

## 東日本復興支援事業報告（平成 25 年度）

－宮城県南三陸町における仮設エリアを中心とした食生活力形成を支援－

米穀機構では、被災地の早期復興を食生活の面から支援するため、NPO 法人食生態学実践フォーラム及び宮城県南三陸町等と連携し、24 年度に引き続き、南三陸町の仮設エリアを中心に、1 食のバランスのとれた食事内容と適量をセルフチェックできる「3（主食のごはん）・1（主菜）・2（副菜）弁当箱法」を活用して、①町民ひとり一人が自分にとって、望ましい食事・食生活を営む力（食生活力）を持ち、新しい生活や社会活動ができるようにすること、そして、②地域の食生活指導者等的人資源の活用により、地域としての自助努力・互助努力を促す支援にもつなげていくことを目的とした研修会等を以下の通り実施しました。

### 1 共食サポーター養成（「共食会」の補佐）研修会

共食サポーターのスキルアップのため、①共食会のコンセプトや学習内容を正しく理解し、他に発信できる、②サポーターが自分の課題に気づくことをねらった学習会を以下のとおり実施した。

	実施月日	実施場所	人数
1	平成 26 年 2 月 12 日	南三陸町志津川保健センター	共食サポーター 8 名 食生態プロモーターズ(町栄養士)3 名
2	平成 26 年 3 月 4 日	南三陸町志津川保健センター	共食サポーター 9 名 食生態プロモーターズ(町栄養士)4 名 地元 NPO 所属栄養士 4 名



### 2 「3・1・2 弁当箱法」をベースに「からだ・心・暮らし・環境にぴったり合った食事づくり」を共に学び、共に味わい食生活力形成を進める共食会

仮設住宅居住者が大方を占める南三陸町生活支援員、住民と直接かかわり活動する南三陸町保健福祉推進員、住民の自主活動である婦人会会員を学習者とする共食会を以下のとおり開催した。

No	実施月日	実施場所	対象	人数
1	平成 25 年 10 月 30 日	南三陸町入谷公民館	入谷婦人会	16 名
2	11 月 21 日	南三陸町志津川保健センター (以下、志津川保健センター)	被災地生活支援センター生活支援員 (以下、生活支援員)	19 名
3	12 月 3 日	志津川保健センター	生活支援員	20 名
4	12 月 5 日	志津川保健センター	生活支援員	20 名
5	12 月 20 日	志津川保健センター	生活支援員	17 名
6	平成 26 年 1 月 15 日	志津川保健センター	生活支援員	20 名
7	1 月 20 日	志津川保健センター	生活支援員	18 名

8	1月23日	志津川保健センター	生活支援員	19名
9	1月28日	志津川保健センター	生活支援員	16名
10	2月24日	志津川保健センター	保健福祉推進員	9名
11	2月28日	志津川保健センター	保健福祉推進員	5名
12	3月17日	志津川保健センター	町民(公募による)	11名
13	3月26日	志津川保健センター	町民(公募による)	10名

参加者数計(延べ数): 200名

