

# 食育における災害時の食

食育推進計画への位置づけ・非常食を活用した日常食への展開

いまじょう あきこ

講師 **今城 安喜子** (栄養教育研究室)

E-mail akiko.imajo@setsunan.ac.jp



食品栄養  
 学科

**キーワード** 災害食 防災教育 ローリングストック 3つの“T”

## 研究概要

### 背景

- 近年多発する様々な自然災害への対策が課題となっています。特に生命や健康の維持に直結する食の問題は深刻です。
- 国は大災害に備え、1週間分以上の食品と水を備蓄することを提言していますが、実情としてはまだまだ十分ではありません。

### 目的

- 非常食を活用した日常食への展開レシピを作成し、ローリングストック法の普及に貢献します。
- 自治体の食育推進計画に「災害時の食の備え」が位置づけられるように取り組みます。

### 主な成果

- 各家庭の災害食に関する意識調査と非常食の備蓄状況を調査しました。
- 一般家庭で広く備蓄されている非常食を活用した料理レシピ集を作成し地域に配布しました。
- 防災教育の一環として、災害時の食で大切な3つのT (Time: 時間をかけない・Tasty: おいしく食べる・Tender: 人に優しい)を取り入れた調理実習を高等学校で行いました。

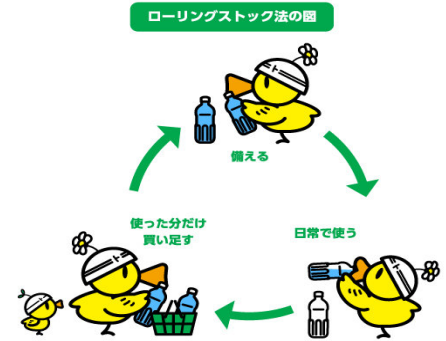
## 連携への展望

### 【農業生産・食品企業との連携】

地場産物を生かした非常食の開発に取り組みたいと考えています。

### 【地域・教育機関との連携】

食育推進計画に災害時の備えについての評価項目を提案し、学校における食に関する防災教育のプログラムの構築に取り組みたいと考えています。



日本気象協会推進「トクする!防災」プロジェクトより

### 江南市防災イベントにてα化米コロッケを提供



### 愛知県立高等学校での食に関する防災教育



### 20分のできるα化米を活用したポリ袋調理



さんまの五目巻き寿司



ポリ袋調理



炊き込みご飯



オムライス



焼き鳥丼



甘酒スイーツ



### アピールポイント

地域の防災力を「食」を通じて高め、学校現場や様々な場面で貢献していきます。