ作りが進んでいるところは夏祭りができます。

田所 お祭りがあると、準備のために会合を持たないといけない、するとその中で祭以外の話もできる。祭自体が協力が必要ですが、祭をやることによる集う回数、コミュニケーションの強化が非常に大きいんじゃないでしょうか。

松原 震災からの復興に限らず人が減って限界集落も出てきていた地域でコミュニティ作りをする時に、お祭りは一つのキーワードになりそうですね。

復興公営住宅への入居がゴールではない

「1つの役割にとらわれないコーディネーターの育成が必要」— 田所

本多 復興公営住宅で驚くのは、敷地の中でおしゃべりしている人がいないことです。コンクリート打ちっぱなしのところで話をすると、音が響きます。ゆっくり座ることができるベンチもない。仮設住宅では、いろんなところにベンチが置いてあって、住民が鉢合わせするとずっと喋っていますよね。

松原 人と人のつながりは、皮肉にも仮設の方が持ちやすいということですね。そして都会ではなく沿岸部ということが、今回の被災地の大きな特徴ですね。コミュニティの復興にはどんな工夫が必要ですか。アイデアはありますか?

本多 一番は花と緑を植えることです。直線とコンクリートを花と緑で和らげ、しかも音も吸収する効果もあります。

田所 特に田舎ほど、自分がいじられる畑があるといいですね。収穫っていうのも多少ありますが、何よりも、外に出る用事ができる。しかも、高齢の方にとっては慣れたことができるのは大きいと思います。

下澤 まさに保育所は土(庭)いじりもできますし、それを子どもたちも見てくれます。公営住宅と保育所等が歩いて行ける距離にあって、園児と一緒に土(庭)いじりをして一緒に食事をすると、その中でコミュニティができます。公営住宅に畑や公園を作るのが財政的に難しいのであれば、元々ある保育所、幼稚園、学校を活用すればいいのかなと。高齢者は、子どもたちと顔をあわせて名前を呼んでもらうことがすごくうれしいとおっしゃいます。保育所等で交流することで地域の子どもと高齢者とがつながる、そういうのが、地域の中で一緒に生きていくことにとって大事だと思います。

松原 当事者のせいではないのですが、移転の日程に地域により差がついてしまった中で、集中復興期間が終わってからコミュニティが維持できるかも心配ですね。

本多 危ういのは、復興公営住宅に入居した段階で復興は終わったと考える自治体があることです。神戸と同じように復興公営住宅に入居した段階で支援の手を引くという考えですが、現場の状況は神戸と違います。現金収入の問題もあれば、集合住宅に慣れてないという問題も、弱縁化しているという面もあります。

田所 山間部にぽつんとできた復興公営住宅では、移動の問題も発生すると思います。たしか葛尾村で、社会福祉協議会が事務局になって、足がなくて困っている方と、車を持っていて手伝ってもいいという方をマッチングして、有償ボランティア扱いで役所、病院、ショッピングセンターなどへの送迎を行っています。昔だったら住民がお互いに声をかけていたのが、地域の交友関係だけではできなくなった。そこにマッチング役を配置する必要はあると思います。

本多 あとは食事ですよね。山あいの中に移動販売の車が来ると、みんな本当にうれしそうな顔をして出てきます。地域の人が

Profile 復興推進委員会委員

松原隆一郎

東京大学大学院総合文化研究科教授。専門は経済思想史、社会経済学。経済を地域コミュニティや街並み、景観などと不可分なものととらえ研究を行ってきた知見を東北の復興に生かす。

Profile 公益財団法人トヨタ財団 チーフプログラムオフィサー

本多史朗

2011年から東日本大震災の被災地における地域課題解決、コミュニティ形成に関する活動への助成を実施。今年度は釜石市、古川市、石巻市、南三陸町、仙台市、いわき市のなか所で、地域コミュニティ形成の先導事例をサポートしている。

うまく、野菜をここに持ってきて売る、魚をあっちで売るっていう商売をできるといいと思います。

縦割りを越えたコーディネート機能の必要性

本多　コーディネーターというものは縦割りを超えてAとBをくっつけ、それ以上のものを作りだすっていう発想です。しかし、被災地の自治体は縦割りに対して誠実なんですね。そこでの飛躍がない。

田所　東北の沿岸部の基礎自治体は規模が小さくて、やらなきゃいけないこと以外のものに手が回らない。外部からのアドバイスや意見を生かす余裕がないと感じるところがありますね。

佐藤　緊急時は、ものによっては平時の規制・ルールを緩める必要がありますね。これからの日本のために先導モデルとして東北の復興をとらえる場合、どんな仕組みに注目できますか。

田所　例えば、宮城県では仮設住宅などの支援を行うサポートセンター支援事務所を県が設置して宮城県社会福祉士会が受託しています。ここは復興というテーマで県、市町村、各地の社協など様々な団体の情報の横串を刺ぐ役目を担って、非常にいい働きをしていると思います。このように半官半民的な組織が、あるテーマでの公的なお墨付きに基づいて、セクションを越えて情報を収集して、それをまとめた形で提供する、さらに県から国へ情報があげられて、その中で被災地だけでなく全国的に必要であると考えられる施策があれば、被災3県を特区扱いにして規制緩和して試してみて、結果として悪くなければ全国にそれを波及させる。こんな仕組みができるといいんじゃないかと思います。

佐藤　コミュニケーション力があって人と人をつなぐ。良い意味でおせっかいな大阪のおばちゃんみたいな組織ですね。

下浦　発災直後は支援団体がたくさん入りますけど、時間が経過すると、どんどん撤退していく。長期的な復興に対する支援、ボランティアってあんまりないのかもしれませんね。

田所　発災直後にはどんな震災でもボランティアが必要ですけど、復興をやらなきゃいけない大きい災害はめったにないので、作っても生かす機会が少ないのかもしれません。そういう意味で、いろんなところに応用がきくコーディネーターを育成しておくのは一つの手だと思います。コーディネートは震災支援に限らず、地域の支え合いなどにも使える機能なので。

佐藤　今後、消滅の危機にさらされるコミュニティが全国に出てきます。それにも応用がききそうですね。本多さん、ボランティアに関わらず何か新しい支援のあり方がありますか。

本多　この震災の支援でよかったのは、東京や地域の中心的な財団やNPOが地域に直接入ったことだと思います。そして、上手くいっているところは、広域的な組織と地場のコーディネーション能力の高い人がコンビを組んで活動しています。その一方で、具体的な課題解決策、例えば復興公営住宅のコミュニティ作りはこうやればうまくいくっていうのはまだ見つかっていないです。今後は、いろんな事例を集積して、個々の前線で働いている人たちを後ろからつなぐ、支える。そんな後方支援とかコーディネーションの機能が、必要だと思います。

佐藤　震災という不幸な出来事を前向きにとらえるには、被災地の自治体での動きからどれだけ学べるかが重要です。ここで見いだされたような、子どもの力やコーディネーターの役割、全国組織と地場の人材との連携といったもろもろの知見を、全国に多くあるコミュニティ問題に是非生かしていただきたいと思いました。今日はありがとうございました。

「広域組織と地場の活動家が手を携えたことが一番の成果」── 本多

「保育所等を活用することで、世代を越えたコミュニティが形成できる」── 下浦

Profile　公益社団法人
日本栄養士会常務理事

下浦佳之

災害直後の被災者支援に始まり、栄養と食を通じた被災者への支援を継続的に実施。高齢者の生活不活発病等防止のため、宅配食ではなく保育所等での供食を提供する「ほっこり食事プロジェクト」で、栄養面のサポートと幼児や保育士との触れ合いによるコミュニケーション促進の両立を実現している。

Profile　特定非営利活動法人
全国コミュニティライフ
サポートセンター(CLC)

田所英賢

仙台を拠点とする福祉系の中間支援NPO。震災後、仮設住宅、復興住宅の生活支援相談員向けの研修実施や情報誌の発行などを行う。コミュニティ分野では、地域住民によるサロンの運営や介護保険事業所設立までも視野に入れた支え合い活動の支援を行っている。

3 保育園児とのごはんが高齢者の体と心の元気の源になる

Area ｜地域

被災3県

Player ｜取り組み主体

公益社団法人日本栄養士会、
公益社団法人岩手県栄養士会、
公益社団法人宮城県栄養士会、
公益社団法人福島県栄養士会

Background ｜背景

災害と密接に結び付く生活不活発病

生活不活発病は、2004年の中越地震後、多発することが確認された。今回に東日本大震災の被災地でも、知らない人同士が暮らす仮設住宅では遠慮がちになり部屋にふさぎがちになったり、交通手段がないため外出をためらう高齢者が生活不活発病にかかる傾向がある。仮設住宅はもちろん一般住宅に暮らす人たちにも頻発している。これにかかると全身のあらゆる機能が低下し、歩く、立つ、階段を上るなど全身を使う日常の生活上の動作が困難となる。

南三陸町全町民生活機能調査
震災後歩行が困難になり、7カ月時点でも回復していない人の割合（65歳以上）

出典：2012年厚生労働省「災害の新たな課題・防げたはずの生活機能低下」

元気だった高齢者や一般住宅でも頻発

仮設住宅での一人ぼっちの食事が病気の原因に

被災地の仮設住宅では高齢者の「孤食」が深刻な課題となっている。誰かと一緒だとはりきって作る料理も、一人では調理が面倒になり菓子パンのみで済ますなど栄養が偏った食事となる傾向がみられる。また室内に引きこもりがちになると全身の機能が低下していく「生活不活発病（廃用症候群）」が危ぶまれ、高齢者にとって要介護状態につながる可能性もある。

栄養バランスのよい食事を高齢者に届けるため注目したのが地元の保育所である。保育所には調理室があり、管理栄養士など食の専門家がいる。栄養士が作った栄養バランスを考えたお弁当を保育所に取りに来てもらうことで、仮設住宅で暮らしている高齢者が体を動かす機会にもなると考えられた。しかしそれでは孤食の解消につながらない。「それなら園児と一緒に食事をしてはどうか」と各園から提案があり企画されたのが「ほっこり食事プロジェクト」である。高齢者の外出の機会の提供だけではなく、園児や保育士と一緒に食事や会話を楽しむ「供食」により世代間交流を生み出し、地域社会のつながりを築く活動

上：食事の前に子どもたちが歌う歌声
下：子どもたちの中には食べるのを忘れて話をしたがる子も

[illegible]

となっている。

食事が終わると、管理栄養士等による栄養相談、体重計測、血圧測定、健康チェックが行われる。肉が食べられなくなってきたという高齢者に、「魚は食べられる?」と対話を通じて代替品を伝えていき、「食べる楽しみをわすれない」環境づくりを進めている。

食を通じて生きがいを見つけ

2014年、「ほっこり食事プロジェクト」は岩手県野田村保育所、宮城県のあっぷる保育園と尚絅学院大学付属幼稚園、福島県小島保育園の4カ所でスタート。計[illegible]回行われ延べ105人の仮設住宅で生活をしている高齢者が参加した。

食事ができるまでの間に園児による歌や踊りの披露が行われると、手を叩きながら喜ぶ高齢者の姿が見られた。岩手県野田村保育所では「子どもたちから元気をもらったのでお返しをしたい」と、地元に伝わる伝統舞である「大黒舞」を披露してくれた高齢者達がいた。普段歩いている姿からは想像できないくらい軽快な手のふりや足運びの舞に、園児や保育士から自然と拍手の輪が広がる。「皆さんに見てもらってよかった。私にも、まだできることがあるの

仮設住宅から外に出るのが億劫になり生活不活発病にかかる高齢者が増加している。
また一人暮らしでは栄養バランスの悪い食事をとりがちになる。
体を動かす機会となり、おいしい食事をとる場所として注目されたのが保育所だ。

「美味しい」の言葉も聞こえてきました

ですね」と目を輝かせて話をしてくれた。園児の笑顔はもちろん、してもらうだけではなく自分からもお返しをして喜んでもらうことが高齢者の生きがいにつながっている。

また園児と高齢者がこれをきっかけに顔見知りになると、まちで出会った際にお互いに声をかけるようになる。子どもの見守り・防犯、また高齢者には「うれしい、1人ではない」と感じるふれあいにもつながっている。

さらに、食文化の敬称という価値も生まれている。食事前には手を洗う、みんなで手と手を合わせて感謝して食事をとる、などのマナーや伝統食などの話を高齢者から聞くことができるのだ。

全国に「ほっこり」を届ける取り組みがスタート

高齢者の孤食は東日本大震災の被災地に限られたものではなく、全国的に見られる課題である。日本栄養士会はこの取り組みをモデル事業と位置づけ、全国の栄養士会や保育士など関連団体へ情報を発信し、他地域での事業展開につなげていく計画がある。2014年に4カ所でスタートしたこのプロジェクトも、2015年には14施設に拡大した。

今後、本事業を更に広めるため、被災3県の事業実施施設が集い、その取組内容を説明する被災3県合同事業説明会を開催する予定である。また、当該説明会に参加した施設の職員を対象に、現在事業を実施している施設への見学会を開催する予定である。

また保育所を、日本栄養士会および都道府県栄養士会が認める地域生活支援・健康づくりの拠点「栄養ケア・ステーション」のひとつとして位置づけ、高齢者の栄養と食の支援や生きがい作りだけではなく、妊産婦や子どもを持つ親への離乳食やアレルギー食について相談を受ける子育て支援も進めていく予定だ。そのためにも栄養ケア・ステーションの活用により行政や介護関係者、クリニック等と連携しながら、人々の生活を支えていく地域包括ケアへの取り組みを推進している。

Point ｜取り組みのポイント

- 専門家のいる地元の保育所を活用
- 園児との食事が高齢者の生きがいに
- 全国で応用可能なモデルとして展開

特　集

管理栄養士等による高齢者への栄養と食支援体制の構築

被災地の仮設住宅等では、高齢者の“孤食”や“低栄養”、室内に引きこもることによる“生活不活発病（廃用症候群）”、“認知症”等、要介護状態につながる問題が生じています。

（公社）日本栄養士会は、東日本大震災の２～３週間後から避難所や仮設住宅に管理栄養士の派遣を行い、健康や栄養面のサポートを行ってきました。

その後も栄養バランスの良い弁当を仮設住宅の高齢者に宅配する等のサポートをしていましたが、高齢者の外出を促すために新事業を企画しました。それが復興庁の平成26年度「新しい東北」先導モデル事業である「ほっこり食事プロジェクト」です。これは、高齢者が地域の保育所を訪問し、園児や保育者等と一緒に食事や会話を楽しみ、地域社会とのつながりを築く事業で、東北３県４カ所の保育所等で実施しました。

本特集では、この事業が被災地域の仮設住宅のみならず、全国の保育所や栄養ケア・ステーションを拠点として広がり、介護予防、日常生活支援の体制を構築するための参考事例となることを願い、紹介いたします。

（（公社）日本栄養士会・「日本栄養士会雑誌」企画委員会）

「新しい東北」先導モデル事業 東北発 ほっこり食事プロジェクト

（公社）日本栄養士会常務理事
下浦佳之

下浦佳之◎しもうら よしゆき
1981年～2011年　兵庫県立病院等給食課・栄養指導課、兵庫県福祉部地域福祉課
2012年　兵庫県立がんセンター栄養管理部次長兼栄養管理課長（現職）
2006年（社）日本栄養士会理事、常任理事（～2013年）
2014年（公社）日本栄養士会常務理事、（公社）兵庫県栄養士会副会長、神戸学院大学客員教授、神戸女子大学客員教授
管理栄養士

「おばあちゃん、よしの（仮名）ばあちゃん！また保育園に遊びにきてね～」と子どもの声。「町を歩いていると子どもに声を掛けられるようになったんだよ、そりゃあ、うれしいよ。私も忘れられていない、共に生きているって実感できるもの」と被災地のある高齢者のひとこと。

1. 被災地の高齢者の課題

東日本大震災から早くも5年が経過し、被災地では仮設住宅から復興公営住宅等への移転に向けての動きが進みつつある。しかしながら、依然として被災地の高齢者を取り巻く環境は決して良いとは言えない。特に、独居による“孤食”から生じる調理意欲や活動意欲の低下、食事摂取量の低下による“低栄養”、体力・筋力低下、室内への引きこもり等から“生活不活発病（廃用症候群）”や人との触れ合いの欠如による“コミュニティー形成不足”、判断力・認知力の低下等、高齢者にとって要介護状態につながってしまう大きな問題が見受けられる。それは被災地の高齢者だけの問題ではなく、全国的な問題でもある。

2. ほっこり食事プロジェクト

（公社）日本栄養士会としては、被災地の復興支援を継続し、どうしたら高齢者が生き生きと地域で生活し、栄養のバランスが良い食事を楽しく食べ、社会参加、健康増進が図れるかを考えなければならない。そこで、高齢者が地域の保育所等を訪問し、園児や保育者等と一緒に食事や会話を楽しむことで、自ら生きがいや役割を創設し、地域社会とのつながりを築く“「新しい東北」先導モデル事業　東北発「ほっこり食事プロジェクト」”（“ほ”いくしょを“つ”うじで“こ”うれいしゃが“り”ようする食事プロジェクト）を企画し、平成26年度に実施したのである（平成27年度は「ほっこりふれあい食事プロジェクト」）（図1）。

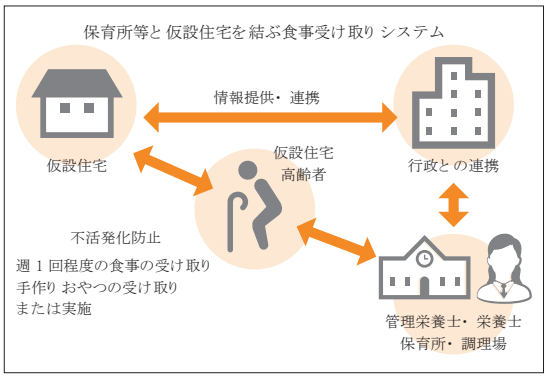
具体的な取り組み内容については、後述の先生方にお任せするとして、当プロジェクトの実施により、好ましい変化が広がっていることを本稿ではお伝えしたい。

たとえば、保育所を利用した高齢者と園児との触れ合い、食事（弁当）を受け取りに行くことによる外出の機会の提供、共食による孤食の防止、食を通じた楽しみ、関わる者みんなの笑顔が増え、世代間交流から新たなコミュニティーが形成される。また、高齢者にとっては生活不活発病・認知症・介護の予防等や、社会参加による生きがい、役割の発見・再発見、またさまざまな気付きを得る機会にもなる。

管理栄養士等による栄養と食のサポートは、高齢者の見守りや相談相手になるだけではなく、地域の医療・介護等の専門職種間の連携や、栄養ケア・ステーションの活用等、保育所等を中心に地域生活支援・健康づくりの拡充にもつながっている。

3. 今後の事業拡大

今後は、被災地域の仮設・公営住宅のみならず、全国の地域の保育所等や栄養ケア・ステーションを



（公社）日本栄養士会／（公社）岩手県栄養士会／（公社）宮城県栄養士会／（公社）福島県栄養士会

●図1●　ほっこり食事プロジェクト概要

拠点として、東北発信の全国に向けた事業拡大を図る。さらに、高齢者に限らず、妊産婦や子育てママを対象とした当該プロジェクトの拡充により、全てのライフステージにおいて、栄養と食をキーワードとした取り組みを支え、社会環境を整えていきたいと考えている。

ぬくもりのある取り組みですね。“ほっこり”ふれあい食事プロジェクト

（福）全国社会福祉協議会全国保育協議会副会長
佐藤秀樹

佐藤秀樹◎さとう ひでき
1977年　青山学院大学文学部教育学科卒業
1978年　こどものくに保育園
2009年（福）全国社会福祉協議会全国保育協議会副会長、現在に至る
2014年　内閣府子ども・子育て会議委員、現在に至る

平成26年度からの2年間、（公社）日本栄養士会が取り組んでこられた高齢者への「栄養と食支援体制の構築」というプロジェクトに、子ども支援・子育て支援を担ってきた保育関係者として微力ながら関わらせていただいた。

保育の世界でも「食育」という言葉が随分と叫ばれ、私たち保育者も子どもたちの「食」についてはかなり意識するようになってきている。しかし、これは在園している子ども、また、その保護者に向かっての取り組みはしてきても、地域におられる人びと（特に高齢者）と保育所等の子どもを結ぶ「食」を通した、炊き立てのご飯を頬張るような営みはしてこなかったと思う。

題して「“ほっこり”ふれあい食事プロジェクト」。実に、見事にぬくもりに満ちている。

食。漢字として、「人に良い」、「人を良くする」とも読め、命を育む「食」は、身体ばかりか心も育んできた。だから、「食事」が不十分である環境では、命も心も満足に育めないと言え、世界各地でやまない紛争や災害、その現場ではいつだって、子どもたちや高齢者や弱者と呼ばれる人びとが犠牲となってしまう。

これも漢字の話で恐縮だが、平和、和気あいあい、温和、柔和等の「和」という漢字は、稲、ひえ、とうもろこし等の穀物を口いっぱいに頬張った、幸せで和やかな表情を表し、「命」という漢字は、冠をかぶった天子様がひざまずき、天に向かって祈る姿をかたどり、「いただきます」という食事のあいさつは、動植物の「命」をいただくことへの感謝の表現だとか。「和」と「命」が脅かされている全ての人びとに、口いっぱいに頬張ることのできる「食」の確保を、と心から祈るばかり。

私たち日本人の主食となる穀物「米」（コメ）は、動詞の「籠める」の連用形が名詞化したもので、コメという語は、古くは改まった儀式の場で用いられたと言われている。何か神聖なもの、あるいは生命力のようなものが「籠められたもの」として、意味付けられたのだと思う。心を込めてにぎってもらった「おむすび」。このおむすびを頬張る子どもたちの笑顔は幸せそのもので、そこに地域の高齢者の方々の「和」と「命」と「食」が、縁（あえて園という字でもいい）を結び合ってつながっていくならうれしい。

私は生まれも育ちも北国の雪国なので、降り積もった雪の祠（かまくら）が実に暖かいことを知っている。“ほっこり”という言葉は、丸みを帯びた、とげとげしていない、かまくらのようにまどやかで、ぬくもりに満ちている。

「“ほっこり”ふれあい食事プロジェクト」が、日本中のあちらこちらで展開され、笑顔を頬張った人たちが結び合う縁の、血のつながりの血縁ではない「結縁ネットワーク」のように、広がっていけたらいいなと思う。

（公社）日本栄養士会の皆さまの豊かな想像力、構想力に感謝。子どもたちの笑顔に会いたくて、保育者は子どもたちの側にいるのだということを申し添え、この「プロジェクト」は、それを引き出す力も秘めているかもしれないと感じている。

保育園が地域をつなぐ

芳賀カンナ◎はが かんな
2012年（福）日本保育協会岩手県支部女性部長
2014年（福）堤福祉会堤乳幼児保育園園長

（福）日本保育協会・（福）堤福祉会堤乳幼児保育園園長
芳賀カンナ

1. 被災地の今

東日本大震災から5年を迎えようとしている。震災直後は被災地、被災者という大きなくくりで伝えられてきたが、時間の経過とともに、家族を失った人、家を失った人、仕事を失った人、地元を離れた人、子ども、高齢者、一人暮らし、仮設住宅での生活を続けている人等、“被災者”というだけでは伝えきれない、個々の状況、地域の抱えるさまざまな問題、課題がある。

復興が進み、今後は仮設住宅の集約化、公営住宅の入居、住宅再建等により、また新たなコミュニティーの形成が必要となる。

2. 本プロジェクトのもたらすもの

食事について一人暮らしの高齢者に聞いてみると、「一人だとみそ汁は作らない、煮物やおひたしがほとんど」、「カレーのように大量にできてしまうものは、食べたいが無駄になるので作らない」、「一人で食べる食事は偏ってしまう」という声が聞かれる。食べることは生きることの源であり、全ての人が欠かすことのできないのが食事である。

平成27年度、当園も実施施設として取り組んでいる「ほっこり食事プロジェクト」を通じ、子どもたちは高齢者の温かなまなざしに見守られ、高齢者は子どもの屈託の無い笑顔に癒やされ、それに関わる保育者、スタッフはその光景を見てまた笑顔になる。子どもたちにとって、地域や身近にいるお年寄りと関わることは、自分の周りにいろいろな人がいることに気付き、相手を思いやり、自分の地域を意識し身近に感じることができる機会となる。また、これまで食に関して直接関わることの無かった行政や、地元の食生活改善推進員の方々の顔が見え、声が聞こえる関わりは、子どもと高齢者、地域とをつなぐ大きな財産となった。

3. 取り組みを継続・拡大するために

“保育園に人を招く”ことは、どのようなかたちであれ、多少の気構えが必要となる。プロジェクトをイベントで終わらせないためには、参加者の多い少ないではなく、たとえ1人でも「おいしく食事ができた」、「楽しい時間を過ごすことができた」という声があったことを忘れず、地域の中にある保育園の職員としての意識を持つことが必要である。同時に、栄養管理、健康管理といった、専門職としての知識と技術、各関係機関、地域資源との日頃からの連携も、プロジェクト継続の大きな要因である。

東北の被災地に限らず、全国の保育園、幼稚園等でそれぞれの地域にあった「ほっこり食事プロジェクト」のような取り組みが継続、展開されることを期待したい。

4. ほっこりエピソード

12月の仮設住宅談話室でのボランティア協力によるクリスマス会では、キャラクターの着ぐるみを着たおばあちゃんたちが、少し恥ずかしそうに楽しさのお裾分けに保育園にやってきた。一方通行の交流ではない、お互いの心の交流に、ほっこりしたひとときだった。

仮設住宅談話室のクリスマス会にやってきたおばあちゃんたち

ほっこりの協働の輪が作る地域の元気と健康

岩手県久慈保健所上席栄養士
岩山啓子

岩山啓子◎いわやま けいこ
1984年　東京都内人工透析クリニック
1986年　岩手県入庁、岩手県久慈保健所、岩手県岩泉保健所、岩手県宮古保健所、岩手県庁勤務を経て、2013年より岩手県久慈保健所、現在に至る
管理栄養士

1. 久慈地域の連携の土台

東日本大震災の津波後、久慈地域では、保健所が調整役となり、野田村および管内市町村において、食生活改善推進員、(社)岩手県栄養士会(当時)と連携しながら、協働による仮設住宅集会所での栄養教室や栄養相談を継続してきた。このように、協力体制が整っていたことから、「ほっこり食事プロジェクト」を行う打診があった際も、その日のうちに打ち合わせを行うことができた。

また、野田村保育所は、人的被害こそ無かったものの、園舎が津波で全壊流失し、福祉財団の支援を受けて保育所を再建した。「たくさんのご支援へのお返しの意味も含め、少しでもできることがあれば」と、積極的に協力いただいている。

2. 役割のある、参加型のプログラムに

本プロジェクトは、平成26年度は3回行い、平成27年度は6回(うち3回は仮設集会所会場)を計画し、実施した。

本稿では、4回目に行った仮設集会所での焼き芋の日のプログラムを紹介する(図**1**)。

スタッフの絶妙な連携プレーで、この日もスムーズに進行した。のんちゃんネット体操後、園児が上

皆でうきうき団子作り(1回目)

仮設 **de** ほっこり「焼き芋」なのだ♪

日　　時: 平成27年11月16日9:45〜11:30
会　　場: 野田中学校仮設集会所
参 加 者: 13名(男性5名、女性8名)
参加園児: 野田村保育所なでしこ組15名
スタッフ: 野田村保育所、村栄養士・保健師・看護師、村食生活改善推進員、県栄養士会、久慈保健所
内　　容: ①園児が仮設までお散歩(10分)
⇒「ほっこりプロジェクト in 野田村〜!」のカワイイ掛け声で開会!
②村のイメージキャラクター「のんちゃん」と一緒に「のんちゃんネット体操」♪
③皆で焼き芋準備(新聞紙⇒水⇒アルミホイル)
⇒男性陣が早朝から準備した炭に投入
④ふれあい手遊びタイム(ハグしてギュッ♪)
⑤焼き芋で一緒におやつタイム
⑥次回招待状を園児から手渡し⇒園児はお帰り
⑦アンケート記入⇒体重・血圧測定⇒栄養相談
⑧お土産を渡して閉会

●図1●　焼き芋がメインの日のプログラム

手にさつまいもを新聞紙にくるめるよう、優しくお世話をする参加者。炭おこしは、仮設住宅の男性陣が大活躍、過去に無い5人の男性が参加した。「ふれあい手遊びタイム」では、参加者と園児が手足やほっぺたをくっつけたり、ギューっと抱きしめたりするゲームもあり、園児との触れ合いに誰もが顔をほころばせた。熱々の焼き芋を共食後、次回招待状を園児から渡され、またほっこり。園児が帰った後は、血圧測定や栄養相談でおしゃべりに花を咲かせ閉会した。

平成28年1月の最終回では、「園児に何かお返しがしたい」と、昨年度に引き続き、数名の参加者による村の伝統芸能「大黒舞」が披露された。

3. 連携と協働は、地域の大きな力

保育所、野田村、食生活改善推進員、(公社)岩手県栄養士会、保健所といった、オール野田村＋関係

ふれあい手遊びタイム♪

炭おこしなら俺たちに任せろ♪の男性陣

機関が連携して協働の汗を流すことは、地域が支え合い、元気と健康を作り出す大きなエンパワーメントとなる。

今後、災害公営住宅での新たなコミュニティーづくりを支援する上でも、大いに力となるに違いない。

幼稚園児と被災高齢者が卓を囲んで湧く笑顔

尚絅学院大学附属幼稚園園長
岩倉政城

岩倉政城◎いわくら まさき
1968年　東京歯科大学卒業
1973年　東京医科歯科大学大学院修了（歯学博士）、東北大学赴任
1984年　東北大学助教授
2008年　尚絅学院女子短期大学部教授
2009年　尚絅学院大学附属幼稚園園長、現在に至る
2010年　尚絅学院大学教授
2014年　尚絅学院大学名誉教授

1. おやつ作りが保育の中核

当園は、月々の誕生会に合わせ、年間延べ60回、6クラスがおやつ作りに取り組んでいる。おやつを何にするか？から始まってクラスで討議し、調理分担、配膳、共にいただく、お裾分け、片付けと展開している。それは「食育」の枠を超え、討論を通して他者理解と共感能力を育み、建学の精神“他者と共に生きる”を獲得する保育の中心活動としている。

こうした下地があって、平成26年9月、（公社）日本栄養士会から園児と被災者が共に食事をする「ほっこり食事プロジェクト」の提案を受けた。

当園は、仙台市の西隣、東日本大震災で津波にのまれる映像が繰り返し流された名取市の丘の上にあり、海岸から15 kmに立地する。園から10 km離れた市街地に仮設住宅があり、今なお2,500人余が居住している。ここの主婦たち手作りの“お姫様ドレス”を何度もいただいたつながりもあったことから引き受けた。

2. 被災高齢者との食事交流

平成27年3月3日10：00～13：00、在仮設住宅高齢者20人、年長児51人、支援スタッフ13人の参加で、次の活動を行った。

①園庭既設ピザ釜でのピザ作り活動（園児・参加者によるトッピング、ピザ焼きには高齢者有志が参加）
②支援スタッフによる地元食材を使用した具だくさんみそ汁の提供（配膳は支援スタッフと園児）
③ピザとみそ汁のおやつ会（好きな場所で）
④園児の歌と高齢者との肩たたきゲームによる交流
⑤園児と高齢者との昼食歓談（当園給食供給先の障害者就労支援事業所の温かい給食を高齢者に提供、園児は持参弁当で共に卓を囲む）

3. はじける生命力が被災高齢者にもたらす効果

高齢者の感想は「かわいい園児と一緒にご飯を食べ、お弁当の中身を見せてもらったりして、普段1人で食べていることが多いのでうれしかった」に象徴されよう。また、「孫のような子どもにゲームで

皆で作ったピザを園児と共に味わう

食後ゲームで肩たたきの触れ合いを楽しむ

肩をたたいてもらって、うれしいやら、かわいいやらで時間があっという間に過ぎた」と喜んでもらえた。

園児にとっても、「『おかわりどうですか』と言うと、喜んで『お願いします』と言われ役に立てた」、「肩をたたいてあげて喜んでもらえてボクの方がうれしかった」等、自己有用感を高める成果があった。教師からも「普段触れ合うことの少ないおじいさん、おばあさんたちと関わって楽しんだだけでなく、自信を持って堂々と“おもてなし”をし、その成長ぶりに感動した」との評価を得た。

4. 災害食支援ステージ区分の追加を提案

震災後4年にわたる仮設暮らしの高齢者は、さらに災害住宅への転居を迫られ、辛うじてつくった人間関係から再び切り離されようとしている。科学技術動向研究センターは、災害時食支援ステージを第1の短期から第3の長期に分類しているが[1)]、私は第4ステージ（定住待機期）を設けることを提案したい[2)]。被災後数カ月から数年に及ぶ期間で、孤食だけでは捉えきれない心理的側面“孤立と孤独・未来への不確実性”を、高齢者は抱えている。

5. 世代間交流とその継続性

前述の心理的側面の支援に、今回の活動は一時的にせよ高齢者に“I am not alone”と、社会に窓を開く効果があった。園児と高齢者が世代を超えて卓を囲む、食を横糸にした人と人のつながりを紡いだ。これを持続できる活動にすることを課題としたい。

参考文献

1) 中沢　孝, 別府　茂: 非常食から被災生活を支える災害食へ, 科学技術動向, **128**, 20-34（2012）
2) 岩倉政城: 平成26年度「新しい東北」先導モデル事業報告書, pp.39-42（2015）

「ほっこり食事プロジェクト」事業に参加して

（福）いわき福音協会理事
新妻　登

新妻　登◎にいつま のぼる
1973年（福）いわき福音協会（～2014年）
旧法知的障害者更生施設福島県はまなす荘、旧法知的障害者更生施設はまぎく荘、旧法知的障害者通勤寮はまゆう通勤寮にて勤務
2014年（福）いわき福音協会理事、現在に至る

当法人の小島保育園は、（公社）日本栄養士会主催の「ほっこり食事プロジェクト」の事業を受託し、多くの関係者の協力のもと実施することができた。

今回の事業は、当園の子どもたちにとって初めての経験であり、スムーズな交流ができるか心配な面もあった。しかし、偏見を持たない子どもたちの素直さが、震災後仮設住宅で生活している高齢者との餅つきや絵本の読み聞かせ等を通して、温かな交流ができた理由だと思っている。全3回延べ28人の参加があったが、2回目のクリスマス祝会に参加していただいた折は、自分の孫と重ね合わせている高齢者の姿も見受けられた。昼食には、5人の参加者に対して、当法人事業所で働いている障がいのある人たちの手作り弁当を提供させていただいた。

改めて考えると、地域の中には、子どももいれば若い人も高齢の方もいる。元気な方もそうでない方も、男性もいれば女性もいる。全ての人の共通点の1つに、当然のことながら“食事をする”ことがある。誰しもが健康を願い、自分の、自分たちの、そして皆の幸せを願っている。食卓を囲み、同じ食事をすることで、言葉以外の一体感や仲間意識が生まれてくる。その食事が、時宜にかなったバランスの良い食事であればなおさらだ。以前から言われている“医食同源”は、今も求められていることである。私たちは、それを支える専門職の人たちの活躍を期待している。

（公社）日本栄養士会の今回の事業は、一法人一保育園にとっては“点”にすぎないが、継続することによって“線”になり、同じようなことが他事業所でも行われることにより、やがて“面”の活動として発展していくことを期待している。

第1回 餅つき大会、教室でお餅とお雑煮を共食

第2回クリスマス祝会では保護者の方々とも一緒にクリスマスをお祝い

福祉サービス事業所の手作りお弁当

心を満たしてくれる栄養素

楢葉町役場
半谷喜代美

楢葉町は、福島県の東部に位置し、自然豊かで比較的温暖な住みやすい町である。平成27年9月5日、原発事故による避難指示が解除されたが、町に戻っているのは町民の6%。震災から5年を迎えようとしている今でも、何十年と慣れ親しみ、愛着のある故郷に戻れず、仮設住宅で過ごす高齢者がたくさんいる。

避難生活がこれほどまで長く続くとは、誰も予想していなかった。大地震の翌日から始まった慣れない環境での生活。衣・食・住の全てが一転し、変容した生活に順応しなければならないことに対し、どれほどの苦労があったか。

避難所での生活空間は、十分な身動きすらできない狭いスペース。食事はおにぎりやパン、即席カップ麺等が多く、野菜不足に加え、食塩相当量の摂り過ぎで不調を訴える声が多かった。食事だけではなく、現状や今後の不安からくるストレスで血圧が上昇する等、体調を崩す町民がほとんどであった。

避難所から仮設住宅に移っても自宅のようにはいかず、全てにおいて制限されているようで、庭や畑はプランター化し、隣家とは壁1枚のため、テレビの音量を下げ、大声で笑うことさえ気にしながらの生活で、一家団らんの時間など無くなった。

震災後、無我夢中で過ごしてきた生活にも少しずつ落ち着きが見られ、外に目を向けることができるようになった平成26年10月頃、「ほっこり食事プロジェクト」の話をいただいた。

幼稚園児との餅つきでは、初めは少々緊張気味だった高齢者も、作業開始となれば“昔取ったきねづか”とでもいうかのように、無意識に身体が動いているようで、園児との交流や職員との共同作業をしている姿を見ると、まるで離れて暮らす家族との餅つきを楽しんでいるかのようだった。

この企画に参加した延べ28人の高齢者が、仮設住宅での日常では味わうことのできない体験をし、心穏やかになる時間をほんの少しでも得ることができたことは、日々の活力につながったと確信する。機会を提供してくださった方々への感謝を申し上げるとともに、高齢者が元気に避難生活を終えることができることを願う。

第1回餅つき大会
「また来てね」、「今日はありがとう」。園児が園庭でお見送り

第3回伝承遊び
“すごろく”は何年ぶり？　おばあちゃんは強いよ！

「ほっこり」エピソード

（公社）日本栄養士会事務局

今回のプロジェクトでは、子どもとのほっこりした場面がいくつも見受けられました。皆さまにも場面を想像しながら“ほっこり”していただけましたら幸いです。

焼き芋大会でのできごと

園長先生大活躍で焼き芋が焼き上がり、みんなで給食前に園庭で「いただきます！」。高齢者の方には、地べたへの正座は無理（膝の痛み等の関係）とのことで、パイプいすを準備して、座って食べていただきました。そこへ、ちゃっかりとおばあちゃんの膝へ座る園児の姿。当然、身内のおばあちゃんではありません。焼き芋の温かさと膝の上で食べる暖かさ、一緒に食べるっておいしいね。ほっこり。

焼き芋大会、ちゃっかりおばあちゃんのお膝でほっこり

お餅つきでのできごと

餅つき大会に参加された高齢者から、「震災前はみんな自宅でお餅つきをしていましたが、今はできません。仮設住宅では、ボランティアの方が来られてお餅つきをしますが、私たち（被災者）は見ているだけで、でき上がったお餅を食べるだけ。今回は3年ぶりに、私たちが園児のためにお餅をつき、団子に取り分け、喜んでもらいました。楽しかったですし、お役に立つことができて、うれしかった」とのこと。

確かに保育士の先生方もびっくりの段取りの良さ。参加された高齢者のみなさんは、事前に話し合いをされて役割を決めておられたようで、搗（つ）き手、返し手、ちぎり手の絶妙なやり取りで、あんこやきな粉、ずんだ、納豆、おろし大根のお餅が手際良く次々とでき上がりました。最後には臼（うす）・杵（きね）の片付けまでお手伝いいただきました。というより、ほとんどやっていただきました。おまけに保育園のお正月用の鏡餅まで上手に作っていただきました。

みなさん、生き生きと大活躍。「久々に動かれて、お身体、大丈夫ですか？」。「昔からやっているから大丈夫ですよ」と聞いて一安心。後日、お世話いただいた方より「やはり身体に痛みが…」とのこと、やっぱり無理をさせてしまいました。みなさんの活躍された姿にほっこり。一緒についたお餅を食べて、みんなほっこり。

園児みんなで「よいしょ、よいしょ」

食事を食べる際のできごと

園児たちはいつもの通り「食事の前に手を洗いましょう」と先生に促されて洗面台へ。高齢者のみなさんは、じっと身動きせず座ったまま。そこへ、園児の1人が「おばあちゃんたちも食事の前に手を洗わないといけませんよ」と一言。「そうだ、そうですね。食事の前には、ちゃんと手を洗わないといけませんね」と高齢者のみなさんが次々と立ち上がり、順番に小さな洗面台で手を洗います。園長先生、保育士、スタッフ苦笑い。ほっこり。

つきたてお餅！「のどに詰めないようにね。あーん」

－平成 27 年度「新しい東北」先導モデル事業－

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」開催要領

1. 趣　　旨

仮設住宅から災害公営住宅等への移転が進む今、これらの地域における高齢者の新たなコミュニティ形成、健康増進等に向けて、平成２６年度事業を拡充した『ほっこり・ふれあい食事プロジェクト』を実施する。栄養と食をキーワードとした高齢者と子どもとのふれあいを通じて孤食、生活不活発病予防等の課題に対して、適切な栄養管理と、高齢者の役割・生きがい等を創出するしくみを整備、強化する。実施拠点数を増やし、内容の充実を図るとともに情報発信し、本事業により生まれる地域の元気と笑顔の“わ”を東北から全国へつなげる。

2. 主　　催　平成２７年度復興庁受託事業
（公社）日本栄養士会、（公社）岩手県栄養士会、
（公社）宮城県栄養士会、（公社）福島県栄養士会

3. 開 催 地　東北３県

4. 開催期日　平成２７年 ８月～平成２８年 １月頃

5. 対 象 者　被災地域の仮設住宅・災害公営住宅居住者等
※住居から徒歩圏内に実施保育所等施設があること、もしくは実施保育所等へ何らかのアクセス手段がはかれること

6. 参加人員　１か所　１０～１５名程度

7. 事業内容（例）　保育所等における、①昼食やおやつの共食、②子ども達との触れ合い（参加型）、③栄養相談や健康チェック、④参加者によるボランティア活動等
※参加者の生きがい、役割、社会参加を促す要素と、管理栄養士による栄養・食事管理による見守り要素を含める

8. 対象経費　臨時雇賃金（コーディネータ賃金）、旅費、食材費、バス使用料、消耗品費、通信運搬費、印刷費

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」 開催の手引き

― 目 次 ―

１．　事業の目的・背景、内容について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 1
２．　実施計画書等の提出について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
３．　参加者について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
４．　事業内容について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
５．　開催日程について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 2
６．　個人情報について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
７．　危機管理について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
８．　経費について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 3
９．　事業報告書等の提出について・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 4
１０．　連絡・問い合わせ先・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 5

●　“ほっこり・ふれあい食事プロジェクト”実施のためのフローチャート

様式１　実施計画書
様式２　協力者名簿
様式３　事業完了報告書
様式４　経費精算報告書
様式５　献立提出用様式
様式６　出勤簿
様式７　交通費精算書
様式８　履歴書
様式９　アンケート様式

１．事業の目的・背景、内容について

平成 27 年度復興庁「新しい東北」先導モデル事業『仕様書』より抜粋

１　件名

「新しい東北」先導モデル事業
（東北発第 2 弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト）

２　事業の目的・背景

復興庁では、被災地を単に従前の状態に復旧するのではなく、震災復興を契機として、震災前から地域が抱えてきた課題（人口減少、高齢化、産業の空洞化等）を克服し、我が国や世界のモデルとなる「新しい東北」を創造すべく、取組を進めている。

本事業は、「新しい東北」の実現に向け、被災地で既に芽生えている先導的な取組や、「新しい東北」の取組・事業の実施に向けた横断的な課題を解決する取組を幅広く公募し、復興推進委員等の有識者からの意見を踏まえた上で支援対象事業を選定するとともに、プロジェクトの立ち上げ段階におけるソフト面の取組を包括的に支援する（詳細は下記の業務内容参照）。

３　業務内容

仮設住宅から災害公営住宅等への移転が進む今、これらの地域における高齢者の新たなコミュニティ形成、健康増進等に向けて、平成 26 年度事業を拡充した『ほっこり・ふれあい食事プロジェクト』を実施する。

孤食、生活不活発病予防等の課題に対して、栄養と食をキーワードとした高齢者と子どもとのふれあいを通じた適切な栄養管理と、高齢者の役割・生きがい等を創出するしくみを整備、強化する。

また、実施拠点数を増やし、内容の充実を図るとともに情報発信し、本事業により生まれる地域の元気と笑顔の“わ”を東北から全国へつなげる。

保育所等を拠点とすることで、世代間交流が生じ、そこに暮らす住民の連携から新たなコミュニティ形成につながると思われる。また、地域の栄養ケア・ステーションを通じて医療、介護等の専門職も関わることができると思われる。

具体的には、栄養ケア・ステーションを通じた、高齢者と保育所のふれあい食事受け取りシステムの構築に取り組む。

２．実施計画書等の提出について

- コーディネータは、実施施設と相談の上、実施計画書【様式 1】および協力者名簿【様式 2】下記書類を第１回実施日の約１か月前までに日本栄養士会に提出して下さい。
- 各種様式は、データにて送付いたします。
- 提出書類の内容に変更がある場合には速やかに連絡をお願いします。

３．参加者について

- 近隣の仮設住宅等への参加募集を行ってください。
  ＜対象者への呼びかけ（例）＞
  ・園児作成の招待状・仮設住宅への直接的声掛け・自治会長からの声掛け
  ・ボランティアセンター・コーディネータからの声掛け・参加者同士の声掛け
- 園児の保護者への説明及び承諾を得て下さい。

４．事業内容について

- 園児と高齢者の参加型（イベント）企画をお願い致します。（園児とのふれあい・共食等）
- 参加者へも役割分担をお願い致します。
  （例：ボランティアとして、草むしり、水やり、食育、伝承遊び、見守り等）
- 参加者へ管理栄養士等による栄養相談・体重計測・血圧測定・健康チェック・アンケート等を実施して下さい。

５．開催日程について

- 平成 27 年度は、東北 3 県（既実施施設：各 6 回以上，新実施施設：3 回以上、計 33 回以上）で実施します。（要相談）
- 事業は１月中に終了させて下さい。
- 開始時間、終了時間がわかるよう、大まかな日程の立案をお願いします。

＜日程例＞

9：30	仮設住宅へのお迎え（マイクロバス）
10：00	挨拶（自治会長、園長）
10：15	伝承遊び「紙相撲大会」（遊戯室）
11：30	片付け
11：45	会食会＜園児との会食＞
12：45	栄養相談及び伝承遊び
13：45	お見送り
15：30	反省会

◎アンケート【様式 9】実施のお願い

- アンケート記入時間を設け、記入協力を参加者にお願いして下さい。(聞き取りでも可能です)
- アンケートは回収し、所定の集計様式にてコーディネータが集計のうえご提出いただきますようお願いします。
- 開催回数に応じて、初回、中間、最終回として計 3 回のアンケート実施をお願いします。

６．個人情報について

- ご提供いただく協力者の氏名、参加者（高齢者・園児）写真等の個人情報は、「新しい東北」先導モデル事業“ほっこりふれあい食事プロジェクト”報告書への掲載、説明会および交流会等の発表に使用させていただく場合があります。
- 目的以外にご提供いただいた個人情報を使用することはありませんので、予めご了承下さい。

７．危機管理について

- 各実施施設の規定に準じて下さい。
- レクリエーション保険に、本会にて加入します。

８．経費について

⑴ 参加費について

- 今年度は復興庁補助金事業による実施のため、参加者からは参加費は徴収しないで下さい。

⑵ 支給額

- 食材費・消耗品費・通信運搬費・印刷費として、１開催につき２万円とします。
  （例）3 回開催の場合：2 万円×3 回＝6 万円の範囲で計画をお願いします。
- バス使用料は別途ご請求ください。

⑶ 経費の交付

- 原則として全ての事業報告書受理後、指定の口座へ日本栄養士会からお振り込みいたします。
- 領収書の宛名は、「日本栄養士会」としてください。

＜臨時雇賃金（コーディネータ）の賃金および旅費について＞

- 出勤簿【様式 6】、交通費精算書【様式 7】にご記入いただき、日本栄養士会事務局にご提出ください。また履歴書【様式 8】もあわせてご提出ください。
- 臨時雇賃金には、源泉税がかかります。お支払いは、賃金から源泉税を差し引いた金額になります。
- 源泉税の処理は本会事務局にていたします。

＜旅費について＞

- 当該事業に関わる打ち合わせ等を開催した際、簡単な議事録（報告）を添え、旅費をご請求ください。
- 旅費の請求については交通費精算書【様式6】にご記入いただき、日本栄養士会事務局へご提出ください。本会旅費規定により実費振込にてお支払いたします。
- 交通費精算書の注意事項をよくご確認のうえ、領収書等の添付漏れがないようお願いいたします。
- 駐車場代は原則お支払いできません。

＜食材費、バス使用料、消耗品費について＞

- 請求書を日本栄養士会事務局にお送りください。後日お振込みいたします。
- 領収書について、明細を添付してください。スーパー・コンビニ等で購入の場合、レシートの提出をお願いします。

＜通信運搬費について＞

- 通信費として切手・宅配便を利用された場合、領収書および、送付先リストを添付して下さい。

＜印刷費について＞

- 県の栄養士会や実施施設、担当者の施設でのコピー代、消耗品代（領収証がまとまってしまって、ひとつになってしまった場合等）については、県の栄養士会（または実施施設）から「請求書」として提出して下さい。
- 算出根拠（例：単価×枚数）も明記して下さい。

９．事業報告書等の提出について

(1) 提出期限

- 事業終了後１か月以内に、下記の提出書類①～⑦を日本栄養士会宛てに提出して下さい。
- 事前に提出しているもので、全く変更のない場合にも報告書として改めて提出して下さい。

(2) 提出書類

①事業報告書【様式3】

- 様式枠は、適宜調整してください。

②経費精算報告書【様式4】および領収書の原本

- 様式4にまとめ、別途領収書を貼付した用紙を添付してください。

③開催案内（チラシ）等

- 開催にあたり、参加者向けに作成された案内（チラシ）をご提出ください。

④写真（料理・開催風景）データ

- 当日の料理写真、開催風景を撮影いただき、データにて 10.連絡・問い合わせ先のメールアドレス宛にご提出ください。

⑤当日のレシピ【様式5】

- 献立名、献立のポイント、栄養価の記載をお願いします。

⑥アンケート集計結果

- 所定のエクセル様式へ入力していただいたデータを④同様にご提出ください。

⑦当日配布資料

- 参加者への栄養相談等に活用した資料等がありましたらご提出ください。

１０．連絡・問い合わせ先

- 開催にあたりご不明な点等は、下記までお問い合わせ下さい。

公益社団法人日本栄養士会
「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」担当　石垣・清水
〒105-0004 東京都港区新橋5-13-5　新橋ＭＣＶビル6階
TEL：03-5425-6555　FAX：03-5425-6554
メールアドレス　ishigaki@dietitian.or.jp

“ほっこり・ふれあい食事プロジェクト”実施のためのフローチャート

1　開催地域を決定したら…視察（挨拶）の日程調整（県栄養士会と日栄、他・・の連携）

・事業の目的・概要の理解
・企画内容の説明

参加対象となる地域（市町村）との調整
（呼びかけをする仮設住宅等の想定）

＊既実施施設は６回分、新実施施設は３回分の予定を立案・提出（要相談）
＊実施時期の予定（毎(隔)週・毎(隔)月・年間●回等）
＊移動方法（徒歩・公共交通機関・車等での送迎必要等）

2　実施場所を決定したら…小委員会（仮称）を発足する（保育所等と県栄養士会、他・・の連携）

・実施場所の選定（地域の保育所・仮設住宅等）
・移動方法（徒歩・公共交通機関・車等での送迎必要等）

関係者間の打ち合わせ（期間中随時）

・日程、実施内容、メニュー、確認資料の準備
・参加者への周知方法

【参加者の呼びかけ（例）】

＊仮設住宅への直接的声掛け（園児より）
＊園児作成の招待状
＊自治会長からの呼びかけ
＊ボランティアセンターからの声かけ
＊参加者同士の声掛け

3　時期・企画の決定…様式１の提出

・実施時期の予定（毎(隔)週・毎(隔)月・年間●回等）
・実施の時間帯（朝食・昼食・おやつ・夕食等）
・企画内容の概要決定

ほっこり・ふれあい当日

4　事業が終了したら…報告書の提出

◎１か月以内に提出（日本栄養士会宛）

①事業報告書（様式３）、②経費精算報告書（様式４）および領収書原本、
③開催案内（チラシ）等、④写真（料理・開催風景）データ、
⑤当日のレシピ（様式５）、⑥アンケート集計結果、⑦当日配布資料等

様式1

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」実施計画書　＜　施設名　＞

	第 1 回	第 2 回	第 3 回	第 4 回	第 5 回	第 6 回
1.実施年月日 開催時間						
2.実施内容						
3.当日担当者（責任者）氏名						
4.募集方法						

コーディネータ氏名＜　＊＊　＊＊　＞

様式2

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」協力者名簿

＊＊県栄養士会

＜●●●保育園＞

1	氏名	役割（役職）
	勤務先名： 住　所： 連絡先：	
2	氏名	役割（役職）
	勤務先名： 住　所： 連絡先：	
3	氏名	役割（役職）
	勤務先名： 住　所： 連絡先：	
4	氏名	役割（役職）
	勤務先名： 住　所： 連絡先：	

様式3

平成　年　月　日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」事業報告書（第　回）

報告者 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿ 印

1.実施年月日・時間	平成　年　月　日（　）　：　～　：	
2.会場名		
3.協力者	実施施設	県栄養士会
	□園長　□主任保育士：　人 □保育士：　人　□調理員：　人 □管理栄養士：　人　□栄養士：　人 □その他：　人	□コーディネータ □管理栄養士：　人 □栄養士：　人 □その他：　人
4.参加者地域 （地区・仮設名等）		
5.参加者数	男性：　人、女性：　人 計：　人	
6.当日の流れ・実施内容 （タイムスケジュール） ： ： ： ： ： ： ： ： ： ：		
7.所感		

様式4

平成　年　月　日

「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」経費精算報告書

担当者名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　印

勘 定 科 目	金額(円)	内　　訳
旅費交通費		
食材費		
消 耗 品 費		
印刷費		
通信運搬費		
合　　計		

※領収書は原本を、科目ごとにA4の用紙に貼り付け添付してください。

振込先

フリガナ	
口座名義	
銀行・本支店名	銀行　　支店
種類・口座番号	(　普通・当座　)　口座番号

※ゆうちょ銀行の場合も必ず、支店名・銀行から送金できる口座番号をご記入ください。

※源泉徴収票を発行するにあたり、住所と生年月日が必要です。記入をお願いします。

※支払調書は、1月～12月の年間集計額を、毎年1月末頃にご自宅へ郵送いたします。

献立・料理名

- 冷やしそうめん
- 鱧の照り焼き
- うの花炒り
- わらびもち
- めんつゆ

熱量	620 kcal
蛋白質	25.0 g
脂質	12.0 g
食塩相当量	6.4 g

献立の工夫・ポイント

そうめんに氷を入れることで、涼やかさと麺をほぐす役割も。麺の細いそうめんを使うことで、麺におつゆがからみ、味が感じやすくなります。麺を蕎麦やうどんなどに替えても変化が楽しめます。

「魚」のにおいが気になる方は、たんぱく源として、冷奴などの大豆製品、錦糸卵やうずらの卵など卵料理に替えてみても良いでしょう。

お好みで、生姜やわさびなどを加えると、手軽に味に変化をつけることができます。

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
冷やしそうめん	そうめん乾	100g		塩	0.2g
	鶏卵	20g		植物油	1g
	植物油	1g	うの花炒り	おから	30g
	寿司エビ1尾	10g		ねぎ	10g
	きゅうり	15g		人参	10g
	ねぎ	5g		干しいたけ	1g
	氷	30g		植物油	3g
	冷凍おろし生姜	2.5g		上白糖	3g
鱧の照り焼き	はも	50g		濃口しょうゆ	3g
	濃口しょうゆ	5g		塩	0.4g
	上白糖	3g	わらびもち	わらびもち	50g
	本みりん	4g	めんつゆ	めんつゆ濃縮	20ml
	ししとうがらし	2本		水	100ml

作り方・調理のポイント

- そうめんは、湯がきすぎない（のびない）ように注意する。
- 鱧は、臭み除去と見た目を良くするために付け焼きをしてから重ね塗りする。
- 氷は、なるべく配膳する直前に沿える。

様式6

出勤簿

平成　　年　　月　　日～　　月　　日分

氏名

日付	印	就業時刻	終業時刻	休憩時間	業務内容	勤務時間	確認印
2/1(日)		:	:	:		時間	
2/2(月)		:	:	:		時間	
2/3(火)		:	:	:		時間	
2/4(水)		:	:	:		時間	
2/5(木)		:	:	:		時間	
2/6(金)		:	:	:		時間	
2/7(土)		:	:	:		時間	
2/8(日)		:	:	:		時間	
2/9(月)		:	:	:		時間	
2/10(火)		:	:	:		時間	
2/11(水)		:	:	:		時間	
2/12(木)		:	:	:		時間	
2/13(金)		:	:	:		時間	
2/14(土)		:	:	:		時間	
2/15(日)		:	:	:		時間	
2/16(月)		:	:	:		時間	
2/17(火)		:	:	:		時間	
2/18(水)		:	:	:		時間	
2/19(木)		:	:	:		時間	
2/20(金)		:	:	:		時間	
2/21(土)		:	:	:		時間	
2/22(日)		:	:	:		時間	
2/23(月)		:	:	:		時間	
2/24(火)		:	:	:		時間	
2/25(水)		:	:	:		時間	
2/26(木)		:	:	:		時間	
2/27(金)		:	:	:		時間	
2/28(土)		:	:	:		時間	
		:	:	:		時間	
		:	:	:		時間	
		:	:	:		時間	

総勤務時間	時間
出勤日数	日
確認印	

様式7

公益社団法人 日本栄養士会

〈交通費精算書〉

申請日　　年　　月　　日

氏 名	印	会議名	「ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」 ○○県	部署No.	500
開催日時	10:00～11:30	開催場所		予算No.	118200

※事務局記入

≪注意事項≫
※出発地点より目的地に達する安価で合理的な道順に準じて支給いたします。
※特急列車、航空機、タクシーを利用の場合、領収証を添付してください。領収書の添付がない場合、お支払いできない場合がございます。
　特急列車を利用しない近距離列車の場合は、領収書不要です。長距離バス利用の場合は、領収書を添付してください。
※特急料金は100km以上の出張のときに支給します。
※航空機を利用した場合は、必ず往復の搭乗券の控えを添付してください。(航空パックの場合を含む)
※旅行パックで申し込みの場合は、領収書とその明細書も添付してください。
※タクシー利用は、業務上必要がある場合、または天災等やむを得ない事情の場合に限ります。
※公共交通機関がなく、自家用車利用の場合は、燃料費として走行距離 1kmにつき37円を支給いたします。(走行距離の証憑を添付してください。)
※宿泊は必ず領収書を添付してください。
※宿泊代の上限は、東京都(特別区)は12,000円、それ以外の地域は10,000円です。
※宿泊場所として、宿泊料を要しない知人等の居宅等を利用したときにの宿泊にかかる費用は5,000円とします。
※出発点を朝6時以前に出発しなければならない場合、また、夜11時以降に帰着点につく場合は、前泊または当日泊をすることができます。
※領収書の宛名は「公益社団法人 日本栄養士会」でお受け取りください。

①旅費精算　(勘定科目：旅費交通費)

※区分欄には、JR、私鉄、特急、新幹線、航空機便名等をご記入ください。
↓

年	月	日	区分	区間	金額	備考
				～		
				～		
				～		
				～		
				～		
				① 交通費小計		円

②宿泊精算　(勘定科目：旅費交通費)

年	月	日	宿泊先	金額	備考
			② 宿泊費小計		円

③宿泊パック利用

宿泊パック利用の場合、旅程、宿泊先を記載し、精算額は③にご記入ください。旅程明細書の添付もお願いします。

③	パック利用代金		円
①＋②＋③	支給額		円　A

※月末までに到着した分は、翌月末にお支払いいたします。　振込額　　円　A+B

口座名義	〈ふりがな〉		〈漢字〉		
振込先	銀行		支店	支店ｺｰﾄﾞ	
口座種別	普通・当座	口座番号			
自宅住所	〒　－				
生年月日	年　月　日	連絡先電話			

経理処理欄

※ゆうちょ銀行をご利用の場合は、『支店名』と『支店コード』を必ず記入してください。
※源泉徴収票を発行するにあたり、住所と生年月日が必要です。記入をお願いします。
※源泉徴収票は、1月～12月の年間集計額を、毎年1月末頃にご自宅へ郵送いたします。

様式8

履歴書

年　　月　　日現在

ふりがな			
氏　　名			
生年月日	明治・大正・昭和・平成 年　　月　　日生　（満　　歳）		※ 男　・　女
携帯電話番号		E-MAIL	

ふりがな	電話（　　） ―
現住所〒	FAX　（　　） ―
ふりがな	電話（　　） ―
連絡先〒　（現住所以外に連絡を希望する場合のみ記入）	FAX　（　　） ―

年	月	学歴･職歴（各項目ごとにまとめて書く）

記入上の注意　１：鉛筆以外の黒または青の筆記具で記入。２：数字はアラビア数字で、文字はくずさず正確に書く。

３：※印のところは、該当するものを○で囲む。

様式9

記入日：　　年　　月　　日

氏名（ニックネーム）：

性別：　　年齢：

食行動質問表

あてはまる箇所に〇をしてください。

1.そんなことはない　2.時々そういうことがある　3.そういう傾向がある　4.まったくその通り

問1：自分は他人よりも太りやすい体質だと思う	1	2	3	4
問2：食料品を買うときには、必要量より多めに買わないと気が済まない	1	2	3	4
問3：他人が食べていると、つられて食べてしまう	1	2	3	4
問4：お腹いっぱい食べないと満腹感を感じない	1	2	3	4
問5：早食いである	1	2	3	4
問6：めん類が好きである	1	2	3	4
問7：食事の時間がでたらめである	1	2	3	4
問8：水を飲んでも太るほうだ	1	2	3	4
問9：料理を作るときには、多めに作らないと気が済まない	1	2	3	4
問10：鉢に果物やお菓子を入れて、身近に置いてある	1	2	3	4
問11：食後でも好きなものなら入る	1	2	3	4
問12：ほとんど噛まない	1	2	3	4
問13：濃い味好みである	1	2	3	4
問14：ゆっくり食事をとる暇がない	1	2	3	4
問15：小さい頃からよく食べるほうだった	1	2	3	4
問16：外食や出前をとるときに多めに注文してしまう	1	2	3	4
問17：果物やお菓子が置いてあるとついつい手がでてしまう	1	2	3	4
問18：食べ過ぎを他人によく注意される	1	2	3	4
問19：よく噛めない	1	2	3	4
問20：油っこいものが好きである	1	2	3	4
問21：昼間、間食をする	1	2	3	4
問22：食べ物をもらうと、もったいないので食べてしまう	1	2	3	4
問23：たくさん食べてしまった後で後悔する	1	2	3	4
問24：ファストフードをよく利用する	1	2	3	4
問25：夜食をとる	1	2	3	4
問26：連休や盆、正月にはいつも太ってしまう	1	2	3	4
問27：料理が余るともったいないので食べてしまう	1	2	3	4
問28：スナック菓子をよく食べる	1	2	3	4
問29：缶ジュース、缶コーヒー、スポーツドリンク、栄養ドリンクをよく飲む	1	2	3	4
問30：イライラすると食べることで発散する	1	2	3	4

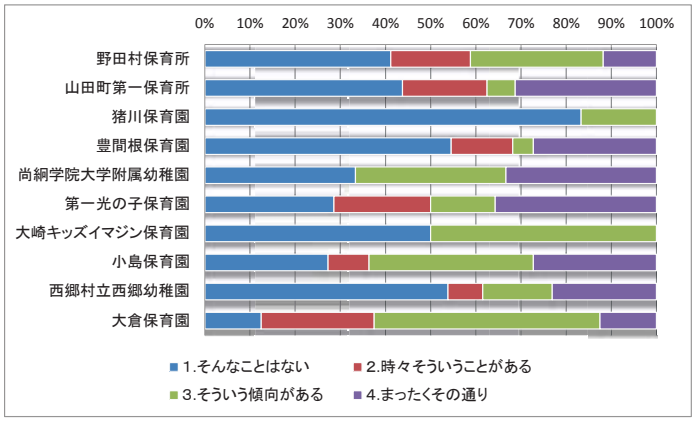
ご協力ありがとうございました。

食行動質問表　～地域の傾向～

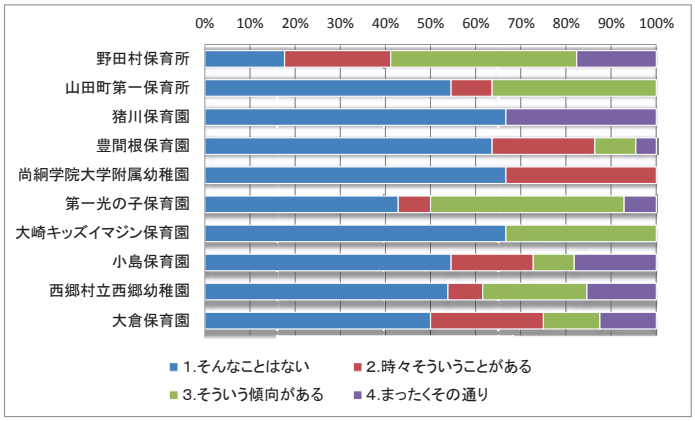
回答数

野田村保育所	山田町第一保育所	猪川保育園	豊間根保育園	尚絅学院大学附属幼稚園	第一光の子保育園	大崎キッズイマジン保育園	小島保育園	西郷村立西郷幼稚園	大倉保育園
17名	16名	6名	22名	3名	14名	7名	11名	13名	8名

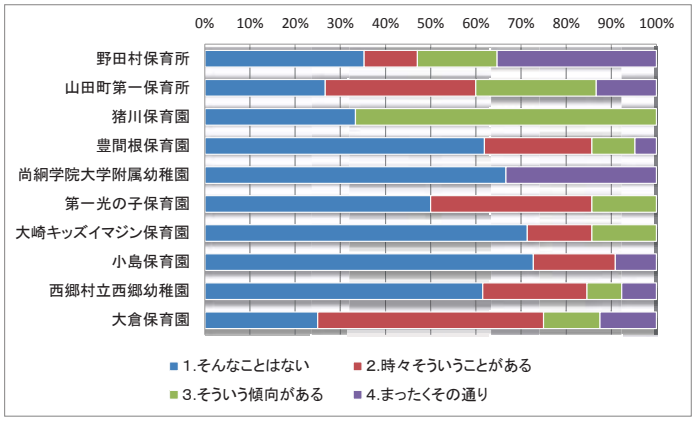
問1　　自分は他人よりも太りやすい体質だと思う



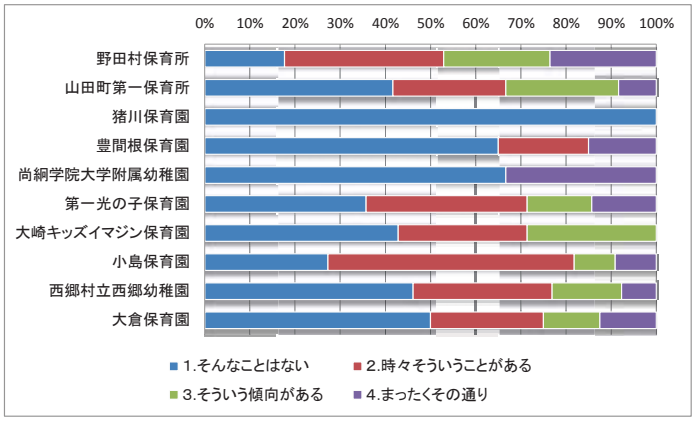
問2　　食料品を買うときには、必要量より多めに買わないと気が済まない



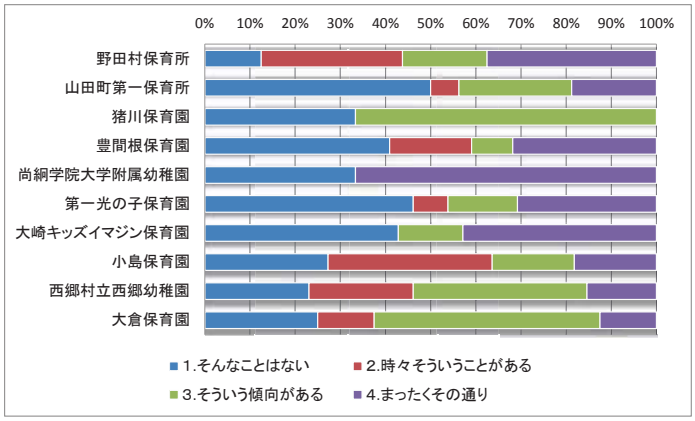
問3　　他人が食べていると、つられて食べてしまう



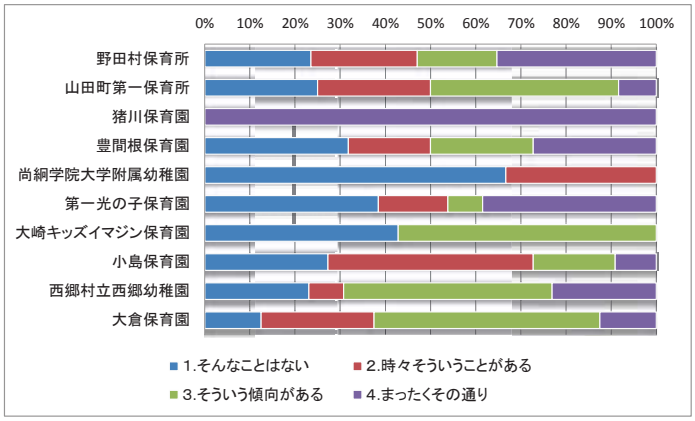
問4　　お腹いっぱい食べないと満腹感を感じない



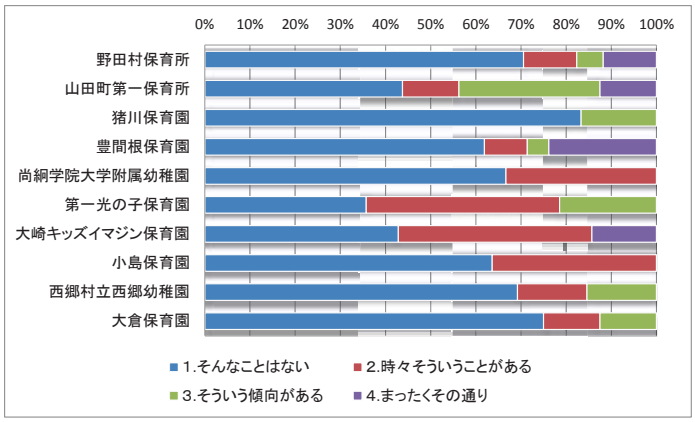
問5　　早食いである



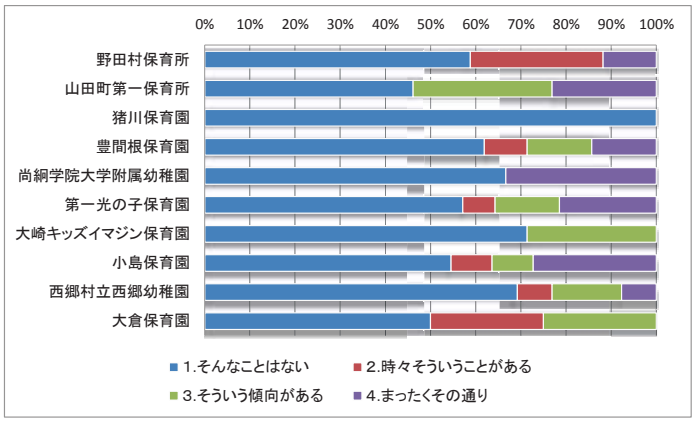
問6　　めん類が好きである



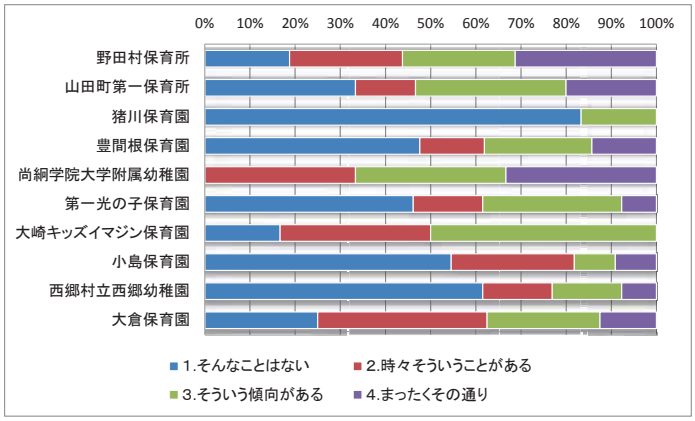
問7　　食事の時間がでたらめである



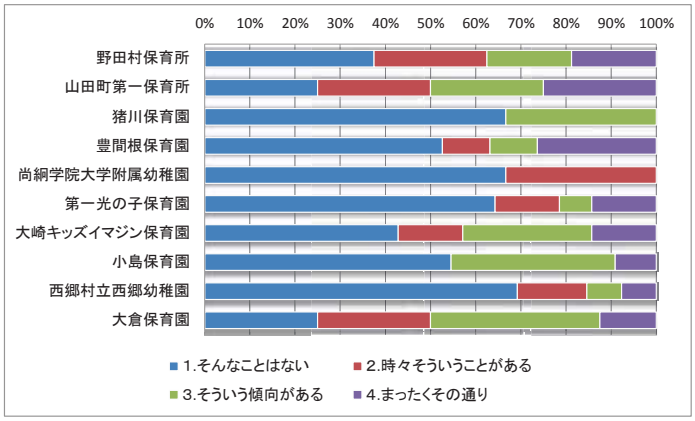
問8　　水を飲んでも太るほうだ



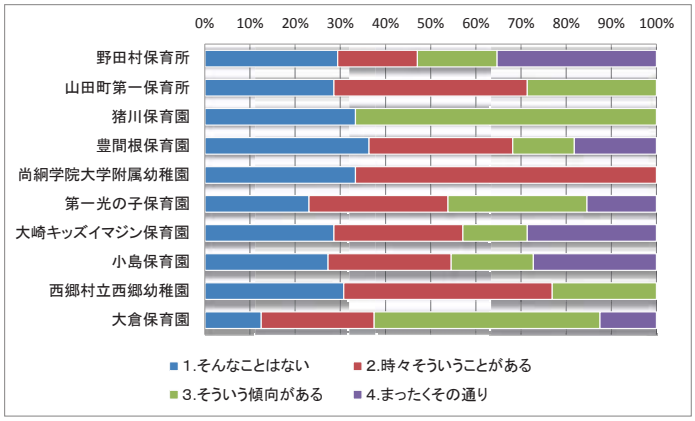
問9　料理を作るときには、多めに作らないと気が済まない



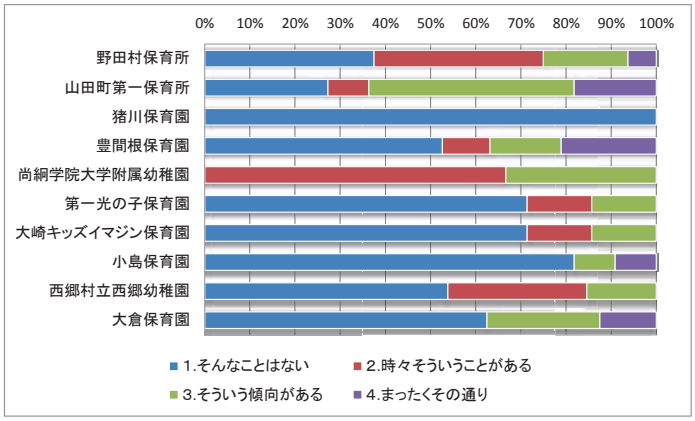
問10　鉢に果物やお菓子を入れて、身近に置いてある



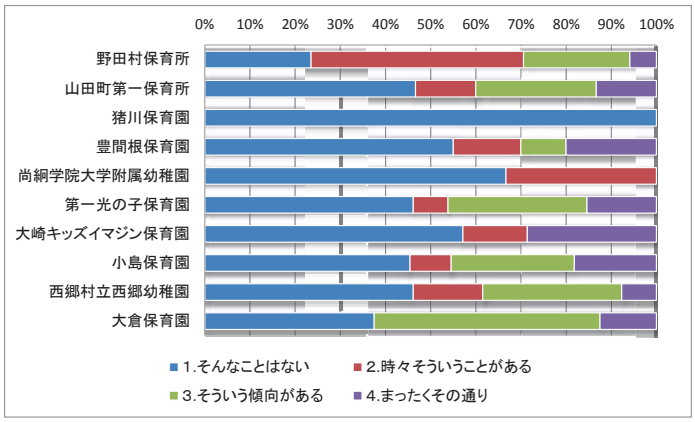
問11　食後でも好きなものなら入る



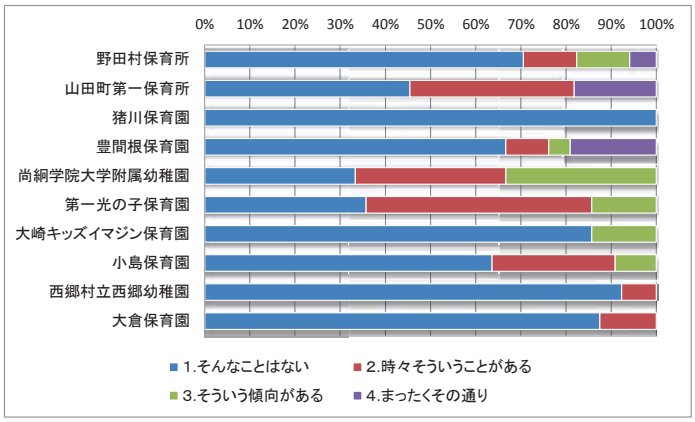
問12　ほとんど噛まない



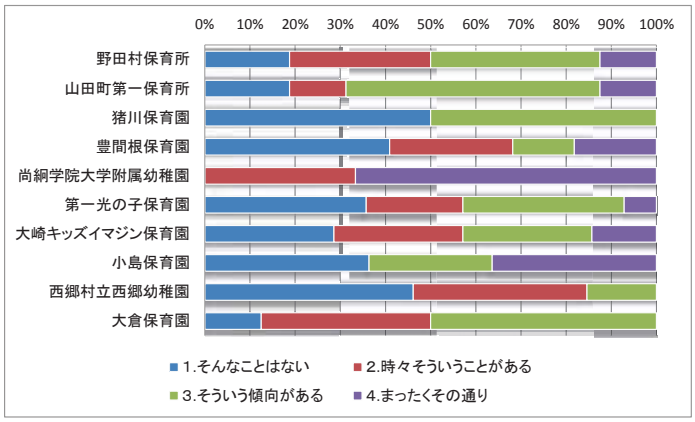
問13　濃い味好みである



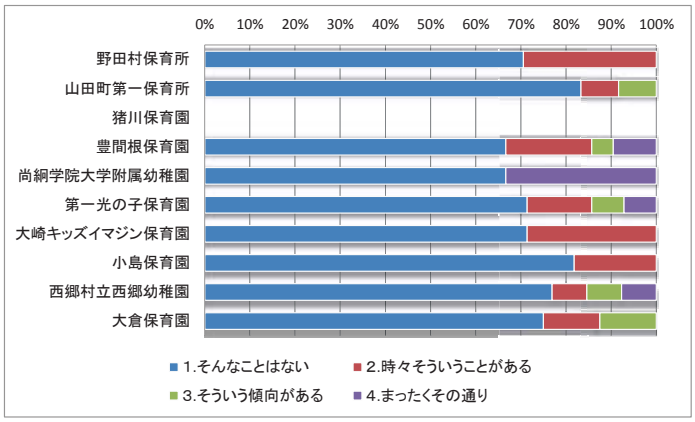
問14　ゆっくり食事をとる暇がない



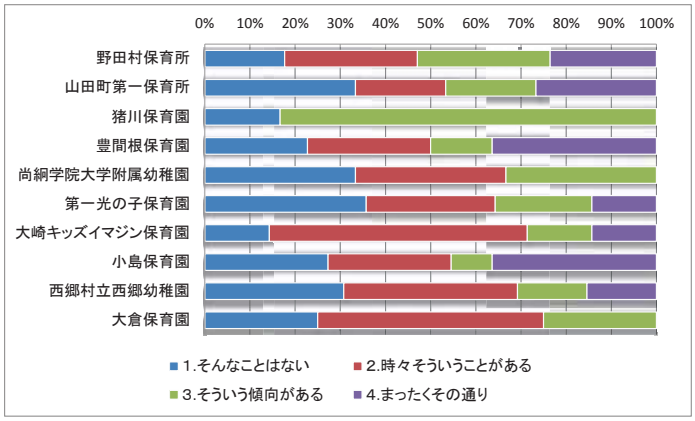
問15　小さい頃からよく食べるほうだった



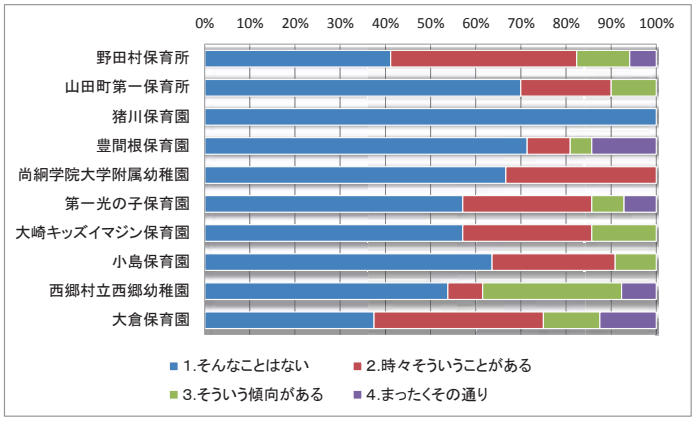
問16　外食や出前を取るときに多めに注文してしまう



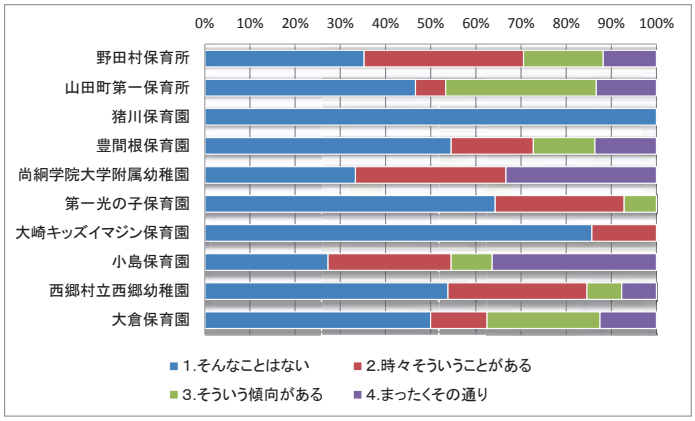
問17　果物やお菓子が置いてあるとついつい手がでてしまう



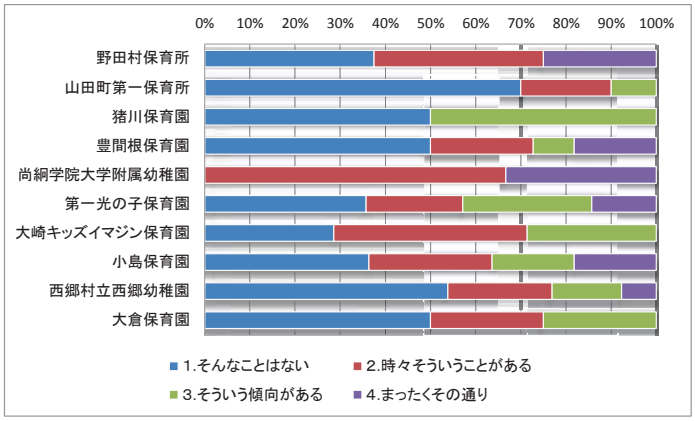
問18　食べ過ぎを他人によく注意される



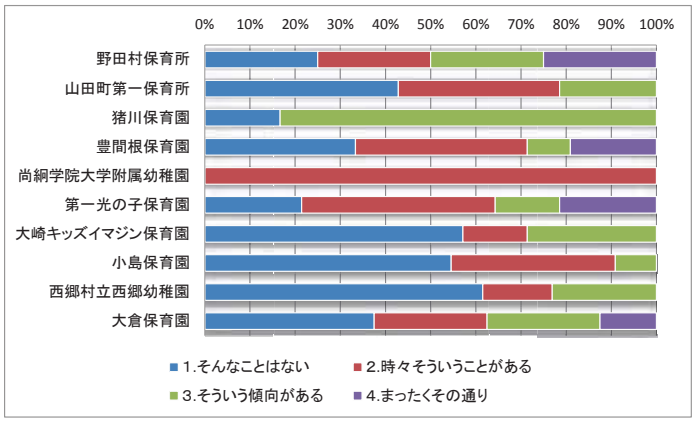
問19　よく噛めない



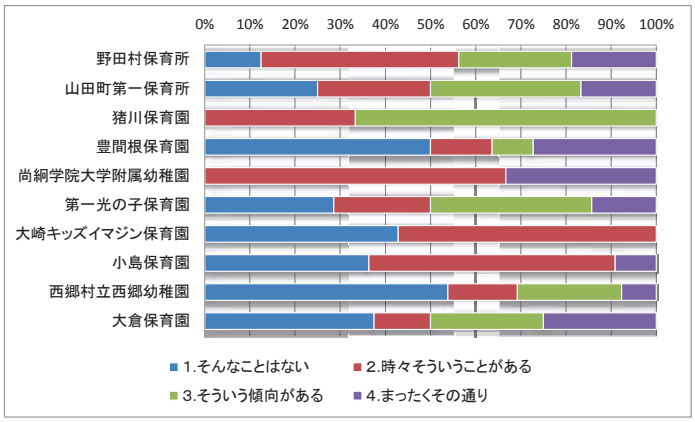
問20　油っこいものが好きである



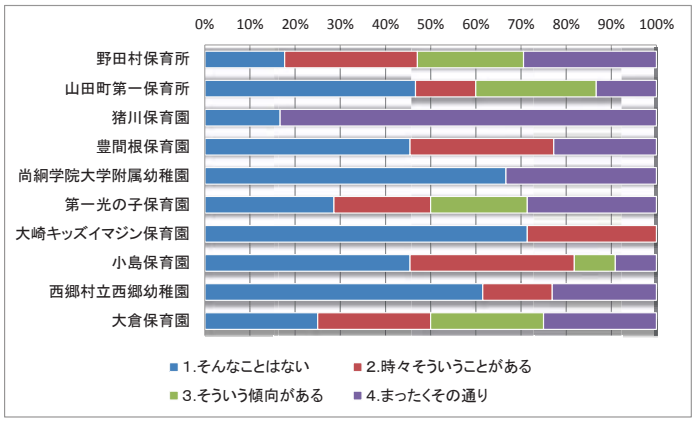
問21　昼食、間食をする



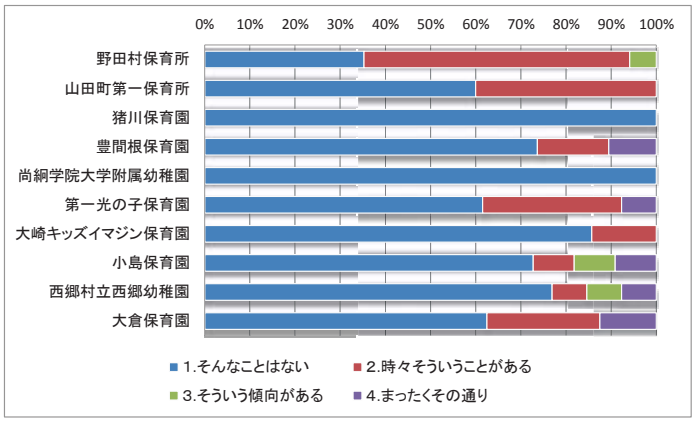
問22　食べ物をもらうと、もったいないので食べてしまう



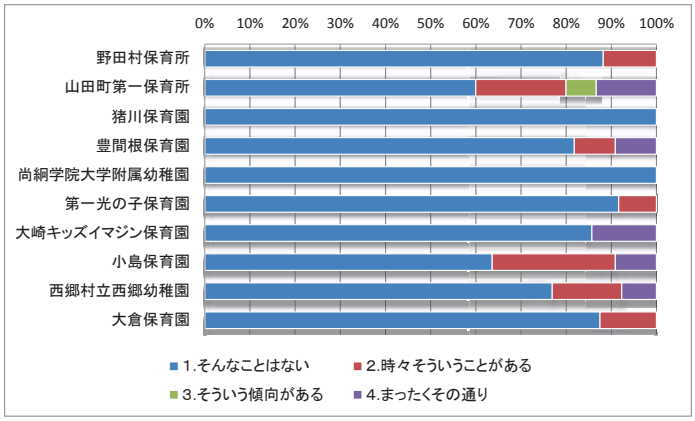
問23　たくさん食べてしまった後で後悔する



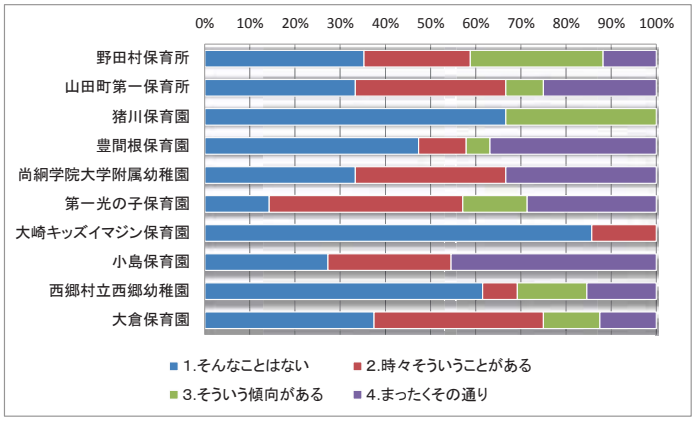
問24　ファストフードをよく利用する



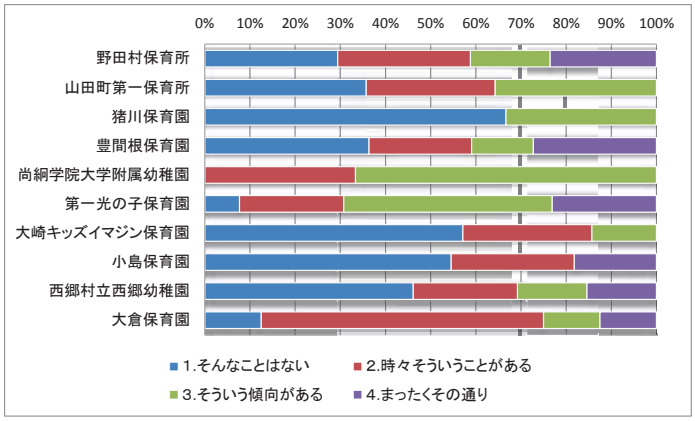
問25　夜食をとる



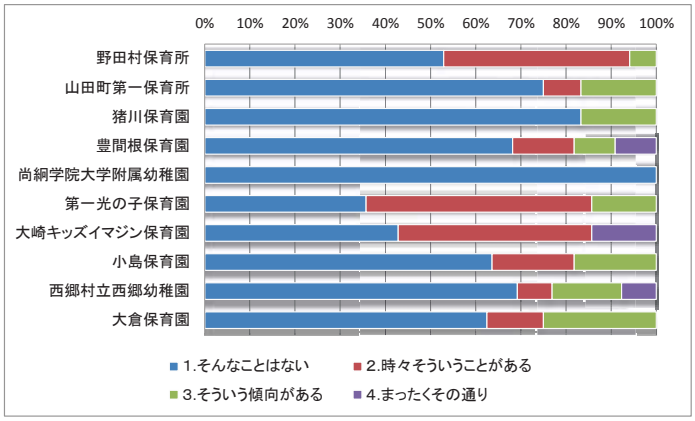
問26　連休や盆、正月にはいつも太ってしまう



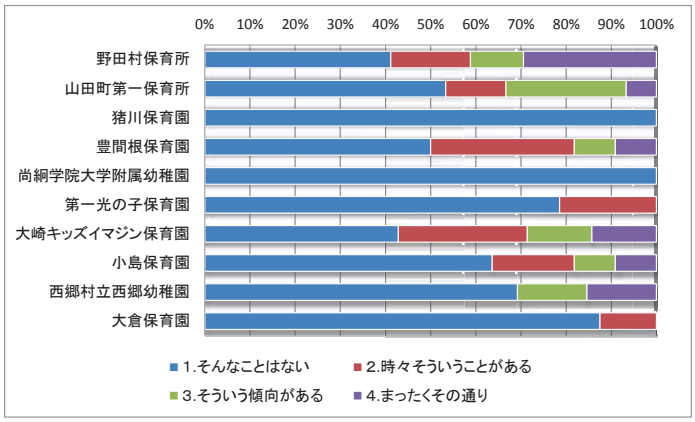
問27　料理が余るともったいないので食べてしまう



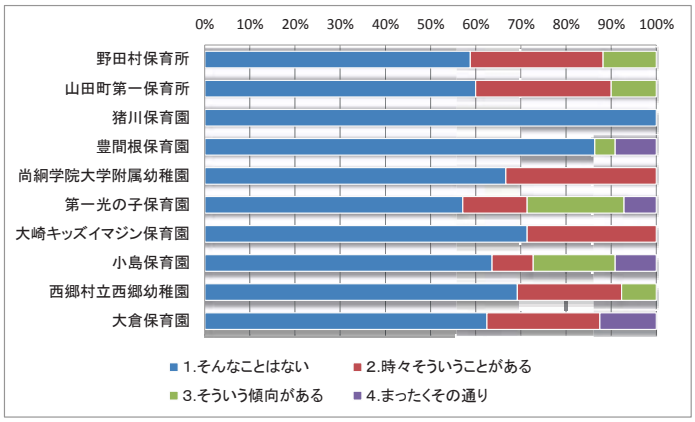
問28　スナック菓子をよく食べる



問29　缶ジュース、缶コーヒー、スポーツドリンク、栄養ドリンクをよく飲む



問30　イライラすると食べることで発散する



Ⅷ　ほっこり★エピソード

今年もたくさんの「ほっこり」話を経験することが出来ました。各実施園から寄せられた、思わず「ほっこり」「にっこり」するエピソードをまとめました。皆さまにも笑顔をお・す・そ・わ・け・❤・

堤乳幼児保育園 編

会食中、筑前煮の中に子どもの苦手な椎茸がありました。なかなか食べることができずにいると、一緒のテーブルのおばあちゃん達が苦手なことに気づいてくれて、『食べでけっか～?』（食べてあげようか？）『んーでも～先生が・・・』『みつからないように食べでけっから』と、子どもも皿をそぉーっとおばあちゃんへおばあちゃん達は声を出して笑い、みんな笑顔になりました。

テーブルごとに食事の準備が整うまでゲームやかるた、絵本を読む時間にしたとき、子ども1人とおばあちゃん3人のグループができました。交流会が終わって、4歳児女の子のMちゃんが 『Mね、1人で大変だったけど、がんばって本読んであげたよ、何回も読んであげた』と担任に報告。
1人で不安だったこと、でもおばあちゃん達を楽しませようとする気持ちが伝わってきました。

カレーライスでの会食中、大人の大きなお皿で食べる子ども達は少し、大人になった気分でおかわり続出！（いつもは小食の子供も）元気な声で『おかわり～』。その声を聞き、『美味しそうに食べるね～、たいしたもんだ』と、もりもり食べる子どもたちをみて笑顔いっぱいの高齢者の方々の表情が印象的。

ハロウィンで仮装しての訪問。『お菓子をくれないと、いたずらしちゃうぞ～』と言われ、『いたずらするってだぁが～』と笑う高齢者。お菓子を欲しい子ども達と、いたずらしてほしい高齢者の違いに、笑いがこぼれます。

おばあちゃんとのおにぎり作り、いつものキッズクッキングでは一人で作るのに！！　優しく教えてくれるおばあちぉんに甘え『やってちょうだ～い』『はい、はいどれどれ』と、頼まれるおばあちゃんは大忙し。

朝の会での季節の歌をみんなで歌うことに。場所が保育園ということで、昔を思い出したのか、手をつないで歌い始めた高齢者、つないだ手から楽しさや嬉しさが伝わってきました。

野田村保育所 編

ほっこり・ふれあい食事プロジェクトに関わることが出来、終了した今はプロジェクトの名前通り“ほっこり”した思いがいっぱいです。

栄養士さんからお話しを頂いたとき、私たちの保育所がどのように役立てるのか…とお引き受けしたはいいのけれど、気持ちのまとまりがつかない不安もあった中で一回目のスタート！
野田中学校仮設住宅へ、子どもたちのお散歩の延長として訪問させてもらいました。そこで待っていてくれたのが住んでおられる方々のたくさんの笑顔・笑顔でした。その時に“はっ”と何かに気づかされた… そんな気持ちで『のんちゃん』の大きなおなかに子ども達と一緒触れたり体操したり・・・

昨年度に続き2年目となったプロジェクト。今年は計６回開催でした。
仮設集会所でおやつ作りが３回行われ、うきうき団子、芋もち、焼き芋を皆で美味しく頂きました。
歩いて１０分の場所にありながら、なかなか交流の機会も少なかったのですが、今回のこの機会を頂き、つながりが出来たように思います。名前を話すと「あ～○○さんの孫さんだ～」と目を細め、頭をなでなで。「また来てね」「はーい」と別れ、次回は「久しぶり～」との言葉が自然に出てくるような、ほっこり温かい雰囲気でした。おやつも食生活改善委員さんの協力のもと「おいしー！」とおかわり連続。参加者の方々もこどもたちに丸め方等進んで教えてくれました。

保育所では秋を楽しむ会、クリスマス会、みずき団子作り。
子どもたちも楽しみにしていている行事を共に楽しんで頂き一緒に楽しむことを大切にしました。ふれあい遊びでは、手を取り合うと「めんこい手だなぁ」「手あったかいね」と、心も体も温かさを感じる、“ほっこり”なひとときとなったようです。

豊間根保育園 編

初めて保育園に遊びに来た方が多く、子ども達の発表も喜んで下さり、食事の時は会話もはずみ 笑顔も多く楽しんでいる様子を見て良かったです。
「みんなで食べるといいねぇ 楽しい また来っから」と和やかな雰囲気でした。

参加している方は日ごろ自分の体調を良く観察している方が多く、毎日決まった時間に血圧を測っている方が多かったです。
「朝に測った時より高い」とか 「いつもと同じ位だから大丈夫」とか「いつもと同じ位だから大丈夫」とか いろいろなお話し（病院の先生から言われている事など）をして下さいました。いつもより血圧が高く出てびっくりされて「もう一回！」という方も。。気の済むまで測定されていました。

第一光の子保育園 編

「はらこ飯」作りの鮭の解体ショーを目の当たりにし、これまで切り身しか見たことのなかった子は、さばかれていく鮭の身体や頭、臓器などを見て、顔面蒼白。。。引きつった表情になっていました。いざ調理開始となり、見たことのある切り身になった鮭に安心して切っていました。もちろんでき上がりには大喜びで！！引きつった表情が嘘のように、笑顔で食べていました。

「はらこ飯」作りをする５歳児の姿を見に来てくれた４歳児の子ども達が「わぁ～すごーい！！早く食べたい！！」と声を掛けてくれましたが、「ごめんね、みんなは給食を食べるんだよ。」と伝えると「えっ！？」と驚き、何とも残念そうな表情。「『来年お願いしますっ』て言っておいで」と声を掛けると恥ずかしくなって言えない様子。しかし、すっかり来年５歳児クラスになったら出来ると思って戻っていきました。

いつもと違うただならぬランチルームの雰囲気に２歳児の子どもたちがやってきて、さばかれた鮭の姿に目がまん丸に・・・。時間が経ち漂ってきた良い香りに誘われ、多くの子どもたちから「いいにお～い」という声が響きました。しかし、実際に食べられたのは５歳児のみ。そんなことに気付いて下さったおばあちゃんたちが「みんなも食べたいよね！だったら、園長先生に『僕たちも食べたい』ってお願いしなさい。そうしたらまた来年来てあげるから」と声を掛けて下さいました。この言葉に子どもたちの目が輝いたことは言うまでもありません。と同時に、来年もという決意がしっかりと芽生えました。

当日は、おばあちゃん達に、亘理町の郷土料理でもある「はらこ飯」と「アラ汁」を子どもたちと触れ合いながら、作って頂きました。おばあちゃんとおしゃべりしながら作る子どもたちは勿論、おばあちゃんたちも終始笑顔があふれ、核家族がほとんどの子どもたちにとって良い経験となったことでしょう。会食の後には、代表のおばあちゃんから震災体験談を伺い、どの子も真剣な眼差しで聞いていました。子どもたちからは「幸せ運べるように」の震災復興の歌をプレゼントすると、涙しながら聞いて下さいました。今回のプロジェクトを通して、私たちができることは何か、を考えながら準備しましたが、反対に、おばあちゃんたちから「生きる力や知恵」を沢山教えていただいたと強く感じました。

会食の一場面、おばあちゃん達と喜んではらこ飯と、アラ汁を作っていたＳちゃんでしたが、いざ食べる時間になると、うつむいてなかなか箸をつけずにいました。気がついた担任は、「野菜が食べられないんだよね。食べられるものだけでもいいんだよ」と声をかけると、隣に座っていたおばあちゃんが、「野菜を食べなくとも、汁に栄養が入っているから、汁だけでもいいんだよ」と優しく声をかけてくれました。するとＳちゃんは、笑顔で食べ始めました。こうやって昔の方たちは子育てをして下さっていたんだと感じるとともに、今まさに、こういうことが食育に大切なことだと再認識しました。

はらこ飯の材料の鮭を子どもたちの前でさばいて頂き、私は何気なくまな板を手に持ち「あっちのお湯が出る水道で洗ってきますね」とおばあちゃんたちに声をかけると、「先生！動物性タンパク質はお湯で洗うと白くなるから、水で大丈夫だよ」と声をかけて下さいました。保育士としてもですが、主婦になって何十年もたっているのにそんなことも知らずに過ごしている自分に恥ずかしくなる以上に、昔からのあたりまえの知恵をさりげなく教えていただいたことがとてもありがたいと感じました。

ご飯が炊きあがるまでの待ち時間、来てくれた被災地のおばあちゃん達とちょっとしたふれあいのひととき。子ども達が作った名札を付けていただいていたので、名札を見て気さくに声を掛ける子ども達。苗字ではなく名前で声を掛ける子どもたちに照れていたおばあちゃんたちでした。

楽しいひと時を過ごし、歌のプレゼントで涙するおばあちゃん方の姿を見て、お見送りの時には「何だかさみしくなっちゃった」と別れを惜しむ子どももいました。

被災地のおばあちゃん達が来てくれるということで、震災復興の歌をプレゼントしようということに。朝からいつ歌うのか、と何度も聞く程楽しみにしていました。ようやく歌のプレゼントの時間となり、子ども達の気持ちが届き、涙するおばあちゃん方に大満足。終わってからもずっと「歌ったら、おばあちゃん達泣いてたね」と達成感と満足感で繰り返し話をしていました。

猪川保育園 編

年長さんとの会話

一緒にいた、腰の曲がった仮設のおばあちゃんに、「なんで、おば～ちゃん、そんなにちっちゃいの？」と質問する年長の男の子。おばあちゃんは、笑いながら「ンだって、腰が曲がってしまったがらな～。」と一言。すると男の子は、「だったら、腰伸ばせばいいじゃん！！」とアドバイス。おばあちゃんは「んだな～。んだんだ！」と大笑いしていました。

自己紹介

ほっこり事業3回目のこと。各自参加者に自己紹介してもらっているうちに、名前のほかに呼んで欲しいニックネームも発表することになりました。第１回から参加しているＪさんは、控えめな雰囲気の方だったのですが、その自己紹介では表情も和らいで、「Ｊちゃんって呼んでください！！」と、子どもたちに呼びかけていました。２歳の子どもたちから「Ｊちゃ～ん！」と呼ばれると、嬉しそうに「は～い！」とこたえていたのが、印象的でした。

アンケート

栄養指導でアンケートをとりました。はじめは、ペンと記入用紙を渡して書いてもらったのですが、「なんだか見えね～な～。」「んだ～、書くのも大変だ～」ということで、口頭で質問しそれぞれには手を挙げてもらうことにしました。「ついつい食べ過ぎてしまう人～」「は～い」「そーなんだよね～。ついついねー。」などと和気あいあいと楽しくアンケートをとることができました。あれこれ食についての話が盛り上がり、黙々と記入するよりよかったなあとほっこりしました。

イケメン、ゲットだぜ！

第３回の２歳児とのほっこり散歩では、栄養士会から若いお兄さん栄養士がきて下さいました。子どもたちにモテモテで、裏山散歩では、あちこちひっぱりだこでした。たくさん実った柿木を眺めたり、落ち葉拾いをしたり、野山をただただ走り回ったり、自然の中で楽しみました。
「こんなところも、近くにあったんだね～」と保育園の裏山でのんびりほっこりすることができました。

一緒に参加させていただいた我々が経験したほっこり

「おばあちゃん、よしの（仮名）ばあちゃん！また保育園に遊びにきてね～」と子どもの声。保護者の母親は「誰？何で？うちの子が、知らないおばあちゃんとうれしそうに話しているの？」と不思議に思った。しかし子どもから話を聞くと保育園での本プロジェクトで友達になったとのこと。
「町を歩いていると子どもに声をかけられるようになったんだよ、そりゃあ、うれしいよ。私も忘れられていない、ここ（地域）で共に生きているって実感できるもの」みんなでほっこり。

一緒に、たっくさ～ん遊んでもらったおじいちゃんをつかまえて、ポンポンッ
「おっきなお・な・かぁ～　何が入っているの？？」
　ポンッ ポンッ
おじいちゃん「いや～まいった、まいった（笑）　」

子ども達と一緒に、
「か～ごめ♪、かごめ♫♬」
次は何を取引しようか～？？　子どもと一緒に手をつないで、前へ後ろへ、
歌にあわせて、声をそろえて、
足を蹴り上げたり…　いい運動でした。

子どもを背負って、高い・高～いで遊んであげていたおばあちゃま。さすがに腰が痛くなってしまいました。汗もふきふき・・・ほっと一息。
の、は・ず・が。。。子ども達は離れません、離れません！
次はあやとりを教えて～ とおばあちゃまのそばに。
あやとりは、いつもされているのでしょうか？？とびっくりするほど、次から次へといろんな技を披露してくれました。

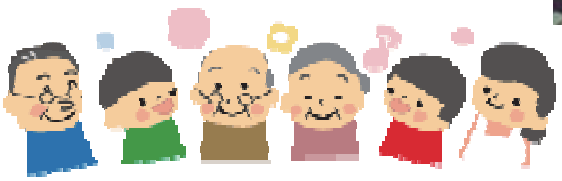
被災地が異なる地域の方が、この事業を通じて一緒になることもありました。 お互いの地元の復興状況や生活の様子等、情報交換の他・・顔見知りになって、手作りのお漬物を交換し合って「うんめえな～」と談笑する姿もみられました。

給食を一緒に食べているときのほっこり
子ども達と給食の食材をあてっこしていると、サラダに入っていた水菜について「ね～ね～なんで水菜って“ミズナ”っていうの～？？」とおばあちゃんに尋ねる子どもに、「ん～なんでだろうね～？おばあちゃんもわからないな～」と困った表情をしつつ、とってもうれしそうなおばあちゃん。普段1人で食事をされているので、困った質問をされるのも、またうれしいと笑顔をいっぱいでほっこり。

おにぎり作りでのほっこり
みんな好きな形におにぎりを作った子供達。出来たおにぎりとおじいちゃんの所までもっていって、「ね～ね～みて～!ハートのおにぎり作ったよ～」「ほんとだ～！ハートのおにぎりかわいいね～」「僕の星形もみてー！」とひっぱりだこのおじいちゃん。とってもうれしいそうでほっこり♪

伝承遊びでほっこり①
「ぼく折り紙で手裏剣つくれるよ！」「おじいちゃんにも作り方教えて」
「いいよっ！まずね、こうして、こうやって…」
おじいちゃんが分からない所は、自分の手裏剣を分解してゆっくり教えてあげる姿にほっこり♪　とってもかっこいい手裏剣ができました！

伝承遊びでほっこり②
コマ回しをしたい子ども。でも紐がうまくまけなくて…
「おばあちゃん、ひもやってー」「どれどれ、ちょっとまっててね～」
おばあちゃんがこまの紐をまく姿をじっと観察…巻き方おぼえたかな??



★☆ 昨年度からの継続でほっこり感じる場面もありました☆★

昨年、初めの「ほっこりプロジェクト」に参加され、子ども達へお礼として披露してくださった『大黒舞』！
今年もみんなへ福を届けに、踊ってくださいました。
そして今年は足腰の問題で踊れないおばあちゃまが大黒様の衣装と大きな福袋をもって子ども達や参加者ひとりひとりをまわって、福を直接届けてくださいました。
個人で出来ることを考え自ら実践していただきました。その心づかいにほっこりしました。
岩手の伝承芸能を子ども達に伝えてくれています。

昨年、ピザ釜を使ってのほっこり食事プロジェクトにご参加いただいたご夫婦。
当時は…ご主人は、日頃余り活動的でなかったご様子でしたが、子どもたちの笑顔により、ご自身もなんとか笑顔で参加され、少し固い表情も和らぎました。今年もご夫婦で一緒に参加してくださいました。スタッフの心配は全く無用！昨年度の雰囲気とは別人の様子でとてもお元気で、活発的に子どもたちと楽しい一時を過ごされました。スタッフとして継続して良かったとにっこり。
元気なお顔を今年もみられて、私たちも自然と笑顔に。ご帰宅されたら、きっと奥様と一緒に今日のお話しで盛り上がっているのかな～と想像してしまいました。

以上、今年もこのプロジェクトを通じて感じた「ほっこり」としたお話を、各実施施設からの報告とともにまとめてみました。これらはほんの一部です。これだけでなく、いろいろな場面で、園児、高齢者（参加者）、保育士、スタッフ等、それぞれの心の中で「ほっこり」と感じられたことがあったかと思います。今回、参加された被災者の方から、「来年も楽しみにしているから、この事業は続けてね」とのお言葉も頂けました。

被災地での復興における課題のひとつは、避難生活の長期化に伴い、懸念される心身の健康状態の悪化や、コミュニティの弱体化・被災者の孤立といわれています。

平成26年度に続き、この復興庁による「新しい東北」先導モデル事業のへの取り組みとして、平成２７年度はさらに事業を拡充した「東北発　ほっこり・ふれあい食事プロジェクト」で昨年度以上に地域でたくさんの交流と笑顔がうまれました。この事業を通じ、保育士、保健師、管理栄養士等専門職種間、また行政機関等とも連携することが出来ました。
今後も地域が支え合いながら安心して暮らせるよう、被災地の復興へ向けて、公益社団法人日本栄養士会は、引き続き復興支援活動の拡充を目指します。

「食べることは、生きること」

栄養と食を通じて**ふ**れあい、人と人との**つ**ながりをもち、
子どもと高齢者が世代を超えて交流（**こ**うりゅう）し、**う**れしく、
楽しく、笑顔で「ほっこり」となれるように。

平成27年度「新しい東北」先導モデル事業

保育所等と被災地域を結ぶ食事受け取りシステム

東北発第2弾☆ほっこり・ふれあい食事プロジェクト

報告書

発　行：公益社団法人　日本栄養士会

〒105-0004　港区新橋5-13-5　新橋MCVビル6階
TEL. 03-5425-6555／FAX. 03-5425-6554
URL. http://www.dietitian.or.jp

発行日：平成28年3月31日