

第4 具体的な対応

3 フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に個人・家族ができること	
個人・家族	<p>● 家族の体調管理</p> <p>避難所では、十分な室温管理がしにくく、プライバシーを保護するようなスペースの確保が難しい、複数人が同じ空間で継続的に生活することが想定されます。そのため、風邪をひくなど体調を崩す恐れもあることから、乳幼児や高齢者等自分からは状況悪化を表現できない人に特に注意が必要です。避難所ではトイレ不足から水分摂取を控える傾向が見られ、高齢者では脱水症等の問題が生じてきます。時期によっては熱中症などの原因にもつながることから、水分補給にも注意を払いましょう。</p> <p>自宅で生活できる場合も同様に、環境の変化から体調を崩しやすくなるので、体調管理には十分注意を払います。</p> <p>体調が悪い場合は、市町村職員、医師、保健師、看護師等の専門職へ相談しましょう。</p> <div data-bbox="507 1010 1302 1232" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><p><注意すること></p><ul style="list-style-type: none">・感染症（風邪等）・水分摂取制限 → 便秘、脱水症、熱中症・ストレス</div> <p>● 災害時要支援者用食品の確保</p> <p>フェイズ0と同様、高齢者や乳幼児等、家族内に支援物資が食べられない者がいた場合は、適切な飲食ができるよう避難所の管理者等に伝え、支援を求めましょう。</p> <p>自宅にいる場合も、支援物資が食べられない人がいる場合は、市町村職員や自主防災組織、町内会等に支援を求めます。</p> <div data-bbox="507 1644 1302 1910" style="border: 1px solid black; padding: 5px;"><p>【食事に特別な配慮が必要な人】</p><ul style="list-style-type: none">・乳幼児・食べる機能が低下している高齢者等・病気のために食事治療を受けている人（糖尿病、腎臓病、難病、食物アレルギー等）</div>

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に自主防災組織や町内会等ができること

自主防災組織
町内会
自治振興協議会

● 災害時要支援者の確認

支援物資として支給される食事は、弁当やおにぎり、パンや菓子類等が中心となります。乳幼児や高齢者、病気のため食事治療を受けている人等で、食事に特別な配慮が必要な人にとって、支援物資では十分なエネルギー・栄養素を補うことができません。また過剰摂取の問題も出てきます。

そのため、支援物資の食事が食べられない人を把握し、普段これら要支援者の様子を知っている民生委員や、市町村福祉担当者等とともに、適切な食事が摂取できるよう工夫や対応が必要となります。

まずは、食事に関する要支援者の把握からはじめます。

【P138 様式例2「被災状況調査票（要支援者用）」の活用】

● 災害時要支援者用食品の確保

支援物資が食べられない人がいる場合は、必要な食料の種類や数量を把握し、食料を確保します。不足している場合は、行政に支援を求めめることも必要です。

また、支援物資や炊き出しの中にはアレルギーを含むものがある場合もありますから、事前把握が大切です。避難所全体の情報を、行政に届けることで、要支援者用食品の確保や支援につながります。

【P139 様式例3「食料供給支援要請票」の活用】

● 「食事ホットカード」等を活用した炊き出しの開始

飲み込みに問題のある場合などは、「食事ホットカード」などにあるように、支援物資を利用した簡便な方法で食を維持することも可能です。被災者の方の状況により、支援物資に加えて食事ホットカードを活用した炊き出しを行うことで、災害時要支援者を含めた災害弱者への的確な食事を提供することができ、健康の維持につながります。



【ポイント】

◎ 炊き出し実施時の留意事項

避難所等に避難した人の中には、乳幼児や高齢者、病気のため食事治療を受けている人等で食事に特別な配慮が必要な人が含まれています。当初から個人の状態に応じた食事を提供するようにこころがけましょう。

以下に、当ネットワークが平成23年10月16日に実施した「モデル地区での演習」（P98「第7 モデル地区での演習の概要」参照）において見いだされた、炊き出し実施時の留意事項を記載します。

自主防災組織
町内会
自治振興協議会

◎ 炊き出し実施時の留意事項

（1）食事数の確認・連絡

- ・避難場所と調理場との連絡役を配置したり、ホワイトボードを使うなどして関係者が情報をタイムリーに確認できるようにする。
- ・特別食が必要な者は、被災状況調査票に補足して記載する。

（2）献立・調理

- ・災害時には盛りつけやすい献立がよい。
- ・献立はホワイトボードを利用して、作り方の違い、量などを大きく、色を区別して表記した方がよい

（3）配食方法

- ・一般食と特別食で、容器の形状、大きさ、色を変える。
- ・特別食は容器に直接名前を書く。（個人情報の配慮が必要）
- ・特別食は専任の配食役を配置する。
- ・一般食と特別食では配食のタイミングを分ける。
- ・同じ病態ごとに固まって座っていただく。
- ・特別食を食べる人にあらかじめメニューを知らせておけば、自分がどの食事をもらったらいかがわかる。
- ・アレルギー等特に配慮が必要な方については、配食された食事にアレルギーとなるものが入っていないか、自分でも確認する。

（4）関係者の連携

- ・避難所の統括責任者が、集まった情報をとりまとめて、判断して各担当に必要な情報を伝え指示する。

（5）衛生管理

- ・調理については、可能な限り加熱する。
- ・加熱した食材については、その後の工程で手を加えない方が望ましい。
- ・蛇口付きのポリタンクを準備する。
- ・手袋やアルコールスプレー、ペーパータオルなど平常時から避難所に準備しておく。

（6）人員配置

- ・避難所に行政の栄養士がいないことも考えられるので、地域の調理班のリーダーが中心になって指示を出し、動ける体制づくりが必要。

（7）その他

- ・定期的に演習を行うことで、実際の災害の際に冷静さを持って対応することができる。

自主防災組織
町内会
自治振興協議会

【炊き出し実施時の衛生管理に関する注意点】

- 1 細菌をつけない（清潔）
- 2 細菌を増やさない（冷却又は迅速）
- 3 細菌をやっつける（加熱）

詳細については【P128 参考資料7「炊き出し等の衛生管理に関する注意点】をご覧ください。

● 炊き出しの人材確保

炊き出しを実施する場合は、食材料の確保、調理器具の確保、調理等ある程度の人数が必要となります。人員が不足する場合は、地域の栄養委員、愛育委員、ボランティア団体等に支援を求めるなどして人材を確保します。平常時から、栄養改善協議会、愛育委員連合会等と連携を図り、いざというときに支援してもらえる体制づくりが必要です。

● 被災者への生活支援（相談を受ける、必要な生活物資を手配する等）

避難所で生活する者にとって、これまでの生活環境と大きく異なることから、食事等の日常生活面での負担のほか、精神面での負担も大きくなるものです。

高齢者は、避難所生活の中での問題点を改善してもらうための主張をされる人も少なく、このことが、精神面などを含めた体調を崩す原因の一つになります。

住民の共に暮らしてきた、身近な町内会、自治振興協議会や自主防災組織等の構成員が、被災者一人ひとりの状況を把握することで、必要に応じて専門職につなげるなどの活動が可能となります。

● 行政（市町村）への報告

フェイズ0と同様、ライフラインや家屋の被災状況の他、災害時要支援者の状況を把握し、不足している食料の状況や医療や施設入所が必要な人の状況について市町村へ報告を行います。

【P137 様式例1「被災状況調査票（フェイズ0、1、2用）」、P138 様式例2「被災状況調査票（要支援者用）」の活用】

＜報告すること＞

- ・被災者数
- ・ライフラインの被害状況（電気、ガス、水道、道路等）
- ・災害時要支援者の数
（必要な食料の数量、医療・施設入所の必要な人の状況）
- ・支援物資の必要数量等

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に関係機関・団体ができること	
関係機関 栄養士会	<p>● 避難所への巡回指導</p> <p>慣れない避難所では、体調不良を訴える被災者が発生することも想定されるので、被災者の健康状態を把握し、食事が原因のひとつと考えられる場合には、必要な支援を行います。</p> <p>また、食事以外の要因で体調不良を生じている場合には、市町村や看護協会等と連携し、情報を共有するとともに、的確な対応が行われるようにします。</p> <p>● 炊き出しへの人材支援</p> <p>被災現場では炊き出しが行われるので、食数の確認、献立の作成、食材調達に必要な支援を行います。</p> <p>また、衛生管理が十分行われていない場合には、食中毒などの2次災害も発生する可能性があるため、衛生面での徹底を図ります。 【P129 参考資料7「炊き出し等の衛生管理に関する注意点」参照】</p> <p>● 保健機能食品等の提供</p> <p>被災者の中で、保健機能食品や介護食等特殊食品等が必要な場合も想定されるので、企業等と連携し、被災者へ必要な食品を提供します。 【P121 参考資料2「災害時要支援者用特殊食品例」（参考）「社団法人 岡山県栄養士会賛助会員一覧」参照】</p>

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に関係機関や・団体ができること	
関係機関 看護協会	<p>● 避難所への巡回指導</p> <p>被災自治体や県からの要請があった場合、その指示に基づいた避難所や地域の巡回健康相談等の活動を実施します。</p> <p>健康相談では、身体的・精神的体調の確認とともに食べられているかを尋ね、食事の配慮の必要がある方については個人にあった食事が提供されるよう避難所の責任者に報告する。</p>

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に関係機関や・団体ができること	
関係機関 その他	<p>● 炊き出しへの人材派遣（栄養改善協議会、愛育委員連合会、災害ボランティア等）</p> <p>被災地で炊き出しを実施する際に、市町村や地域の町内会、自主防災組織等と連携して炊き出しの人的支援を実施します。</p> <p>災害時には、市町村社会福祉協議会やボランティアセンター等がボランティア活動の受け入れや配置を行います。個々の団体がばらばらに支援を提供するよりも、各団体がそれぞれの特性を生かしてこれらの地域活動を整理統括する団体と協働することで被災者が必要とする活動に繋がります。</p> <p>例えば炊き出しへの人材派遣などでも、ボランティアセンター等を通すことで、期日や場所が偏ることなく提供が可能となります。</p>

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に市町村がすべきこと	
市 町 村	<p>● 状況把握</p> <p>この時期には支援物資や備蓄食品が避難所に配給されるようになりますが、栄養面ではエネルギーと水分の確保が中心的な課題となります。避難所での食料・水供給状況を確認し、被災者の栄養状態等を確認するための状況把握を行います。</p> <p>また、避難所には、自宅に留まっている被災者も食料等の物資を求めてくるので、めがちな在宅被災者への対応に留意する必要があります。対応が困難な場合は県民局または地域事務所へ支援を要請します。</p> <p>〔内容〕 → 【P137 様式例1「被災状況調査票(フェイズ0、1、2用)」 P138 様式例2「被災状況調査票(要支援者用)」の活用】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・被災者数（要支援者） ・ライフラインの被害状況（電気、ガス、水道、道路等） ・食料・水供給源の被害状況（スーパー、コンビニエンスストア、市場備蓄品保管場所等） <p>● 被災者の栄養管理の検討</p> <p>1 災害時要支援者への対応</p> <p>平常時把握している災害時要支援者の名簿や避難所等の状況等から、乳幼児用食品（ミルク、ベビーフード含む）、高齢者用食品、病態用食品、栄養補助食品、アレルギー用食品等が不足している場合には、県民局または地域事務所と連携し確保します。</p> <p>【P139 様式例3「食料供給支援要請票」の活用】</p> <p>また、避難所の掲示板等に食事で困っている人は栄養士に申し出るようチラシ等で周知します。【P130 参考資料9「避難所掲示物例」の活用】</p> <p>2 避難所における巡回栄養相談の計画</p> <p>避難所の食料供給状況把握から、栄養面の偏りによる被災者の健康状態の悪化が考えられる場合は、避難所における巡回栄養相談を計画します。</p> <p>また、保健所・支所と連携し、災害時要支援者の名簿の確認、医療チーム等のスタッフミーティングへの参画、普段の健康相談票等から栄養相談が必要な人の把握を行い、被災者の健康状況に即した栄養相談を行う体制を整えます。【P144 様式例7「栄養指導記録票」の活用】</p> <p>● 食料・水供給の支援要請</p> <p>避難所等の状況把握から必要に応じ、より被災者の健康に配慮した食料提供に努めます。また、外部からの支援（支援物資・炊き出し）を要請する際は、内容・場所・方法・期間などを決めて、過不足がないよう留意します。各種関係機関や篤志者からの支援の申し出は、社会福祉協議会やボランティアセンターなどへ実際業務を委ねることで、市町村としてより広い課題について把握、対応が可能となります。</p> <p>【P139 様式例3「食料供給支援要請票」の活用】</p>

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に市町村がすべきこと

市 町 村

<支援要請先例>

- ・ 自衛隊による炊き出しの要請
- ・ 関係機関・ボランティア団体への協力要請
- ・ 食品関係業者への支援要請

<留意事項>

発生直後の対応であり、食料の絶対的不足や調理設備の損壊等により必要栄養量を確保することは困難であるが、LL牛乳（長期間の保存可能な牛乳）や幕の内弁当等を活用し、可能な限り栄養面も考慮しましょう。

● 食料の提供

この頃になると、支援物資が到着したり、地域での炊き出しが始まったりするため、食料の提供はできるようになりますが、食品の種類は十分ではなく、栄養状態の偏りにつながります。備蓄品や支援物資を活用しながらもバランスの取れた食事を提供していく必要があります。

1 備蓄食品の活用・分配

フェイズ0と同様

2 支援物資（食料）の分配

レトルト食品、インスタント食品、飲料水、果物等の多種類の食品が多数届くことが予想され、また、その全体量を把握することに苦慮することが予想されます。この段階での食品の選択や配分状況によっては、避難所等における栄養状態の偏り等へつながるため、主食（ごはん、パン、麺類）や主菜（肉、魚、卵、大豆食品）、副菜（野菜中心の料理）、果物、牛乳等数種類の食品を組み合わせるようにします。

3 炊き出しの実施

時間の経過とともに、搬送ルートも確保され、ライフライン等の機能も徐々に回復するため、給食施設等での実施や弁当配布など体制が整った状態での炊き出しが出来るようになります。炊き出しの実施状況や内容を把握し、避難者全体に行き渡るように社会福祉協議会やボランティアセンターと連絡調整が必要です。

【P141 様式例4「食料供給状況実施記録票」の活用】

<留意事項>

避難者のニーズや健康状態に合わせた適温の食事や安全な食事が提供できるよう配慮が大切です。

食中毒の予防対策について炊き出し従事者や喫食者に周知し、食品の保存状態等の品質管理には万全を期す必要があります。

避難所に避難せず、自宅に留まっている被災者への炊き出しや物資の供給状況にも留意する必要があり、町内会や自主防災組織と連携を図ります。

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に市町村がすべきこと	
市 町 村	<p>● 給食支援、給水支援場所の広報</p> <p>災害発生時にライフラインが寸断されると、自衛隊や市町村等により給水支援や給食支援(炊き出し等)が実施されますが、災害発生時には情報がうまく伝わらず、給水車が来ていることがわからなかったり、どこに来ているかわからなかったりという事象が発生していました。</p> <p>防災無線やチラシ等を用いて炊き出しの実施や給水車が来る場所や時間を広報する必要があります。せっかく給水支援や給食支援を実施しても、肝心の災害弱者に支援が届かなければ意味がありません。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p style="text-align: center;">＜広報の方法＞</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 防災無線、有線放送 ・ チラシ ・ 広報車 等 </div> <p>● 被災者の体調管理</p> <p>避難所では多数の被災者が狭いスペースで生活し、室温管理も十分に行えないこともあり、感染症が流行したり、体調を崩したりする人が増加します。また、災害が長期化すると自動車内で寝起きを行い、エコノミークラス症候群を発症してなくなる方が出るなど、健康面での問題が現れてきます。</p> <p>また、避難所ではプライバシーの保護が十分でなく、慣れない環境や災害への恐怖、不安等から精神面の不調を訴える方もいます。</p> <p>医師や保健師、看護師等が定期的に避難所等を巡回し、診察や健康相談を実施し、体調の悪い方には適切な医療を提供するなどし、被災者の体調管理には十分気をつけます。</p> <p>● プライバシーの保護（授乳場所等の確保）</p> <p>避難所では多数の被災者が狭いスペースで生活し、プライバシーの保護が十分ではありません。乳児を抱える母親の授乳場所や着替え用のスペースを確保する必要があります。</p> <p>また、体育館等の広いスペースにおいても、ついたてになるようなものでプライバシーが確保できるような工夫が必要です。</p> <p>● 関係者（団体）への情報提供・連携</p> <p>フェイズ0と同様、関係機関やボランティア団体等に被災状況を提供するとともに、連絡を密にして連携を図り、支援を受けやすくするよう努めます。</p>

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に保健所・支所がすべきこと

保健所・支所

● 状況把握

避難所の食料供給状況を確認し、被災者の栄養状態等を判断するため、被災市町村栄養業務担当者とともに、市町村災害対策本部と連携し状況把握を行う。把握した状況は県民局地域政策部・保健福祉課・担当部課へ報告します。

〔内容〕 → 【P137 様式例1「被災状況調査票（フェイズ0、1、2用）」、
P138 様式例2「被災状況調査票（要支援者用）」の活用】

- ・被災者数（要支援者）
- ・ライフラインの被害状況（電気、ガス、水道、道路等）
- ・食料、水供給源の被害状況（スーパー、コンビニエンスストア、市場、備蓄品保管場所等）

● 被災者の栄養管理の検討支援

1 災害時要支援者への対応

被災者の健康調査を実施する中で乳幼児や高齢者、病気のため食事治療を受けている人等に対して特殊な食品、ミルク、ベビーフード、アレルギー用食品等の需要状況を把握し、必要に応じて市町村災害対策本部に助言を行います。

【P138 様式例3「食料供給支援要請票」の活用】

2 避難所における巡回栄養指導計画

医療チームの健康相談等により栄養指導が必要な被災者の把握を行い、被災者の健康状態に沿った栄養指導を行う体制整備を支援します。【P143 様式例6「健康相談票」、P144 様式例7「栄養指導記録票」の活用】

● 食料・水供給に関する人的支援要請

市町村からの要請により、食料・水供給に関して総合的に判断し、人的支援が必要と認められる場合には、以下のように要請します。

- ①調理業務、介助、運搬等の職種等により団体別に整理し市町村災害対策本部へ要請します。
- ②他保健所からの派遣について保健福祉課へ要請します。
- ③県外への派遣要請も同様に保健福祉課へ要請します。

※留意事項は市町村の項を参照。

● 炊き出しの栄養管理指導

炊き出しに関する体制が整備できるよう支援します。実施の記録については【P141 様式例4「食料供給状況実施記録票」】を活用します。

※具体的な内容については市町村の項を参照。

フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）に保健所・支所がすべきこと	
保健所・支所	<p>● 炊き出しの衛生管理指導</p> <p>災害時には水が十分に使えない状態で調理が行われるため、過去にも炊き出しが原因と思われる食中毒が発生した事例も報告されています。</p> <p>食品衛生監視員や栄養指導員が炊き出しの実施状況を見回り、衛生管理指導を実施します。</p> <p>【P128 参考資料7「炊き出し等衛生管理に関する注意点」の活用】</p> <p>● 医療の確保</p> <p>人工透析を実施している方や疾患のため定期的に医療機関受診が必要な方がいるので、地域の医療機関が診療不能になっている場合は、他地域の医療機関を受診できるよう連絡調整を行います。負傷者が多数で地域の医療機関で対応しきれないケース等も、消防機関等と連携して医療の確保を図ります。</p> <p>また、高齢者で寝たきりや体の不自由な方で避難所での生活ができない方については、社会福祉施設、介護保険施設等に一時入所をさせるなどの調整を行います。</p>