



# 給食施設における 災害対策ガイドライン

～各施設に必要な災害対策を明確化し、準備を進めるために～

<抜粋版>

足柄上地域食生活対策推進協議会

平成 31 年 3 月

## 給食施設の災害対策強化に向けて

特定給食施設等は、平時において栄養管理基準に基づき入院、入所あるいは利用されている方々の栄養管理や給食管理を業務としています。

一方、厚生労働省では、平成 25 年に発出した健康局がん対策・健康増進課長通知「特定給食施設における栄養管理に関する指導及び支援について」第 1 の 3 項の(1) で、「健康危機管理対策の一環として、災害等に備え、特定給食施設が担う役割を整理し、施設内及び施設間の協力体制の整備に努める」ことと、都道府県の業務を規定しています。また、第 2 の特定給食施設が行う栄養管理に係る留意事項についての 6 の災害等の備えについては、「災害等に備え、食糧の備蓄や対応方法の整理など、体制の整備に努める」こととしています。

そこで、当センターでは、給食施設の皆様にご協力いただき、「給食施設のための備えセルフチェック表」や「遠隔研修(災害時の情報伝達シミュレーション)」を実施してきました。その結果、「実際にやってみる」といかに重要かということ、また、施設外との連携体制について、着手できていないことが分かりました。

本ガイドラインでは、たとえ大規模な災害が起こっても、少なくとも、最低限の配慮がなされた食事提供できるよう、平常時から備えていただくために必要な事項について、提案させていただきました。参考にいただければ、幸甚です。

最後に、本ガイドラインの作成にあたり、地域食生活対策推進協議会及び部会の委員の皆様には、貴重なご意見をいただきましたことに厚く御礼申し上げます。

小田原保健福祉事務所足柄上センター所長

## ガイドラインの活用にあたって

災害時、保健福祉事務所の栄養士は、給食施設個々の支援はほとんどできません。残念ながら、現実的に考えて、どうしても難しいのです。だからこそ、自助・共助を強化のため、平時にできる支援はできるかぎりのことをやっていきたいと考えます。

このガイドラインは、過去に被災した経験のある方や、平成 29 年度に小田原保健福祉事務所足柄上センターで実施した遠隔研修(災害時の情報伝達シミュレーション)に参加した施設からのご意見、災害対策が進んでいる施設の事例等を参考にまとめたものです。

給食施設の皆様のお話を伺い、現場を拝見して、保健福祉事務所栄養士の立場から気付いたことも盛り込んであります。

施設によって、対象者も、規模も、施設の構造も、立地条件も、何一つ同じことはありませんから、「そのまま使えるマニュアル」にはなりません。が、「マニュアルを見直すための資料」として、ご活用いただければ幸いです。

なお、このガイドラインに不足する事項があれば、施設巡回時など、随時に、教えてください。いただいたご意見等は、足柄上地域の給食施設の皆さんに還元します。迷うこと、悩むこと、希望することも、どうぞ遠慮なくご相談ください。地域の皆さんと検討の場を設け、対策強化の材料にしていきましょう。

小田原保健福祉事務所足柄上センター 保健福祉課 栄養士

# 目次

## 1 施設の特徴を書き出してみよう

- (1) 被災後の施設稼働に対する想定
- (2) 対象者の特徴
- (3) 地理的条件
- (4) 建物の構造・レイアウト等
- (5) 給食の運営方法
- (6) 人員配置

## 2 各施設の体制を確認しましょう

- (1) 緊急時の組織体制
- (2) 緊急時の連絡先
- (3) 参集体制
- (4) 連絡・通信手段の確保、情報収集、支援要請

## 3 災害時の食事提供マニュアルを作成しましょう

- (1) 発災時から発災直後にすべきこと
- (2) 食事提供に向けて確認すること
- (3) 食事提供から後片付けまでに留意すること
- (4) 中長期化に向けた見通し

## 4 平常時からの取り組むべき事項について、確認しましょう

- (1) 備蓄食品等の整備・点検
- (2) 食事提供マニュアル等の共有
- (3) 防災訓練の実施
- (4) 近隣施設等との連携体制構築

## 1 施設の特徴を書き出してみよう

- まずは、施設の特徴を書き出しましょう。
- 施設の特徴を踏まえて、強化すべき対策の優先順位を決めましょう。

### (1) 被災後の施設稼働に対する想定

施設を稼働するか否かの想定は、対象者・職員(通い・泊まり込み)及びボランティアの人数の想定に関係し、備蓄食料の内容・量に影響します。

#### 【入院・入所施設】

- ✓ 対象者が施設に留まることとなるので、原則として、施設は稼働させることになります。職員も泊まり込みになる可能性があり、食数の増大が想定されます。
- ✓ どのような人員体制(職種・人数)で、どの程度の処置・ケア等が実施可能なのか、また、すべきなのか、優先順位を検討しておきましょう。

#### 【通いの施設】

- ✓ 対象者ご家族の職場等との位置関係等から、帰宅困難者の想定をしておきます。
- ✓ 大規模災害の場合、対象者の引き渡し・送迎が完了したら、一時的に「休止」という選択が一般的ですが、早期に再開していただくと、ご家族の職場復帰や自宅片付け等が円滑に進みます。休止・再開の条件(施設の状況)、受入の優先順位(部分的に再開する場合等)や対象者への伝達手段を検討しておきましょう。

#### 【災害拠点病院・福祉避難所の指定や要支援者受入の協定を締結している施設】

- ✓ 受入想定(対象者の特性・人数・期間・手順等)を確認し、必要な食事の量・内容・時期を見積もっておきます。

### (2) 対象者の特徴

備蓄物資(食料以外も含む)の構成を検討する際の基本情報です。

個人単位で把握するだけでなく、全体としてどのような方が何人いるかが重要です。

### (3) 地理的条件

人・物の移動の可否や困難度、復旧にかかる期間の想定等に必要な基本情報です。

#### 確認しておきたい事項

- 水害や土砂崩れ等の危険が予測される場所やう回路
- 施設周辺の徒歩圏内にどのような人(年齢構成等の概要)が住んでいるか、駅など、人が集まりそうな場所の有無
- 地域の避難所等の関係機関・施設・相談先等

#### (4) 建物の構造・レイアウト等

どのような経路・方法で食事等を運ぶかを検討する際の基本情報です。

##### 確認しておきたい事項

- 食料等の物資倉庫の場所
- 使用不可となる可能性が高い部屋、厨房・食堂等の代替場所候補
- 人・台車・カートが通り抜け困難となる可能性が高い通路
- エレベーター・ダムウォーターの使用可否の想定(電源の確保状況)

#### (5) 給食の運営方法

人員体制等が大きく異なるため、特徴を理解した上で対策を立てる必要があります。

##### 【直営の場合】

- ✓ 遠隔地に系列施設がある場合を除き、全ての手配を自ら行うことが原則です。  
施設(近隣・遠隔)との連携を意識的に行うことや、物資等の備蓄を平時から充実させておくことがより重要となります。
- ✓ 人の入れ替わりが比較的少ないと仮定すると、研修・訓練等による知識・スキルの向上や連携体制の強化はしやすい環境と言えます。

##### 【委託の場合】

- ✓ 人・物のバックアップ体制や会社として蓄積したノウハウは期待できますが、人事異動や委託先変更の都度、役割分担等を確認する必要があります。

#### (6) 人員配置

施設全体の参集・配置計画は、職員食の提供数の根拠となります。

また、食事の準備や配膳・食事介助にどれだけの人手を割けるかは、備蓄する食品の内容や保管場所と関係します。

##### 確認しておきたい事項

(職員参集の想定)

- 各職員の住んでいる場所・通勤手段
- 在宅看護・介護・育児等が必要な家族の有無
- 施設内や近隣に宿泊することが可能か

(他部門からの応援・協力等)

- 倉庫からの物資運搬や食事の配膳等に応援を頼める職員
- 食事介助等に何人の職員が入れそうか

\* いずれも災害発生時刻・曜日別に、時間経過に沿って試算しておく

## 2 各施設の体制を確認しましょう

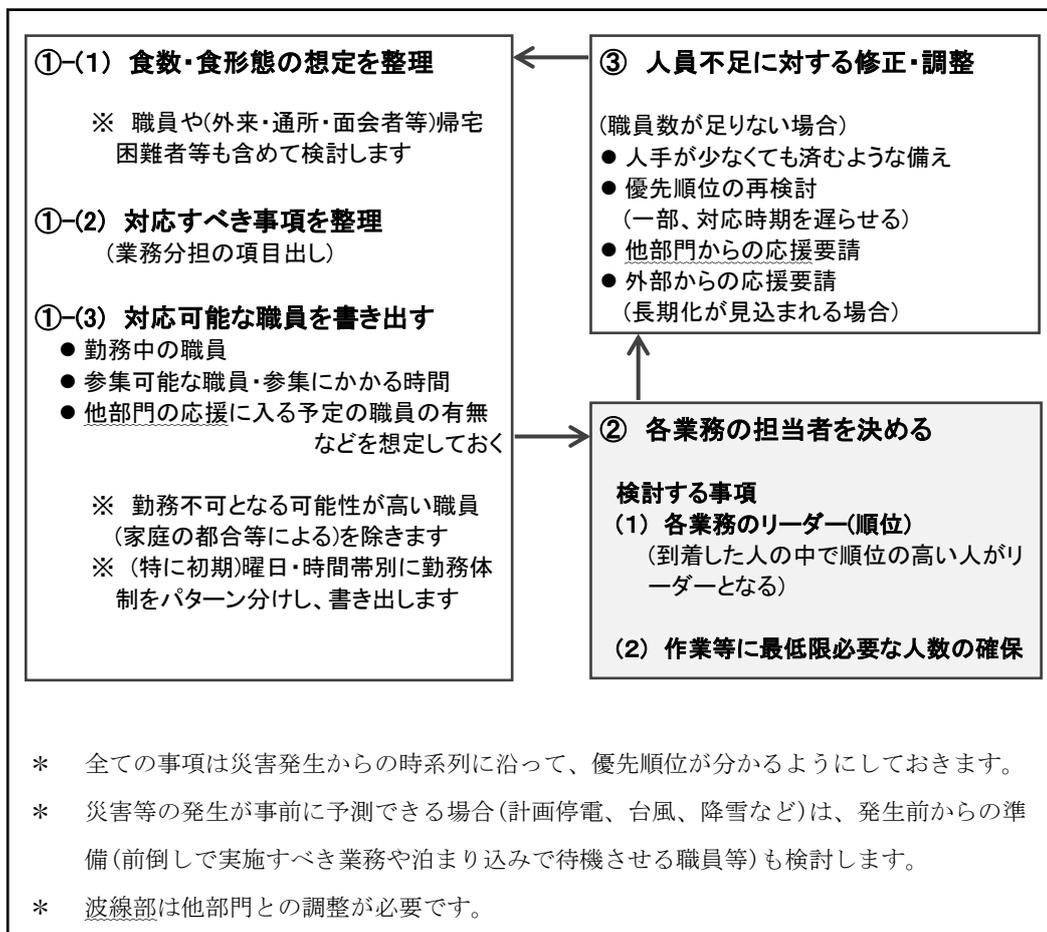
- 緊急時に対応すべき業務を時系列に沿って書き出し、担当者を決めておきましょう。(特に、初期対応については、曜日・時間帯別に検討)
- 被災直後には、施設利用者や自分自身の安全確保、避難誘導等、全職員が取り組むべき役割・行動があります。  
 栄養・給食部門としてではなく、一職員として、まず何をすべきか、また、遅くともどの段階で食事提供の準備に取り掛かりたいか(できるのか)、全体像を把握し、調整しておくことも重要です。
- 人事異動があった場合には速やかに見直し、いざという時に備えましょう。

### (1) 緊急時の組織体制

各部門の動きと施設全体の動きの整合性や、応援を頼みたい事項を確認・調整しておく必要があります。応援要請のほか、食形態・食数等の把握方法や食事時間(配膳時間)、下膳ルール等が普段と異なる場合は周知が必要です。

他部門との調整の前に、まず、栄養・給食部門の動きや優先順位を整理しましょう。

(栄養給食部門の動き・優先順位の整理)



## (2) 緊急時の連絡先

職員、関係機関の連絡先等を盛り込んだ連絡網を整備しましょう。

- ✓ いつ・どこで被災するか分からないので、携帯しましょう。  
電源等が確保できない場合もあるため、電子データ(携帯電話のメモリー等)と紙の両方で携帯しておくで安心です。
- ✓ 施設の被災状況等を一齐に伝達・発信したり、職員全員に指示したりする場合には、一齐メールシステム、ホームページや SNS の活用等も検討しましょう。

## (3) 参集体制

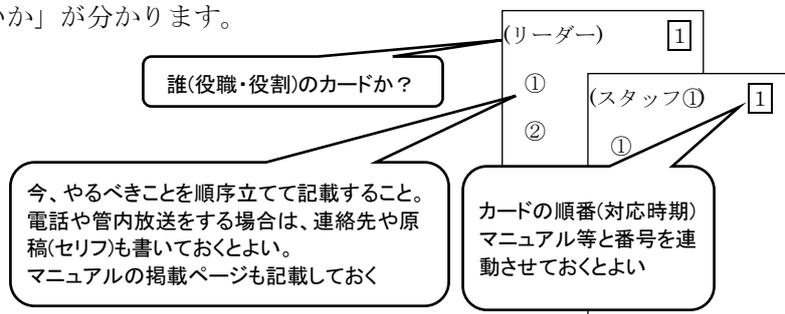
職員の参集体制を決め、はじめにやるべきことを整理・周知しておきましょう。

- ✓ 各職員の通勤経路にはどのような経路・方法があり、それぞれ、どのくらいの時間がかかるか、家族の介護・看護・育児等の理由により、参集できない可能性が高い職員・条件付きの職員はいるか等を把握しておきます。
- ✓ 参集可能性・役職等を考慮し、誰が、どの程度の災害で自動的に出勤(参集)することとするか、自宅等で待機とするかの条件を決めます。
- ✓ 実際には、誰が早くに参集するかは分からないので、リーダー等の役割は個人に固定するのではなく、順位を決めておき、集まった人の中でより上位の者がリーダーとなります。(順次、上位の者に引き継ぐ)
- ✓ 災害時には、普段とは異なる思いがけない役割を任される可能性があります。「アクションカード」を作成しておきましょう。

### アクションカードとは

役割・対応時期別に、とるべき行動を簡潔にまとめたカードです。

災害時、特に初期対応は、混乱した中、限られた人員での対応が求められますが、各々に割り振られた役割に対応するカードを見れば、「今、自分が何をすればよいか」が分かります。



- ✓ 災害発生時には、その場にいる対象者・職員の安否確認が優先ではありますが、順次、その場にはいない職員の状況も把握していくことになります。  
遠方に出かける等、一時的に参集困難となる場合や、連絡が取りづらくなる場合には、予め日程・場所・連絡先について、上司・同僚等に報告しておきましょう。

#### (4) 連絡・通信手段の確保、情報収集、支援要請

ライフラインや納入業者等に関する情報収集は重要ですが、問い合わせが集中すると電話等がつながりづらくなります。

施設内で、伝達・確認したい事項を整理してから連絡すると、少ない回数で済みます。収集した情報は、随時に各部署へ伝達するほか、定時ミーティングや掲示等により共有する仕組みを構築しましょう。

##### 【基本事項】

- ✓ 連絡・通信手段は複数持つておきましょう。
- ✓ 使用可能な通信手段がない場合は、近隣施設等へ出向いて情報収集します。

##### 【ライフライン・納入業者等】

- ✓ テレビ・ラジオや事業者の公式ホームページ等でも把握できます。職能団体や事業者団体、関連学会等の情報も参考になります。
- ✓ 納入業者との連絡・確認を円滑に行うため、複数の連絡先(担当者・営業所・本社等)を把握し、連絡網等にも盛り込んでおきます。
- ✓ 取引先を分散させたり、普段の取引はない業者でも、選択肢としては別途リスト化しておく等、物資等調達経路の確保に努めましょう。

##### 【保健福祉事務所等、行政機関】

- ✓ 保健所等では、地域住民の対応が優先されるため、給食施設では自助及び施設間・地域での共助が基本ですが、被災状況によって、緊急度が高い施設に関しては、支援に入る可能性もあります。(外部からの支援者を含む)
- ✓ 施設の緊急度を把握するため、保健所からの照会の有無に関わらず、随時に各施設の状況をご報告ください。電話等での行き違いを避けるため、可能な限り、ファクシミリによる報告がありがたいです。(参考様式1)
- ✓ 県や市町村の公式ホームページの情報も参考にしてください。

##### 【近隣施設等】

- ✓ ある程度、状況が落ち着いたら、近隣施設と連絡を取り合ってみましょう。見落としていた情報や対応方法等について助言が得られるかもしれません。
- ✓ 物資を「他施設のために多めに備える」ということは通常、あり得ませんが、結果的に余剰が生じることもあります。施設間で調整しましょう。

##### 結果的に余剰が生じる理由(例)

- 定期的にまとめて購入している物資について、納品直後だった場合
- 思いがけず支援物資が多く届いた場合
- 想定していた対象者がいない(少ない)場合
- 当面の間、施設(又は給食)を休止するため不要となる場合 など

### 3 災害時の食事提供マニュアル等を作成しましょう

- 災害時に管理栄養士・栄養士、調理師等がその場にいるとは限りません。マニュアル等を作成し、施設全体で定期的に、また、新規採用・人事異動の都度、内容を確認しましょう。
- 大規模災害の場合には、中長期化に向けた見通しを立てることが重要です。災害時の特別な対応だけでなく、通常どおりの業務を再開するための確認・点検事項も整理しておくといよいでしょう。
- 中長期化した場合、栄養管理に対する重要度や、利用者の食事に対する要求が高くなっていくことも考慮しておきましょう。

マニュアル等は、組織体制・規模・対象者の数・特性等に沿った内容にしていただくことが重要なため、各施設で作成していただく必要があります。

ここでは、マニュアル等を作成する際に、ご検討いただきたいポイントや共通して盛り込んでいただきたい事項等をまとめて例示してあります。

#### (1) 発災時から発災直後にすべきこと：栄養や食事のことを考える前に・・・

やるべきことは様々ありますが、まずは、自分自身や周囲の対象者・職員の安全確保が最優先であり、「無理はせずに逃げる！」ということが大原則です。

避難後、施設全体の被災状況の確認の後、対応方針を決定する必要があります。

##### 【発災時(地震の場合)】

- ✓ 扉を開ける、火を止める等の行動も大切ですが、揺れが大きい時には無理をせず、その場でできる安全確保の行動をとります。
- ✓ 「姿勢を低く、頭を守り、動かない」が基本ですが、調理中の場合、厨房特有の「危険な状況」が多々あります。  
回避する方法、避難経路を検討し、必要に応じてレイアウトの変更や固定等を行いましょう。

##### 厨房内の危険ポイント

- 高い場所に調理器具等の物が積んである
- 転倒したり中身が散乱したりする可能性のある什器(食器棚等)が多い
- 可動式の配膳車・ワゴンがある
- 刃物を扱っている
- 火を扱っている、加熱中(又は火を切ったばかり)の鍋等がある
- 通路が狭い など

【地震以外の災害発生時・揺れが収まったら】

- ✓ 必要に応じて安全な場所(屋内・外)に避難しましょう。  
館内放送などの指示に従うほか、危険を感じたら自主的に避難します。
- ✓ 安全確保や避難の際には、周囲に声を掛け合しましょう。  
出火などがあり、避難路に注意が必要な場合は、避難誘導を行います。
- ✓ 非常時の持出物品・書類等が決まっている場合には、周囲と協力し、可能な範囲で持ち出しましょう。

**避難する前にやるべきこと(例)**

- ガス：火を止め、ガスの元栓も閉める。  
(火が自動で止まっている場合も、点火つまみを「切」にします。)
- 電気：使用中の電気製品のスイッチを切る。  
特に、熱器具は、プラグをコンセントから抜く。  
消し忘れによる火事を防ぐため、分電盤ブレーカーを切る。
- 消火活動：出火している場合には初期消火を行う。  
(火が大きくなっている場合は無理をしない) など

【一時避難完了後】

- ✓ 全員の避難完了が確認できたら、建物の安全確認や情報収集を分担します。
- ✓ 建物内に入っても(留まっても)安全であることが確認出来たら、使用可能エリア・設備・機器及びライフライン等の確認を行います。
- ✓ 勤務継続の可否(家族等の状況を確認)や、その場になかった職員の出勤の可否等を確認・整理します。
- ✓ 給食の実施方針を決め、食事時間の見通しや配膳の手順、動員の必要性等を本部や関係部署に伝えます。【詳細は(2)】

## (2) 食事提供に向けて確認すること

栄養・給食部門を中心に、誰が何を確認するかを決めましょう。部門のリーダーとなった人は集約された情報を基に、当面の給食の実施方針を決めます。

新任者や他部門の職員、外部からの支援者でも対応できるように、具体的なマニュアル等を備えておきます。

### 準備しておく役立つマニュアル等

#### ■ アクションカード：

役割・対応時期別に、とるべき行動を簡潔にまとめたカード。

チェックリストをカードに組み込んでもよいが、確認事項が多い場合は、カードと対のチェックリストを作成し、セットにしておく。

#### ■ マニュアル：

➤ 平時に、災害時の体制の全体像を把握するための「教材」

他職種・外部の支援者が栄養・給食部門の動きを知るための「資料」

➤ 機器等の操作・備蓄食品提供に係る具体的な手順等を示したもの  
(個別に用意し、各機器や備蓄の付近に設置(掲示)しておく)

#### ■ 施設の見取り図：

倉庫・厨房・食事の場所や運搬ルート、ライフライン等の点検箇所の確認用として、物品・機器等の一覧表などと対にして用意しておくことよい。

### 【厨房周辺・食料備蓄関係で確認すること】

✓ 物資や料理・食料等の散乱状況

✓ 厨房設備・調理機器等の破損・汚染状況

✓ ライフライン(電気・ガス・水道・排水)

※再開時の事故を防止するため、断絶していることを確認した後の電源や栓は切って(閉じて)おくこと！

✓ 食料、水及び物資(ディスポ食器・手袋やラップ、ポリ袋、消毒用アルコール等)の在庫及び備蓄の確認(量・場所)

✓ 納入業者の被災状況の確認(備蓄量に余裕があれば、後回しでもよい)

### 活用できるもの・用意しておくもの

■ 厨房の見取り図(点検箇所や在庫等の場所が分かるもの)

■ 主要な厨房設備・調理機器のリスト、点検マニュアル

■ 電気・ガス・水道等の復旧方法のマニュアル  
(ブレーカー、元栓、ガスメーターなど)

■ 最新の備蓄・在庫状況の一覧

■ 納入業者の連絡先一覧

**【厨房以外の状況について確認すること】**

- ✓ エレベーター・ダムウェーター等の稼働状況
- ✓ 備蓄食料、水、物資を倉庫等から厨房や喫食場所へ運搬するルート・人員
- ✓ 厨房から食事を運搬するルート・人員
- ✓ 配膳・食事介助等を担当する人員

**活用できるもの・用意しておくもの**

- 職員の名簿(職種及び災害時の担当班・係別)
- 施設全体の見取り図

**【対象者について確認すること】**

- ✓ 食物アレルギー・嚥下機能障害・療養上の事由等により、食事内容・形態・量に調整が必要な方の内容・人数を確認します。(直近からの変更の有無)
- ✓ 誰がどこで食事をするか、確認しましょう。

※食べる場所は、安全確保が大前提ですが、配膳ルートの距離や配慮が必要な方を集約させること等も考慮しましょう。

**活用できるもの・用意しておくもの**

- 直近の食数表(食形態別)・対象者別食形態等一覧
- 直近の食札
- 食数表(様式)・対象者名簿

【給食の実施方針の決定】 ※施設は一部でも稼働している前提として

- ✓ まず、食事を提供できるか否か、早急に判断する必要があります。  
万が一、全く何も提供できない場合、すぐに外部からの支援を要請します。
- ✓ まずは、「1回目の食事」の方針を決め、動き始めます。  
「2回目以降の食事(概ね1週間程度)」は、「1回目の食事」の準備をしながら(させながら)考えます。
- ✓ 「2回目以降の食事」は、ライフライン等の復旧状況に左右されるほか、前の食事の反省点をできるだけ改善していく必要があるため、条件別に考えておき、適宜修正を加える必要があります。

#### 早い段階で決断を求められる事項(例)

- 栄養・給食部門の役割分担(統括・情報収集・調理など)
- 他部門に応援を頼みたい事項・タイミング・職種・人数等  
(物資運搬・配膳・下膳・片付けなど)
- 当面の調理等作業スペース  
(下処理・調理・盛付・トレイメイク⇒全てを1箇所で行う必要はない)
- 1回目の食事として何を提供するか(非常時用献立から選ぶ)
- 倉庫等からすぐに運ぶ必要がある食料・物資(一覧をチェック)
- 運搬・配膳ルート
- 配膳方法・手順
- 下膳方法(ゴミの分別、下膳場所など)

#### 活用できるもの・用意しておくもの

- 最新の備蓄・在庫状況の一覧(食料・物資)
- 職員の名簿(職種及び災害時の担当班・係別)
- 施設全体の見取り図
- 非常時用献立
  - 備蓄食品・飲料・物資の組み合わせパターン
  - 各備蓄食品提供時の注意点
- 熱源等の代替手段、各熱源等の使用マニュアル
- 非常時用衛生管理マニュアル
  - 手袋、消毒用アルコール等の一覧(保管場所、用途・目的)

### (3) 食事提供から後片付けまでに留意すること

いつも通り医療機関にかかることは難しいので、事故を起こさないことが普段以上に重要となります。

なお、普段のように厳密に栄養管理を行うことは難しいですが、大きく外れることのないよう、できることは確実に取り組みましょう。

また、当面の間、ゴミを捨てることはできない可能性があるため、災害時こそ、ゴミの分別や捨て方に配慮が必要です。

#### 【食事の観察について】

- ✓ アレルギーや誤嚥などの事故に注意して観察します。  
はじめて提供する食品は、間違いなく配膳ができていても注意が必要です。
- ✓ 食器・食具が、使いづらそうなら、必要に応じて介助をします。
- ✓ 不潔な行為・危険な行為が無いか、注意して観察します、確認した場合は注意して止めます。
  - 落とした物を拾って食べる  
\*屋外はもちろん、床も普段以上に汚れている可能性があります。
  - (手づかみである必要がないのに)素手で手づかみ食べをする  
\*食前・食後に手指を清潔にすることができる条件が整っていれば、無理に止める必要はありません。
  - ラップやポリ袋も食べようとする  
\*異食の可能性がある方には、ラップやポリ袋での提供は向きません。
  - 不潔な場所・部位を触る

#### 【栄養管理について】

- ✓ 摂取状況の記録は是非、残しましょう。普段どおりには難しくても、全体量や気になる対象者、特に食べ残しの多かった献立のみでも記録に残します。
  - 発災直後の食事内容・量の調整は限定的であり、ある程度の過不足が生じることはやむを得ませんが、状況が落ち着いてきたら、過去の状況を振り返り、補完・調整が必要な栄養素に対応する必要があります。
  - 外部への支援を求める際にも、何が不足しているか(過剰か)、を明確に伝えることで、よりの確な支援が期待できます。
- ✓ 普段は個室等で食事をしている施設の場合、周りとは異なる食事を提供されていることを気にする方や、特定の人だけが特別扱いされていることに不公平感を感じる方もいるかもしれません。  
全く同じ食事を全員に提供し、一部の対象者の栄養状態が悪くなってしまうことは、適切な対応とは言えません。食事の内容・量を調整する必要性について説明しましょう。

## 【ゴミの分別・捨て方】

- ✓ しばらくの間、施設の敷地内にゴミを留置しなくてはいけない可能性を考えると、適切に対応する必要があります。

### 基本的な考え方

- ゴミは少なく、コンパクトに
  - ゴミ袋の口を閉じる時には、しっかり空気を抜きましょう。
  - 食材は出来るだけ丸ごと食べましょう。
  - 重ねられる物は丁寧に重ねて捨てましょう。  
ふわっ・ぐしゃっと捨てると、無駄にスペースをとります。
- 腐敗する可能性のある物は特に注意
  - 生ゴミは悪臭や虫等の発生原因となります。袋の口をしっかりと閉じて密閉し、蓋つきのゴミ箱等にすてましょう。
    - \* 屋外に集積する場合は、動物に荒らされない工夫も必要です。
    - \* 水分が多いと腐敗が早く進むので、水気をしっかり切ります。
  - 食品の汁等が付着した容器・包装は洗浄可能であれば洗浄します。洗浄できない場合は、不要な紙等でふき取ります。
  - 料理の残り汁等は、溜めておき、下水道が復旧したら流します。  
(におい漏れを防ぐため、蓋つきの入れ物か、袋で密閉する)
    - \* 敷地内に地面(土)がある場合は、穴を掘り、水分を浸透させる方法がありますが、食べ物においては動物がつかれてくる可能性があるため、(内容にもよりますが)注意しましょう。
- 排水を少なくする工夫(節水にもなります)
  - 料理に使う水は、食材が入っていた容器(缶など)をすすいだ水を利用しましょう。(タイミングが合う場合)
  - インスタントのスープ等は、水で溶く(薄める)前の状態の方が、かさばりません。規定量より「薄味」にしたい場合、水を多めに入れると、結果的に汁が余ります。味付け量を加減することで、薄味かつ必要最低限の量で作しましょう。(調味料が別添えになっていない場合は、具材を足し、規定よりも大人数向けの料理とする)
- 再利用できる可能性があるものは分別しておく
  - 空き缶やペットボトルは、容器などとして再利用できます。
  - 紙・木製品などは、かまどで燃やして燃料にすることができます。  
(材質・加工方法によっては有毒ガスが発生するので注意)
  - 野菜を洗ったり茹でたりした程度の水(湯)や、手指等をすすいだ水であれば、たらい等で受けて溜めておけば、トイレを流す時等に再利用できます。

#### (4) 中長期化に向けた見直し

優先的に確保しなくてはならない栄養素を念頭に、過剰症・欠乏症が発生しないように注意します。

できるだけ早く、通常に近い食事で栄養管理ができるよう、対応を検討しましょう。

##### 栄養素等の優先順位

- 被災直後から必要
- ↑
- ① 十分な水
  - ② 何か食べる物(空腹を満たす、ホッとする)
  - ③ 必要十分なエネルギー
  - ④ 最低限のたんぱく質
  - ⑤ 水溶性ビタミン(ビタミン B<sub>1</sub>、B<sub>2</sub>、C 等)、食物繊維
- 数週間～1か月中に補完したい
- ↓
- ⑥ 脂溶性ビタミン(ビタミン A 等)  
多量ミネラル(カルシウム、カリウム等)
  - ⑦ 微量ミネラル(鉄等)

\* 一般的には、「便秘」の訴えが早い段階から増え始めると言われています。

(水・食物繊維の不足、食事の全体量が少ない、身体活動量の低下、トイレが使いづらいことから我慢が習慣化すること等による。)

\* 健康な成人でも、数週間～1か月以内には過不足の補正をしたいところですが、病院や福祉施設の対象者は、体内に普段からの“蓄え”が少ない方が多いと予想されます。日頃の栄養管理の状況から判断し、低栄養状態の方や、直近の摂取栄養量が低下していた方は、特に注意しましょう。

\* サプリメントや栄養補助食品は、いつも以上に心強い存在です。しかし、栄養アセスメント無しに、全員に配ることは適切ではありません。過剰症に注意し、慎重に使用する必要があり、必要な方を見極め、適切に分配する必要があります。

\* 錠剤・カプセルのサプリメントは、飲ま(め)ない場合もあり、栄養補助食品(ゼリー・ジュース・クッキーなど菓子感覚の物)やご飯・汁物等に混ぜて使用できる物(粉末・液状)は、幅広い対象者に活用できます。

\* ナトリウム(食塩相当量)に関しては、多くの人で不足することはないと思われますので、全体の食事としては過剰摂取を回避する調整を行い、ナトリウムが不足する場合は個別対応としましょう。

#### ✓ いつも通りの食事提供に向けて

被災直後は、とりあえず何かお腹に入ることですすし、対象者も「災害時だから…」という気持ちがあります。

(乳幼児の場合は、この限りでない。食べたくない物は食べない。)

しかし、時間が経つにつれ、食事へのニーズは高まります。早期から、温かく、美味しい物を提供する備えは必要ですすし、徐々に、飽きのこない多様な味付け・調理法や普段から食べ慣れたメニューなどが求められます。

## 4 平常時からの取り組むべき事項について、確認しましょう

- 平常時から、災害を想定した備えをしておくことが重要です。  
また、その備えで実際に動くことができるか？確認することが重要になります。

### (1) 備蓄食料等の整備・点検

給食施設の災害時の備えといえば、備蓄食料！十分な備えができていますか？  
一つ一つの食品等が対象者に合っているかどうかだけでなく、「組み合わせ」や「順番」を考え、「献立表」を整備することは、計画的な備蓄につながります。  
期限だけでなく、内容の見直しも定期的に行いましょう。

#### 【備蓄する内容について】

##### ✓ 食形態の調整

普段、丁寧に、細やかに対応している施設ほど、いつもの食形態区分全てに対応した備蓄を行うことは困難と想像します。普段は、可能な限り常食に近い食形態で美味しく、また、機能を維持・向上させることが重要ですが、災害時(特に発災直後)は、食形態を「絞る」ことも検討してみましょう。...  
極端な例として、最も多く提供する食形態(常食など)の他に、当該施設で最も食べやすい食形態(嚥下ピラミッド上位)を備えておき、中間の方は、レベルダウンして、安全な食形態で対応します。中間の食形態もある程度は用意できるとよりよいですが、間違いなく配膳されることの方が重要です。

##### ✓ 食物アレルギー対応

最も確実な方法は、「誰でも食べられる物を全員で食べる」です。特に発災直後、慣れない人が対応する可能性も考えると、安心です。  
ただし、価格等の問題から、「備蓄の全てをアレルギー対応食」にすることは困難かもしれませんので、ビブスなどにより、アレルギー対応が必要な対象者が一目で分かるような工夫も併せて検討しておきましょう。  
なお、アレルギー児用等の特殊ミルクを常に備蓄している施設は少ないと思いますが、該当児がいる時には、普段から多めに預かっておきましょう。...

#### 【その他物品・物資等】

##### ✓ 食器

「深型」を中心に、「紙コップ」も多めに用意します。  
提供しようとするメニューや、食品の容器・包装の状態により、必要数は変わります。献立と照らし合わせて検討します。  
「紙コップ」は、ラップやポリ袋でカバーしての使いまわし対応が難しく、また、水分摂取は食事よりも頻回です。汁物等の容器としても使えます。  
感染症対策や行事(お祭りなど)でも使いまわすことができます。

- ✓ 食具  
箸・スプーンなど、それぞれの必要数を検討します。落として交換したり、盛付等の際にも使うことを考えて、多めに用意しておきましょう。
- ✓ 衛生物品
  - ラップ・アルミホイル・ポリ袋・ゴミ袋
  - ウェットティッシュ・消毒用アルコール・使い捨て手袋  
手が十分に洗えない場合でも「汚れを落としてからアルコールで消毒」の原則は同じです。手を拭く・ゆすぐ等して汚れを落とし、除菌タイプのウェットティッシュかアルコールで消毒します。
- ✓ 加熱機器  
カセットコンロや炊き出し用加熱機器(それぞれ、燃料も)があると、温かい食事を提供できるほか、食形態等を調整できる幅が広がります。
- ✓ 照明機器  
調理等の作業用にはヘッドライトやネックライト等の両手が空くタイプ、食堂用にはランタンタイプがおすすめです。

#### 【食品の容器・包装の種類等】

特徴を踏まえて、施設にあった備蓄の組み合わせを考えましょう。

- ✓ 容器・包装、加工の種類
  - 缶詰  
比較的保存期間が長く、容器がそのまま食器やボール代わりに活用できます。汁物でも扱いやすいです。ゴミがかさばることが難点です。
  - レトルトパウチ  
ゴミの減量化になります。  
缶詰と比較すると、期限が短い物が多いようですが、普段使いしている食品であれば、問題ありません。期限の長い商品も増えてきました。  
スタンドパックなど、食器なしでも食べられる物も多いですが、汁物などは、こぼさないように慎重に扱きましょう。パンなどは素手で触れずに食べることができ、衛生的です。
  - 真空パック  
普段使いしている食品の中には、似たような見た目、要冷蔵・要加熱食品もあるので、注意して表示を確認しましょう。レトルト同様、ゴミの量が少ないという特徴があります。ご飯は、「おこわ」の様に塊になっているので、組合せ(カレー等)を工夫しましょう。
  - トレーパック(ご飯など)  
備蓄を想定し、期限の長い物もあります。期限の短い物も、普段使いするものなら問題ありません。保管は、多少かさばりますが、加水不要です。捨てる時は、丁寧に重ねましょう。  
中身が「ぎっしり」は入っていないので、ご飯の場合、そのままルーや丼の具を盛り付けることも可能です。

✓ 1 包装当りの分量

➤ 個包装タイプ

そのまま配付すれば、自立して食べられる対象者が多い施設向きです。倉庫から食堂などに直接運び、配付します。

調理・盛付・食器不要で清潔なまま対象者に配付でき、運搬しやすいので、特に、災害発生直後にはおすすめです。(袋タイプでかじりつけるパン等は、食具も不要で素手で触れずに食べられます)

1 包装が、当該施設の対象者の 1 人分として「丁度良い」ということを確認しておきましょう。

➤ 大缶・大袋

缶詰やスタンドパック(アルファ米やレトルト食品)等から直接では食べづらく、皿などに盛り付ける必要のある対象者が多い施設向きです。

また、味の調整などで手を加えてから提供する予定の食品向きです。

(開封の手間が少ない)

ただし、量の微調整はできないので、食数が少ない食形態用の食品や食数の少ない施設には向きません。

【備蓄する場所】

ただ「空いているスペース」に置いておくだけでは、いざという時に使える備蓄になりません。ポイントを押さえて整理しましょう。

✓ 冷蔵庫・冷凍庫

被災した際に、既に納品されている普通の食品はできるだけ使います。停電する可能性が高く、冷蔵庫・冷凍庫の開閉は最小限にするため、「どこに何を保管してあるか」の定位置を決めて置き、常に把握しておきます。

なお、冷蔵保管してあるものは、基本的には「要冷蔵」「要加熱」だと思いますが、美味しく食べるために冷やしているような例外(=後回しでもよい)も中にはあると思うので、確認しておきましょう。

✓ 厨房内の保管庫

普段使いする缶詰・乾物等の在庫を整理しておきます。

なお、停電等により、1 回分の食事を非常食から提供することは、大規模災害よりも高い確率で起こります。スペースに余裕があれば、分散備蓄の一環として、1 回分の備蓄食料セットを置いておきましょう。

✓ 備蓄倉庫等

一緒に使う食料・食器・食具・衛生物品・献立表をセットして、各セットを分散して備蓄しましょう。水や、そのまま配ることになる食料は、できるだけ食堂等の近くに、調理・加工が必要な物は厨房等の近くに保管します。

段ボール等の外箱には、献立表と対応させた番号を振り、何を運び出せばよいか、一目で分かるようにしておきます。

### 【備蓄する量】

食料調達だけでなく、輸送路・車両の確保等に相応の日数を要するため、大規模災害の場合、1週間分と言われています。

誰にどこまで提供するかにもよるので、よく話し合っておきましょう。

#### ✓ 1人分の量を決める

##### ➤ 栄養量の確保

必要最低限のエネルギーが確保できるよう、一包装当りの栄養量から、当該施設の対象者のおよそ何人分に当たるかを算出しましょう。

特に、味の調整等のために他の食品と組み合わせる場合は、改めて計算しておく必要があります。(献立表には、目安量を記載する)

##### ➤ 水の確保

1人当りの目安は、1日3リットルと言われますが、備蓄する食品の内容により、調理水は増減するので注意が必要です。

#### 水が必要な食品の例

- アルファ米・フリーズドライ食品
  - ご飯・お粥は米から炊く予定である
  - 雑炊・豚汁・カレー等を炊き出しで作る予定である
- \* 献立には、水の必要量も書き込んでおきましょう。

#### ✓ 人数及び日数の想定

給食施設の食事は、まず、対象者のために用意するものですが、職員も食べなくては対象者の支援ができません。

また、避難者や、帰宅困難者の食事はどのように、どこまで対応しますか？被災した時に、対象者や職員の食事を削ることのないように備えましょう。

##### ➤ 対象者の食事

定員・病床数または利用者・在籍者のうち、多い方を人数の基準とします。(通所の場合は、最も人数の多い曜日を基準にする)

日数は、食料を新たに調達できるようになるまでの期間とします。大規模災害の場合、1週間程度はかかることを想定しておきましょう。

##### ➤ 避難者の食事

福祉避難所等として、被災者を受け入れることとなっている施設は、想定する人数と、どのような方を受け入れる想定かを確認しておきます。

##### ➤ 職員の食事

普段とは異なる勤務形態となります。泊まり込みとなった場合、勤務には入っていない職員の方の食事も必要かもしれません。参集体制等を基に、どこまで食事が必要か、確認しておきましょう。

➤ 帰宅困難者等の食事

人数と期間の想定をしておきます。滞在期間が長くなる(宿泊を伴う)場合、食事を提供するか否か、提供する場合の条件を決めておきます。提供する場合でも、一時的な滞在であることを前提に、①水と、②何か食べる物について、回数を決めて用意しておきます。その後は、帰宅していただく、地域の避難所を案内するなど、対応を決めておきます。数の想定は難しいですが、最大想定人数で用意し、「余り」は翌日以降の対象者の食事等に付加できる物にしましょう。

**帰宅困難者等とは？**

理由も様々、施設との関係性も様々です。

- 施設への来訪者(外来患者及び付き添いの家族・お見舞いの家族・出入りしている業者さんなど)が帰宅困難となった
- 家族が職場から帰宅できず、対象者を施設等に宿泊させる
- お迎えのタイミングで被災・あるいは余震が起き、帰宅困難となった保護者及び乳幼児
- 施設周辺で被災し、当該施設以外に身を寄せる場所がない

➤ ボランティア

ボランティアは自己完結が基本ですので、優先順位は低くなりますが、期間・内容次第(食事を提供してもお願いしたいかどうか)と思います。提供するか否か、提供する場合の内容も施設次第です。

## (2) 食事提供マニュアル等の共有

マニュアル等を共有することは、「誰でもできる」を目指すだけでなく、不足する点や矛盾する点などに気付くきっかけになります。

### 【共有のポイント】

- ✓ 確認するタイミング  
会議や研修等、定期的に日を決めて、皆で読み返す機会を作りましょう。  
その他、人事異動等の機会に随時、確認します。
  
- ✓ 共有する範囲
  - 施設内：  
最終的には、全職員と共有できるとよいですが、まずは、部門内の全員と他部門(災害時の班編成で)の責任者等に確認してもらいましょう。  
その他の職員には、マニュアル等の存在や関係しそうなポイントだけでも押さえてもらいましょう。
  - 委託給食会社：  
施設側「やっている(分かっている)と思った」  
受託側「そこまで求められているとは思わなかった」とならないよう、  
現地及び地区担当者らと定期的に読み合わせておきます。  
委託先を変更する際には、条件をよく確認しましょう。(要記録)

### 委託給食会社と確認しておきたい事項

- 災害時の役割分担(各業務の主担当、協力可能な範囲)
  - 平時からの非常用備蓄の整備、費用負担の分担
  - 施設側が購入した備蓄食品を給食に使用する場合のルール  
(平時の材料費を受託側で支払うこととなっている場合)
  - 受託給食会社の職員の参集体制・バックアップ体制 など
- \* 普段の責任者・調理従事者等が出勤困難となり、応援人員が配置される場合、物の位置関係・各施設固有のルール等については、各施設において説明する必要があります。普段は調理業務に従事しない場合も、厨房を稼働させるために最低限必要な事項(例：ガスの元栓・電源の位置等)については、施設側でも把握しておきましょう。

- ✓ 保管場所  
関係者への配付、事務所・栄養科・厨房内の分かりやすい場所に設置します。(背表紙は必ずつけます。)  
各ページに記載している事項を使う場所には、抜粋して設置します。  
(例)
  - 献立表を備蓄食料倉庫に設置する、備蓄食料の外箱に貼る
  - 調理機器の近くに機器の点検マニュアルを掲示する など

### (3) 給食提供も含めた防災訓練の実施

「防災訓練」は実施していると思いますが、栄養・給食部門も参加していますか？  
災害時にどのように動くかの「練習」としてだけでなく、現在の備えで、実際に動けるのかを「検証」する作業の一環として、防災訓練は重要です。

防災訓練当日も、給食は提供しなくてはいけませんから、参加が難しいことはよく分かります。一度にまとめて実施することや、施設全体の防災訓練に合わせてやるのが難しければ、まずは、時間をずらしたり、分割してもよいので、都合のよい時間に実施してみてください。一度やってみると、その必要性が身に染みて分かります。

#### 【机上訓練】

- ✓ 災害発生からの時系列に沿って、各々の動きを確認していきます。  
一つ一つ、一人一人の動きだけではなく、時間を意識しながら、「流れ」や他部門等と「連動するポイント・タイミング」を確認することが重要です。
- ✓ 災害時には、その場で判断を迫られる状況が多々あります。  
自施設で起こり得そうな状況をそれぞれが考え、誰かを指名して答えさせたり、後から、皆でじっくり対応を検討したり、ゲーム感覚での研修もおすすめです。絶対的な正解はありません。「自分が判断しなくてはいけない立場になるかも」という意識を持つことや、即決する力(思い切りのよさ)を身に着けることが大切です。

#### ミッションを考えよう！

各施設で、オリジナルのミッションを考え、「ミッションカード」を書き溜めておくと、施設内研修などで活用できます。

以下、起こりそうな出来事・過去の災害で起きた出来事と検討・確認したいポイントの一部をお示しします。

- 近隣の方が、避難させて欲しいと次々にやってきた。
  - 近隣で避難できそうな別の場所・避難所は？
  - いつまで？何人？どのような人？
  - 食事は必要？提供する？
  - (断るときには)どう断る？
- ボランティアを名乗る人が突然やってきた。
  - 何者(職種(本物?)・身分)?何がしたい(できる)の？
  - いつまで？
  - 通い or 滞在希望？
- 大量(一度では食べきれない)のネギが届いた！  
(他の野菜や生鮮食品でもよい)
  - 保存できる場所はある？
  - 調理可能な状況？
  - レシピのバリエーションは？ 等々

実話です！

### 【「施設内防災ツアー」の実施】

- ✓ 災害時に物資を運搬するルート(台車の保管場所から倉庫、倉庫から厨房、厨房から食堂、倉庫から食堂等)を歩き、危険箇所や通りづらそうな場所はないか、確認します。ブレーカーやガスの元栓、ポンプの元栓等、点検箇所の位置や復旧方法も併せて確認しておきましょう。
- ✓ 夜間等、暗い時間帯(雨天時に消灯してみてもよい)にも、台車や配膳用のトレイを持って、懐中電灯等の灯りで歩いてみましょう。  
(危険なので、まずは何も載せずにやってみる。)
- ✓ 「施設内防災ツアー」はできるだけ多くの職員と行き、相互に保管場所等の確認を行いましょう。(栄養・給食部門の職員も、その他物資等の場所を覚えておき、いざという時は手伝う)

#### 懐中電灯の数は足りてますか？

平成30年1月に、中井町、大井町、松田町、山北町で、架線トラブルによる停電が発生しました。ちょうど、夕食提供前の時間帯でした。

その時に、実際に施設の方が「困った!」「工夫した!」「びっくりした!」という事例を紹介します。

- 懐中電灯は備えていたが、数が足りず、職員が近くのホームセンターに買いに走った。夜の廊下・階段は、予想以上に暗くて怖い!
- 人海戦術で食事を運ぶため、厨房でトレイメイクせず、大きなトレイでまとめて運び、食堂で配ることに。  
介護職員は食形態を把握していないことが判明し、一方、厨房職員は利用者の顔と名前が一致しないということが明らかに。  
東日本大震災の際の計画停電では、誰がどのポジションを担当すればスムーズかをよく検討し、対応したという施設も。
- 非常用電源は、引かれているコンセントが決まっています。  
どこにつながっているか?と確認したら、一番小さな冷蔵庫に!メインの大きな冷蔵庫につなぎ直しました。
- 復旧の見通しが立たないため、食事後の食洗器が使えるかどうか分からない状況。朝食用の食器を確保しておきたかったため、常食の方のご飯は「ラップおにぎり」で対応。  
(実際には、下膳の時間には復旧しました。)

### 【食事の準備・試食】

- ✓ 倉庫にある食料は、普段の給食に使う場合でも、災害時に運び出すことになっている人に運び出してもらいましょう。災害時の組み合わせとは一致しないこともあると思いますが、何を一緒に運び出すのかを確認します。  
その他にも、手伝ってもらおう想定があれば、訓練から巻き込みます。
- ✓ 災害時の組み合わせ・食べ方で、実際に食べてみる訓練は重要であり、提供手順、味や食形態、食器・食具の使いやすさ等を確認します。  
容器から直接食べてもらう想定なら、容器のまま提供し、使い捨て容器・食具を使う予定なら、使い捨ての容器・食具で提供します。
- ✓ 訓練時には、「見守り」の人数を増やして対応します。災害食の内容や提供方法の検証材料として、対象者の食事場面をよく観察するためです。  
実際に準備等に取り掛かる人数は、災害時の対応想定人数で実施すると、どのくらいの時間がかかるかが分かります。大人数で対応した場合は、人数で割り、1人で処理できる量を算出しておくで参考になります。
- ✓ 病院のように比較的短期間で人が入れ替わる施設では、普段の献立に食材の一部として組み込み、分かりづらくして提供することが多いようですが、少なくとも職員は、災害時の組み合わせ・食べ方で試食しておきます。
- ✓ 炊き出し訓練では、衛生管理(エリア・器具の使い分け、消毒のポイント、使い捨て手袋の使い方、加熱時間など)に注意して行いましょう。  
「危ない!」と思ったポイントを振り返ってまとめる必要があるため、管理栄養士・栄養士等は、炊き出し訓練の調理作業には参加せず、指揮及び観察に徹することをおすすめします。

### (4) 近隣施設等との連携体制構築

近隣施設や周辺地域との連携体制の構築は非常に重要です。自施設の状況が落ち着いたら、地域に目を向けてみましょう。

日頃から周囲にどのような施設があるのか、どのような人が住んでいるのか、把握し、連携体制を構築しておきましょう。

- ✓ 災害時、どこの施設も、人手も物資も足りないとは思いますが、足りなさ具合にはそれぞれに偏りがあったり、「今すぐには使わない物」があったりします。積極的に「どんどん頼ってもいいよ」という余裕はなくて当たり前ですが、その都度、状況を報告し合い、臨機応変に「融通し合う」ということが「共助」ではないかと考えます。
- ✓ 人・物の支援が受けられなくても、有用な情報や助言を得られる可能性もあります。対応に悩んでいる人に、声をかけてあげることも支援になります。
- ✓ 人があふれているなら、更に外部の支援を要請する必要がありますが、困っている人が若干数なら助けられるかもしれませんし、直接的な支援ができなくても、困っている当事者の代わりに「ここに困っている人がいるよ!」と情報発信することも支援の一つです。