

管理栄養士養成課程に在籍する大学三年生の 災害時要配慮者の食に関する知識と学び

Registered Dietitian-Education Course Junior Students' Knowledge and Learning from Symposium on Nutrition Assistance for Vulnerable People in Disaster

須藤紀子¹
Noriko SUDO¹

¹お茶の水女子大学基幹研究院自然科学系

Natural Science Division, Faculty of Core Research, Ochanomizu University, Japan

はじめに

わが国では、度重なる大震災を経て、災害時に活動できる管理栄養士に対する社会的ニーズが高まっている。2010年12月には、管理栄養士国家試験の出題基準が改定され、専門分野科目である『社会・環境と健康』に「地域における健康危機管理」が、『公衆栄養学』に「健康・食生活の危機管理と食支援」がそれぞれ小項目として、『給食経営管理論』に「事故・災害時対策」が中項目として加わった¹⁾。さらに2015年2月の改定では、『応用栄養学』に「災害時の栄養」が小項目として加わった²⁾。

実際の災害対応にあたっては、学んだ知識を科目横断的に総動員して臨む必要がある。しかしながら、管理栄養士としての勤務経験がない学生は、現場の様子をイメージできず、大学の授業と実際の活動を結び付けられないのが実情である。

そこで、公衆栄養学実習の授業（履修者38名）の一環として、2015年10月2日に日本災害食学会と一般社団法人健康ビジネス協議会が主催したシンポジウム「要配慮者の被災と災害食」を聴講させた。本シンポジウムの演者の多くが新潟県で中越大地震と中越沖地震の被災者に対する食支援を経験した方々であり、学生にとって被災地の話を聴くのはこれが初めてである。本稿の目的は、管理栄養士養成課程に在籍する大学三年生の災害時要配慮者の食に関する知識の現状と、食支援の経験者や専門家の話を聞くことによって得られた新たな学びを明らかにすることである。

方法

シンポジウムの後で、「1. 初めて知ったこと」「2. 勉強になったこと」「3. 印象に残ったこと」「4. 考えさせられたこと」の4点について、レポートを提出させた。項目ごとに記載内容を抜粋した結果を示す。

結果と考察

1. 初めて知ったこと

栄養学を学んでいるのに、要配慮者の方々のための食事が避難所に必要であるという考えに今まで至らなかった自分が恥ずかしかった。嚥下困難者のための食品ごとのレベル別のやわらかさ表示というものがあるのも今回初めて知った。

アレルギーや腎臓病などの病気を抱える人が災害に遭ったときに食生活面でどれだけ困ることになるのかということ、公的備蓄の現状や仕組みに関することは今回初めて知って驚いた。たとえば支援物資が届いて目の前に食べ物があっても病気のため食べられないという状

況が起こりえるという想像をしたことがなかったことに気付かされた。また公的備蓄以外の備蓄も重要だということも知ることができた。

寝たきりの高齢者の避難問題などは耳にしたことがあったが、非常食に配慮が必要な人たちのことは考えたことも、ニュースなどで聞いたこともなく今回初めて意識した。

ニュースなどで災害の様子を見た際に、配られるものが食べられない可能性があるということに、正直気づいたことさえなく、量を増やせばよいとしか考えてはいなかった。

学生は、応用栄養学や臨床栄養学の授業で、ライフステージ別栄養や傷病者の病態別栄養について学んでいる。しかしながら、要配慮者の災害時の食事については、思いをはせたことがなかったという。自分の勉強してきた知識が避難所という地域の現場でどのように活かせるかを考えるきっかけになったと思われる。

将来、首都直下地震が発生した時に、自分や自分の家族が「要配慮者」になっている可能性は大いにあることを知った。親が病気に罹患しているかもしれないし、自分に乳幼児の子どもがいるかもしれない。他人事ではないと身が引き締まった。

聴講した学生は皆20代前半であり、人生で最も健康で体力のある年代である。両親もまだ若く、身近に要配慮者がいる者も少ないと思われるが、このシンポジウムにより、将来管理栄養士となる学生たちが、要配慮者の問題を自分のこととしてとらえ、真剣に考えるきっかけになったことは意義深い。

2. 勉強になったこと

「要配慮者用の食事を万人が瞬時に分かるパッケージに変える」ためには食品表示法を、治療食や特別用途食品についての変更は健康増進法をそれぞれ変える必要があり、一刻を争う災害発生時に変革を行うことは不可能であると学んだ。生命に大きく関わる分、今学ぶ知識が誰かの役に立つ可能性は大きいのだと、将来に対して希望と自信を持つことが出来た。

要配慮者用の特別食を正しく届けるための工夫。一般物資とは分け、届けたい人の所へ直接届けることで、支援物資基地で何が特別食かわからず、届けたい人の元へは届かないまま処分されてしまうことも防ぐことができる。

公衆栄養学の授業で栄養関係法規について学ぶが、暗記するだけで、各法律の役割について意識することはあまりない。しかし、要配慮者への食支援のためには、法律の壁があることや、物資の送り方など、栄養特性以外の部分まで考えなければ達成できないことが理解できたと思われる。

行政栄養士が災害時にどのような業務を行っているのかを知ることができた。新潟県中越沖地震の際に、実際に行われた管理栄養士の業務を知ることができ、とても勉強になった。
土田先生がご紹介されていた、実際の避難所での栄養士の働きが非常に勉強になった。病院や行政での栄養士の仕事は普段の授業を通じて学んでいるが、それが災害時とその後の避難所においてはどのような機能を果たすのか、災害発生時から時系列で詳細な紹介をしていただくことで具体的なイメージをつかむことができた。災害時に特有な栄養指導（ストレス緩和、炊事モチベーションの維持など）の例を知ることができ、臨機応変な対応が求められる栄養士の働く姿を見ることができたような気がした。
授業で習った知識を実践の場でどのようにしてアウトプットするのかという点でとても参考になった。例えば、PDCA サイクルにのっとり行われていた災害時の栄養指導がある。実際に現場に出た時に授業で習った PDCA サイクルを意識するためには、より知識を定着させ、自分の中でしっかりと消化しておくことが大切だと感じた。

大学教員にはできない現場の話を管理栄養士の先生から直接聞く機会は大変貴重である。すでに半分の学生が夏休み中に経験した保健所実習では、乳幼児健診の見学や、母親や高齢者を対象とした栄養講習会の手伝いをさせてもらうことが多い。このような平常時の公衆栄養活動とは異なり、より逼迫した状況下で生命に関わる問題解決を迫られる災害時の行政栄養士活動はインパクトが大きかったと思われる。今学んでいることがなぜ必要かを理解することは、普段の勉強に対するモチベーションを上げることにつながると期待できる。

アレルギーを持つ人が食べることができる食品は全員が食べられるというお話。アレルギーの人にだけ個別で対応食品を渡すよりも全員に同じものを配る方が避難所運営も楽にできるというお話。
アレルギーとなる卵などの食材は目に見える形でしか出さない、という内容に非常に納得した。給食で先生がいくら注意を払っていても子ども達だけで判断してアレルギー食品を食べてしまう時に備えて、少なくとも可視化されている状態にすることでリスクをできる限り少なくすることが出来る。
アレルギー対応食品の扱いを災害時のみに意識して行おうとするのではなく、日常生活に取り入れて普段から慣れ親しんでおくことで、混乱をできるだけさげようとする考え。
米粉クッキーの取組は、普段から食べることで被災したときに食べても特別な感じがしないため良いと思った。これは要配慮者だけでなく、健常者にとってもいいことである。普段食べてないものを普段と違う場所で食べるのは余計ストレスになると思うので、他の食品も普段から食べて満足できるものにできると良い。

食物アレルギーについても学生は臨床栄養学の中で学んでいるが、「アレルギー」と「災害」を結び付けて習ったことはなかった。臨床栄養学で学ぶような個別対応ではなく、公的備蓄の見直しや平常時の給食から変えていくなど、組織的な食環境整備としての取り組みが新鮮だったと思われる。

3. 印象に残ったこと

災害食のリーフレットに掲載されていた食事が、「調理されたもの」であったことが印象に残った。災害時には乾パンといったイメージがついていたため、カセットコンロなどを使った温かいものがあるということに驚いた。
現在の備蓄食料は管理のしやすさに重点が置かれていて、実際に食べる時のことを考えられていないという話。
震災前は、災害食は質より量、特別扱いできないという考えであったこと。
多くの被災者を助けるには、何でもいいのでできるだけ多くの食品を供給すればいいのではないかという考えは、浅はかであると思った。
一般食に関しては全国から大量に送られてきて比較的簡単に手に入れられる。そこで、だからこそ自治体が備蓄すべきなのは手に入りにくい要配慮者用の食料なのではないかという考え。
「食のバリアフリー」という言葉だ。アレルギー対応食品なら食物アレルギーを持つ人はもちろんのこと、持たない人も全員が安全に食べられる。このことは当たり前だがなかなか気づけないことだと思った。

本学の備蓄は、水、乾パン、アルファ米の3種類しかなく、避難訓練のたびに配布されているため、管理栄養士養成課程の学生であっても、「備蓄食品＝乾パン」という固定観念があったようである。今回のシンポジウムにより、備蓄に関しても多くの気づきがあった。

4. 考えさせられたこと

表示に関して、商品化を考える時は、商品自体の性能ばかりに気をとられがちであったが、実用化を考える時には想定外の悩みがでてくるものなのだと改めて感じた。特に災害食は利用頻度が少ない分、一回の災害から出た意見をできるだけ吸収してすぐに反映させる必要があるであろう。
企業が積極的に備蓄しやすい要配慮者用の災害食をつくり、わかりやすい表示制度に統一するなど、国と企業の連携も重要であると感じた。
全国あるいは世界中から支援物資が一度に押し寄せ、混乱した状態ではあるが、誰が見てもわかるようなロゴや印が開発され、皆の共通の認識になれば良いと思う。
守先生が触れられていた、「非常食の一般食化が敬遠されるのは、その管理がしづらいからであり、そしてそこからわかるのは多くの人にとって食が軽んじられているということである」ということ。エコ・ライス新潟が開発した透析患者用のアルファ米の普及に、被災地の現状を見て深刻さをかみしめた人々が貢献したという話。やはり人はその状況に身をおいてみると事態の大きさがわかり、行動にうつせるようになるものなのだった。

災害時の備蓄といえば 5 年ほどもつ乾パンのような食品をイメージしていたが、そのような食品は製造から時間が経つと売れなくなってしまう為、常時販売されない、災害時でも普段でも消費されないという現実。

今回は食品企業の方のお話を聞くというめったにない機会に恵まれた。「将来は食品企業に就職して商品開発をしたい」と希望する学生は多い。しかし、どういうものをつくるかということだけでなく、食品の普及には、包装表示や、営業、流通・販売、消費者の考え方など、様々な要素が影響していることが分かり、多角的に物事をとらえられるようになったのではないか。また、「行政と民間企業との連携」などは、公衆栄養学の教科書によくでてくる言葉ではあるものの、具体的にはイメージできずにいたものが、災害時の食支援という事例を通して理解できるようになったと思われる。

おわりに

管理栄養士養成課程の三年生であっても、災害時要配慮者の食に関する知識はほとんどないことが分かった。驚きであると同時に、学生は大学で教えない限り、専門的なことを知る機会はほとんどないということを改めて実感した。そういう意味では、国家試験の出題基準に加わるということは、それに準拠して改訂された教科書を使って授業で教えることになるため、全国的な知識の底上げにつながる。

一方で、大学教員による専門科目内の授業だけでは不十分である。今回のような科目の枠を超えた、災害を切り口とした総合的な食の話が勉強になると思われる。科目間や実践活動とのつながりがみえると、学習効果は増し、学ぶ意欲につながる。今回のシンポジウムによって、未知の分野であった災害栄養に興味を持ち、卒業論文のテーマに選ぶ学生が複数名みられた。学生全員が今後の災害において、支援者として、また被災者として、自分たちの専門性を活かした行動をとれることが、災害時の食の改善につながる。最後に、学生の聴講をご許可いただきました主催者の皆様に感謝申し上げます。

参考文献

- 1) 管理栄養士国家試験出題基準（ガイドライン）改定検討会.
管理栄養士国家試験出題基準（ガイドライン）改定検討会
報告書. 2010.
<http://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000000zm40-att/2r9852000000zm5h.pdf>, (参照 2014-10-13)
- 2) 管理栄養士国家試験出題基準（ガイドライン）改定検討会.
管理栄養士国家試験出題基準（ガイドライン）改定検討会
報告書. 2015.
<http://www.mhlw.go.jp/file/05-Shingikai-10901000-Kenkoukyoku-Soumuka/0000075487.pdf>, (参照 2015-12-23)