

公益財団法人 味の素ファンデーション 受託研究

「食と栄養改善のための介入活動の第三者  
評価調査」に関するフォローアップ分析  
2022 年度報告書

帝京大学大学院公衆衛生学研究科 福田吉治

東北生活文化大学短期大学部 木下ゆり

2023 年 4 月

2022 年度 公益財団法人味の素ファンデーション受託研究

「食と栄養改善のための介入活動の第三者評価調査」に関する

フォローアップ分析 報告書

## 目次

|                     |     |
|---------------------|-----|
| 帝京大学大学院公衆衛生学研究科 報告書 | A-1 |
| 東北生活文化大学短期大学部 報告書   | p.1 |
| 収支報告                | S-1 |

2023 年 4 月

公益財団法人味の素ファンデーション受託研究 報告書

報告者 帝京大学大学院公衆衛生学研究科

講師 西原三佳

帝京大学および公益財団法人味の素ファンデーションとの 2022 年度受託研究に関し、以下の通り報告する。なお共同研究機関である東北生活文化大学短期大学部実施内容については、分担研究班代表である木下ゆり教授からの報告書があることから、ここでは帝京大学実施分について報告する。

1. 研究題目

「食と栄養改善のための介入活動の第三者評価調査」に関するフォローアップ分析

2. 研究代表者

大学院公衆衛生学研究科 研究科長・教授 福田吉治

3. 契約期間

令和 4 年 4 月 1 日 から 令和 5 年 3 月 31 日 まで

4. 研究目的

東日本大震災被災地における食と栄養を通じた復興支援活動における、健康づくり・地域づくりへの影響を明らかにする。

5. 研究内容

食と栄養を通じた復興支援活動における健康づくり・地域づくりへの影響を明らかにするため、1) 東北被災地 3 県におけるフォローアップ調査、2) インタビュー調査データ詳細分析、3) レシピ分析 を行う。

6. 研究実施概要

公益財団法人味の素ファンデーションからの受託研究である「食と栄養改善のための介入活動の第三者評価」は 2021 年から実施されており、2022 年度はフォローアップ分析の位置づけとなる。2022 年度は、レシピ調査を中心とした調査研究を実施していた東北生活文化大学短期大学部の木下ゆり准教授（現教授）に、調査研究統括を担っていただくこととし、2022 年 6 月に帝京大学と東北生活文化大学短期大学部とで共同研究契約を締結した。

帝京大学からは、主に福田吉治教授が研究全体の取り纏めおよび分析に対する助言など

を行い、大学院公衆衛生学研究科の黒田藍研究員が、木下ゆり准教授と共に現地調査および分析に参画した。帝京大学メンバーが筆頭の研究成果についてのみ事項に示す。

2023 年度は、引き続きフォローアップ分析を行う予定であるが、食品衛生および栄養学的視点からの分析を深めるため、東北生活文化大学短期大学部が主研究機関となり、帝京大学は研究協力機関として関わっていく事が合意されている。

#### 7. 研究成果（帝京大学研究メンバーが筆頭のもののみ掲載）

- (1) 黒田藍，木下ゆり，斎藤由里子，山田幹夫，福田吉治．東日本大震災後のアウトリーチ型料理教室の第三者評価：ステークホルダーへの報告会の試み．第 30 回日本健康教育学会学術大会，2022 年 7 月，栃木県．

#### 8. 研究メンバー

##### 研究担当者

|            |         |          |         |
|------------|---------|----------|---------|
| 福田 吉治(代表者) | 帝京大学大学院 | 公衆衛生学研究科 | 研究科長・教授 |
| 西原 三佳      | 帝京大学大学院 | 公衆衛生学研究科 | 講師      |

##### 研究協力者

|       |         |          |         |
|-------|---------|----------|---------|
| 山本 秀樹 | 帝京大学大学院 | 公衆衛生学研究科 | 教授      |
| 高橋 謙造 | 帝京大学大学院 | 公衆衛生学研究科 | 教授      |
| 黒田 藍  | 帝京大学大学院 | 公衆衛生学研究科 | 研究員     |
| 喜多 桂子 | 帝京大学大学院 | 公衆衛生学研究科 | 博士課程在籍中 |

以上

#### 添付資料

- 1) 西原出張報告書 1 枚



【帝京大学】

## 出張報告書

2023 年 1 月 31 日

帝京大学  
学長 沖永佳史 殿

出張者（所属研究機関）帝京大学医学部  
（所属部局）大学院公衆衛生学研究科  
（職名・氏名） 講師・西原三佳

受託研究費（No.19606）による出張を下記のとおり行ったので、報告いたします。

## 記

1. 受託者名 公益財団法人 味の素ファンデーション
2. 研究課題名 「食と栄養改善のための介入活動の第三者評価調査」に関するフォローアップ分析
3. 出張日程 1月26日 自宅から東北新幹線古川駅経由にて移動  
高清水保健福祉センターにて食生活改善推進員研修会を視察

## 4. 出張の成果

研究受託者である味の素ファンデーションが、食と栄養改善のための介入活動のさらなる拡大を念頭に、東北地方被災3県を中心とした研修会を実施している。今回、栗原市からの要請による研修会が実施されるため、介入活動の実際と今後の研究可能性を探ることを目的に視察を行った。

研修会では衛生管理や作業手順などを説明しながら調理実習を行い試食も行われた。研修を終えた食生活改善推進員からは、自分たちが実施する調理実習への応用のヒントを得た、また衛生管理の重要性を再確認できたなど、肯定的な感想が聞かれており、食生活改善推進員の活動促進に寄与する活動であると考えられた。今後の研究では、東北被災地でのコミュニティ再構築や地域づくりといった視点を念頭にしているが、食生活改善推進員の活動や研修会実施とどう結びつけられるか引き続き検討していく。

## 東北生活文化大学短期大学部 報告書

分担研究班代表 木下ゆり

|                        |         |
|------------------------|---------|
| 東北被災地 3 県におけるフォローアップ調査 | p. 2    |
| インタビュー調査データ詳細分析        | p.13    |
| レシピ分析                  | p.19    |
| 参考資料                   | 資料ページ 1 |

## 2022 年度研究実施報告書

分担研究班代表 木下 ゆり  
(東北生活文化大学短期大学部)

### 1. 研究題目

「食と栄養改善のための介入活動の第三者評価調査」に関するフォローアップ分析

### 2. 研究目的

東日本大震災被災地における食と栄養を通じた復興支援活動における、健康づくり・地域づくりへの影響を明らかにする。

### 3. 研究内容

#### (1) 東北被災地 3 県におけるフォローアップ調査

- 1) 第三者評価報告会とアクションラーニングのまとめ (p.2-3)
- 2) パートナー団体の情報整理 (p.4-8)
- 3) 事例の整理とまとめ・事例集作成 (p.9-11)
- 4) 男の料理教室フォーカスグループインタビュー調査 (新規) (p.12)

#### (2) インタビュー調査データ詳細分析

- 1) パートナー団体インタビュー分析 (p.13-15)
- 2) TAF スタッフインタビュー分析 (p.16-18)

#### (3) レシピ分析

- 1) レシピ・料理・食品分析結果のまとめ (p.19)
- 2) ありがとうレシピ集評価アンケート調査 (新規) (p.20-21)

### 4. 研究期間

2022 年 4 月 1 日～2023 年 3 月 31 日

### 5. 分担研究班メンバーと主な役割

代表者 : 木下 ゆり (東北生活文化大学短期大学部 教授)  
研究協力者: 黒田 藍 (帝京大学大学院公衆衛生学研究科 研究員)  
久地井 寿哉 (社会福祉法人はばたき福祉事業団 専門家相談員)  
伊藤 常久 (東北生活文化大学家政学部 教授)  
鍋谷 照 (久留米大学人間健康学部 教授)  
伊東 尚美 (福島県立医科大学医学部 助手)  
益田 裕司 (東北生活文化大学短期大学部 准教授)  
佐藤 香菜子 (中京学院大学短期大学部 助教)  
石井 なつみ (医療法人かしの木内科クリニック 栄養士・看護師)

## 6. 結果

### (1) 東北被災地 3 県におけるフォローアップ調査

#### 1) 第三者評価報告会とアクションラーニングのまとめ

第三者評価の結果について報告後、アクションラーニングとして、参加者と意見交換を行った。全 11 回の詳細は、以下の通りである（表 1）。

表 1. 2022 年度 第三者評価報告会・アクションラーニングの概要

| No. | 日時                          | 場所                          | 対象者                        | 現地参加         | オンライン参加 |
|-----|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------|--------------|---------|
| 1   | 5 月 19 日（木）<br>10:00～12:00  | 福島県いわき市下神白団地<br>復興公営団地集会所   | 遠藤会長 他 20 名                | 木下           |         |
| 2   | 5 月 19 日（木）<br>14:30～16:30  | 福島県本宮市柵形団地<br>復興公営団地集会所     | 浪江町避難住民<br>若松会長 他 4 名      | 木下           |         |
| 3   | 5 月 20 日（金）<br>10:00～11:30  | 福島県白河市双樹会事務所                | 双葉町避難住民<br>舘林会長 他 10 名     | 木下           |         |
| 4   | 8 月 9 日（火）<br>10:00～12:00   | 福島県楡葉町役場                    | 食生活改善推進員 5 名               | 木下<br>久地井    | 佐藤      |
| 5   | 8 月 9 日（火）<br>13:30～15:30   | 福島県広野町保健センター                | 保健師・食生活改善推<br>進員 10 名      | 木下<br>久地井    | 佐藤      |
| 6   | 8 月 23 日（火）<br>14:00～16:00  | 岩手県滝沢市<br>NPO 法人いなほ         | スタッフ 2 名<br>沿岸部移住者 5 名     | 木下 伊藤<br>久地井 |         |
| 7   | 8 月 24 日（水）<br>10:00～12:00  | 岩手県盛岡市アイーナ岩手<br>県民情報交流センター  | いわて生協役員 15 名               | 木下 伊東<br>久地井 |         |
| 8   | 12 月 13 日（火）<br>14:00～16:00 | 福島県いわき市関船団地<br>復興公営団地集会所    | 浪江・双葉・大熊・富岡<br>からの避難住民 7 名 | 木下<br>久地井    |         |
| 9   | 12 月 14 日（水）<br>10:15～12:00 | 福島県双葉町役場                    | 管理栄養士・保健師等<br>3 名          | 木下<br>久地井    |         |
| 10  | 12 月 14 日（水）<br>14:30～16:30 | 福島県郡山市守山駅西口団<br>地復興公営団地集会所  | 浪江町避難住民柴会長<br>他 4 名        | 木下<br>久地井    |         |
| 11  | 12 月 17 日（土）<br>10:00～12:00 | 福島県栄養士会栄養研究発<br>表会（オンライン開催） | 福島県栄養士会会員<br>約 20 名        |              | 木下      |

アクションラーニングでは、参加者から、第三者評価報告を聞いた上での感想などを聞き取った。発言内容の一部は、今後の研究の参考となるため、以下の通り整理し、資料としてまとめた（資料 1）。

○TAF との料理教室の特徴や効果について

- a. 料理教室の運営方法・しかけ
- b. 衛生管理
- c. レシピ・メニュー
- d. コーヒータイム
- e. 交流機会・地域づくり

○参加者や団体の状況・思い

- g. 生活状況の変化
- h. 減塩・健康
- i. 各団体の状況
- j. 味の素・支援活動

2021 年度の報告会とアクションラーニングの取り組みについて、2022 年 7 月 24 日に「第 30 回日本健康教育学会学術大会」にて、口頭発表を行った。概要は以下の通りである。

#### 【演題名】

東日本大震災後のアウトリーチ型料理教室の第三者評価：ステークホルダーへの報告会の試み

#### 【目的】

帝京大学が実施したプロジェクトの評価、及びステークホルダー（パートナー団体、料理教室参加者、ドナー）を対象に TAF が開催した報告会の試みについて報告する。

#### 【活動内容】

##### a. プロジェクトの評価について

評価は TAF の委託を受け、2019 年～2021 年に帝京大学が実施した。評価のため、料理教室参加者（住民）、パートナー団体（自治体、食生活改善推進団体、社会福祉協議会、NPO、自治会等）、TAF スタッフを対象に質問紙調査とインタビュー調査を実施した。その結果、プロジェクトは破壊された地域コミュニティや人々の繋がりを復活するための「人々のこころと身体を元気にする」画期的な介入モデルであることが明らかとなった。

##### b. パートナー団体、及び料理教室参加者への報告会の開催

評価結果を基に 2021 年 10 月から計 7 回、TAF が主催する報告会がプロジェクトを実施した地域で開催された。2022 年 4 月現在、報告会は 4 回終了し、合計 45 名が参加した。報告会の主な内容は、調査担当者からの報告、報告会参加者全員でのディスカッションであり、「一緒にプロジェクトを総括し今後に活かす」というコンセプトで開催された。報告会は、報告会参加者が取組を客観的に振り返る機会となった。さらに、ディスカッションではプロジェクトが地域の孤立対策や役割の獲得につながった、関係機関の連携強化のきっかけになった等、変化を再認識することや新たな気づきを得ていた。また TAF 側も、後方支援のあり方や他の地域への具体的な展開方法について新たな気づきを得ていた。

##### c. ドナー（味の素グループの関係者）向け報告会の開催

プロジェクトの実施に協力を得たドナー向けの報告会を開催した。報告会は、2021 年 10 月から 2022 年 1 月にかけて計 4 回開催され、約 250 名が参加した。

#### 【活動評価】

プロジェクトの評価を TAF ではなく第三者が行ったことは、ステークホルダー、及び TAF が活動全体を俯瞰し、客観視する機会となった。さらに、評価結果を共有し、ディスカッションする場を設けたことは、双方を学び合いながらエンパワメントし、関係性を深化・進化させる機会となっていた。報告会終了後、中止した料理教室を再開する団体も出ている。これらのことから、プロジェクトの評価で得られた結果をステークホルダーにフィードバックすることは、ステークホルダーをエンパワメントし、新たな展開にもつながることが推測された。

#### 【今後の課題】

報告会の結果については、継続して分析し、効果的な実施方法等について検討を進める。また、プロジェクトの評価、及び報告会をきっかけに活動を再開した団体の活動再開のプロセスや活動の効果についても評価を行い、プロジェクトの効果的な実施や他の地域での展開につなげる。

## 2) パートナー団体の情報整理

プロジェクトの詳細と特徴を明らかにするために、パートナー情報の整理を行った。アジコムによる8年半の日報（活動記録）データを使い、主催者の欄に出現したパートナー団体の名称の統一作業と、種類の区分を行い、地域と年度別に集計した（表2～5、図1～4）。パートナー団体数は計235で、7種類（行政、社会福祉協議会（以下、社協）、自治会、生活協同組合（以下、生協）、民間団体、企業、学校・大学）に区分された。現在まとめている事例報告（学会発表、論文発表）の基礎資料として使用する。

表2. 3県のパートナー団体の出現回数（年度別・種類別）

| 年度   | 行政   | 社協   | 自治会 | 生協 | 民間団体 | 企業 | 学校・大学 | 総計   |
|------|------|------|-----|----|------|----|-------|------|
| 2012 | 120  | 58   | 8   |    | 69   |    | 8     | 263  |
| 2013 | 174  | 91   | 8   |    | 77   | 1  |       | 351  |
| 2014 | 161  | 164  | 10  |    | 134  |    | 5     | 474  |
| 2015 | 198  | 210  | 20  |    | 155  | 9  | 14    | 606  |
| 2016 | 163  | 232  | 62  | 4  | 147  | 3  | 11    | 623  |
| 2017 | 141  | 204  | 90  | 11 | 158  | 2  | 4     | 610  |
| 2018 | 79   | 154  | 88  | 11 | 147  | 1  | 1     | 481  |
| 2019 | 59   | 106  | 50  | 8  | 112  |    | 1     | 336  |
| 総計   | 1095 | 1219 | 336 | 34 | 999  | 16 | 44    | 3743 |

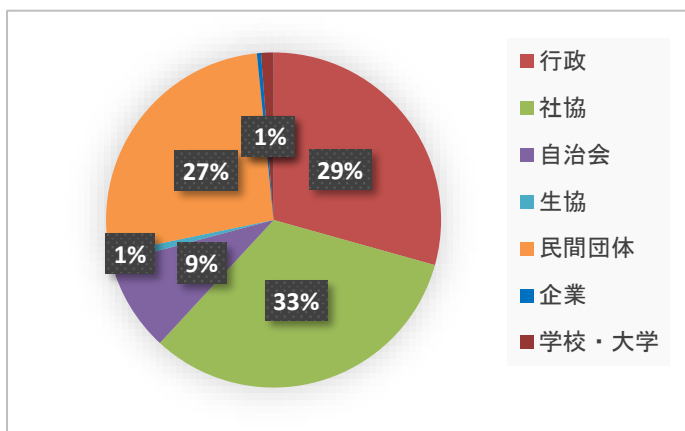


図1. パートナー出現数の割合 n=3743

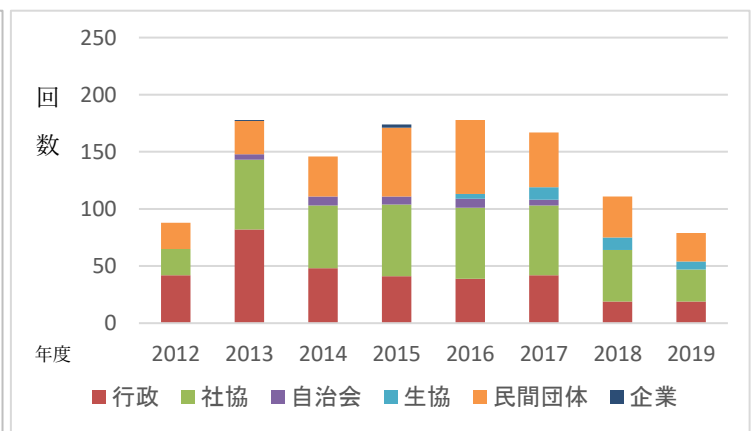


図2. 岩手県のパートナー出現回数 n=1121

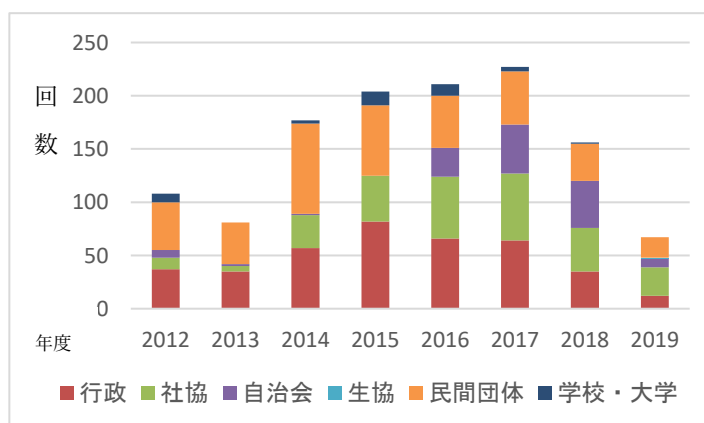


図3. 宮城県のパートナー出現回数 n=1231

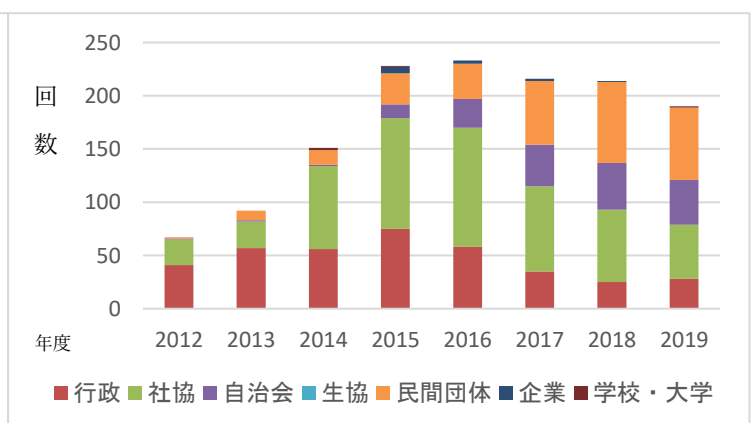


図4. 福島県のパートナー出現回数 n=1391

表 3. 岩手県のパートナー団体の出現回数（多い順）

| No. | 区分   | 県  | 名称                     | 出現回数 |
|-----|------|----|------------------------|------|
| 114 | 社協   | 岩手 | 山田町社会福祉協議会             | 134  |
| 16  | 行政   | 岩手 | 大槌町保健福祉課               | 127  |
| 161 | 民間団体 | 岩手 | 特定非営利活動法人陸前たがだ八起プロジェクト | 92   |
| 115 | 社協   | 岩手 | 大船渡市社会福祉協議会            | 90   |
| 17  | 行政   | 岩手 | 陸前高田市福祉部保健福祉課・食改       | 89   |
| 111 | 社協   | 岩手 | 遠野市社会福祉協議会             | 73   |
| 151 | 民間団体 | 岩手 | NPO法人カリタス釜石            | 65   |
| 113 | 社協   | 岩手 | 宮古市社会福祉協議会             | 60   |
| 160 | 民間団体 | 岩手 | 特定非営利活動法人まゐむたかた        | 59   |
| 14  | 行政   | 岩手 | 住田町保健福祉課               | 57   |
| 163 | 民間団体 | 岩手 | 被災地支援団体うましか            | 37   |
| 51  | 自治会  | 岩手 | 大槌町赤浜仮設自治会             | 33   |
| 148 | 生協   | 岩手 | いわて生協                  | 33   |
| 118 | 社協   | 岩手 | 野田村社会福祉協議会             | 29   |
| 12  | 行政   | 岩手 | 釜石市包括支援センター            | 24   |
| 153 | 民間団体 | 岩手 | 医療法人エールサポートセンター        | 19   |
| 150 | 民間団体 | 岩手 | NPO法人いなほ               | 18   |
| 8   | 行政   | 岩手 | 山田町健康福祉課               | 12   |
| 159 | 民間団体 | 岩手 | 特定非営利活動法人さんさんの会        | 11   |
| 162 | 民間団体 | 岩手 | 任意団体エンジョイライフ           | 11   |
| 10  | 行政   | 岩手 | 釜石市保健福祉部               | 9    |
| 13  | 行政   | 岩手 | 久慈市健康福祉部健康推進課          | 7    |
| 112 | 社協   | 岩手 | 久慈市社会福祉協議会             | 7    |
| 1   | 企業   | 岩手 | (株)ジャパंकリエイト           | 4    |
| 11  | 行政   | 岩手 | 釜石市保健福祉部子ども課           | 3    |
| 117 | 社協   | 岩手 | 滝沢市社会福祉協議会             | 2    |
| 119 | 社協   | 岩手 | 陸前高田市社会福祉協議会           | 2    |
| 152 | 民間団体 | 岩手 | いわてアートプロジェクト実行委員会      | 2    |
| 9   | 行政   | 岩手 | 遠野市健康福祉部               | 1    |
| 15  | 行政   | 岩手 | 大船渡市生活福祉部              | 1    |
| 18  | 行政   | 岩手 | 野田村住民福祉課               | 1    |
| 19  | 行政   | 岩手 | 久慈市長内市民センター            | 1    |
| 116 | 社協   | 岩手 | 大槌町社会福祉協議会             | 1    |
| 154 | 民間団体 | 岩手 | 遠野サポートセンター             | 1    |
| 155 | 民間団体 | 岩手 | 釜石大槌郷土料理研究会            | 1    |
| 156 | 民間団体 | 岩手 | 手をつなぐ会                 | 1    |
| 157 | 民間団体 | 岩手 | 生き生きクラブ                | 1    |
| 158 | 民間団体 | 岩手 | 大船渡市応急仮設住宅支援協議会        | 1    |
| 164 | 民間団体 | 岩手 | 絆サポートセンター              | 1    |
| 165 | 民間団体 | 岩手 | おむすびの会(久慈市)            | 1    |

表 4. 宮城県のパートナー団体の出現回数（3 回以上のみ掲載 多い順）

| No. | 区分    | 県  | 名称                           | 出現回数 |
|-----|-------|----|------------------------------|------|
| 126 | 社協    | 宮城 | 東松島市社会福祉協議会                  | 194  |
| 188 | 民間団体  | 宮城 | 一般社団法人石巻じちれん(石巻市仮設住宅自治連合推進会) | 109  |
| 31  | 行政    | 宮城 | 気仙沼市保健福祉部健康増進課・食改            | 93   |
| 28  | 行政    | 宮城 | 女川町保健センター・食改                 | 83   |
| 169 | 民間団体  | 宮城 | NPO法人生活習慣改善センター              | 79   |
| 172 | 民間団体  | 宮城 | おいしい輪                        | 78   |
| 29  | 行政    | 宮城 | 亘理町健康推進課・食改                  | 60   |
| 30  | 行政    | 宮城 | 南三陸町保健福祉課・食改                 | 60   |
| 27  | 行政    | 宮城 | 名取市保健センター                    | 45   |
| 177 | 民間団体  | 宮城 | 一般社団法人ボランティアステーション i n 気仙沼   | 37   |
| 121 | 社協    | 宮城 | 気仙沼市社会福祉協議会                  | 28   |
| 127 | 社協    | 宮城 | 七ヶ浜町社会福祉協議会                  | 28   |
| 187 | 民間団体  | 宮城 | NPO法人ラムズ(復興まちづくり推進カラムズ)      | 22   |
| 75  | 自治会   | 宮城 | 東松島市あおい地区会                   | 21   |
| 232 | 学校・大学 | 宮城 | 仙台白百合女子大学                    | 21   |
| 123 | 社協    | 宮城 | 仙台市社会福祉協議会                   | 19   |
| 174 | 民間団体  | 宮城 | どっとなとり                       | 18   |
| 78  | 自治会   | 宮城 | 東松島市新道町内会                    | 17   |
| 21  | 行政    | 宮城 | 山元町保健福祉課                     | 15   |
| 178 | 民間団体  | 宮城 | 一般社団法人気仙沼復興協会(KRA)           | 15   |
| 230 | 学校・大学 | 宮城 | しらはぎ料理学校                     | 13   |
| 32  | 行政    | 宮城 | 気仙沼市本吉総合支所保健福祉部              | 10   |
| 24  | 行政    | 宮城 | 東松島市健康推進課                    | 9    |
| 61  | 自治会   | 宮城 | 仙台市燕沢東市営住宅自治会                | 9    |
| 168 | 民間団体  | 宮城 | NPO法人故郷まちづくりナインタウン           | 9    |
| 65  | 自治会   | 宮城 | 仙台市田子西第2市営住宅自治会              | 8    |
| 57  | 自治会   | 宮城 | 仙台市若林西市営住宅自治会                | 7    |
| 64  | 自治会   | 宮城 | 仙台市神屋敷北自治会                   | 7    |
| 62  | 自治会   | 宮城 | 仙台市田子西3丁目自治会                 | 6    |
| 63  | 自治会   | 宮城 | 仙台市田子西市営住宅自治会                | 6    |
| 67  | 自治会   | 宮城 | 仙台市田子西中央自治会                  | 6    |
| 76  | 自治会   | 宮城 | 仙台市西福田下町内会                   | 6    |
| 54  | 自治会   | 宮城 | 女川町大原北区自治会                   | 5    |
| 66  | 自治会   | 宮城 | 仙台市荒井東市営住宅自治会                | 5    |
| 52  | 自治会   | 宮城 | おにぎり会                        | 4    |
| 55  | 自治会   | 宮城 | 石巻市清水町1丁目町内会                 | 4    |
| 56  | 自治会   | 宮城 | 仙台市宮城野市営住宅自治会                | 4    |
| 59  | 自治会   | 宮城 | 仙台市扇町一丁目仮設                   | 4    |
| 124 | 社協    | 宮城 | 多賀城市社会福祉協議会                  | 4    |
| 183 | 民間団体  | 宮城 | 東松島市まちづくり協議会                 | 4    |
| 233 | 学校・大学 | 宮城 | 東北生活文化大学                     | 4    |
| 20  | 行政    | 宮城 | 塩竈市健康福祉部                     | 3    |
| 22  | 行政    | 宮城 | 石巻市健康推進課                     | 3    |
| 25  | 行政    | 宮城 | 南三陸町産業振興課                    | 3    |
| 79  | 自治会   | 宮城 | 仙台市南蒲生町内会                    | 3    |
| 120 | 社協    | 宮城 | 岩沼市スマイルサポートセンター              | 3    |
| 170 | 民間団体  | 宮城 | NPO法人男の台所サロン                 | 3    |



表 5. 福島県のパートナー団体の出現回数 (5 回以上のみ掲載 多い順)

| No. | 区分   | 県  | 名称                     | 出現回数 |
|-----|------|----|------------------------|------|
| 143 | 社協   | 福島 | 富岡町社会福祉協議会             | 274  |
| 146 | 社協   | 福島 | 浪江町社会福祉協議会             | 190  |
| 46  | 行政   | 福島 | 広野町・食改                 | 94   |
| 34  | 行政   | 福島 | 葛尾村教育委員会               | 52   |
| 203 | 民間団体 | 福島 | みんぷくいわき                | 48   |
| 36  | 行政   | 福島 | 大熊町保健センター              | 44   |
| 44  | 行政   | 福島 | 南相馬市健康づくり課             | 41   |
| 45  | 行政   | 福島 | 新地町保健センター              | 40   |
| 98  | 自治会  | 福島 | 双葉町県南双樹会               | 34   |
| 193 | 民間団体 | 福島 | NPO法人つながっぺ南相馬          | 33   |
| 205 | 民間団体 | 福島 | みんぷく郡山                 | 32   |
| 192 | 民間団体 | 福島 | NPO法人しんぐるまざあずふおーらむ福島   | 31   |
| 106 | 自治会  | 福島 | 浪江町いわき絆自治会             | 30   |
| 206 | 民間団体 | 福島 | みんぷく南相馬                | 26   |
| 37  | 行政   | 福島 | 大熊町保健センターいわき連絡所        | 21   |
| 142 | 社協   | 福島 | 飯館村社会福祉協議会             | 18   |
| 204 | 民間団体 | 福島 | みんぷく会津若松               | 18   |
| 47  | 行政   | 福島 | 双葉町                    | 17   |
| 43  | 行政   | 福島 | 浪江町生活支援課               | 15   |
| 207 | 民間団体 | 福島 | みんぷく福島                 | 15   |
| 222 | 民間団体 | 福島 | 富岡町 3 1 1 を語る会         | 14   |
| 38  | 行政   | 福島 | 大熊町保健センター会津連絡所         | 11   |
| 42  | 行政   | 福島 | 浪江町あつまっぺ交流館            | 11   |
| 91  | 自治会  | 福島 | 久ノ浜公営住宅自治会             | 11   |
| 108 | 自治会  | 福島 | 浪江町二本松コスモス会            | 11   |
| 48  | 行政   | 福島 | 檜葉町・食改                 | 10   |
| 97  | 自治会  | 福島 | 伸生双葉会                  | 10   |
| 82  | 自治会  | 福島 | いわき市下神白団地自治会           | 9    |
| 84  | 自治会  | 福島 | いわき市豊間団地管理会            | 9    |
| 107 | 自治会  | 福島 | 浪江町郡山コスモス自治会           | 8    |
| 130 | 社協   | 福島 | 広野町社会福祉協議会             | 8    |
| 189 | 民間団体 | 福島 | (公社)福島県看護協会            | 8    |
| 40  | 行政   | 福島 | 飯館村役場健康福祉課             | 7    |
| 83  | 自治会  | 福島 | いわき市関船団地自治会            | 7    |
| 86  | 自治会  | 福島 | 会津若松市自治会               | 7    |
| 92  | 自治会  | 福島 | 久ノ浜東団地自治会              | 7    |
| 134 | 社協   | 福島 | 双葉町社会福祉協議会             | 7    |
| 144 | 社協   | 福島 | 福島市社会福祉協議会             | 7    |
| 147 | 社協   | 福島 | 三春町富岡町サポートセンター平沢       | 7    |
| 49  | 行政   | 福島 | 葛尾村住民生活課               | 6    |
| 7   | 企業   | 福島 | 相馬ガス                   | 5    |
| 131 | 社協   | 福島 | 三春町社会福祉協議会             | 5    |
| 136 | 社協   | 福島 | 大熊町社会福祉協議会             | 5    |
| 191 | 民間団体 | 福島 | HOHP副代表南相馬市立総合病院医師小鷹先生 | 5    |
| 196 | 民間団体 | 福島 | NPO法人飯坂サポーターズクラブ       | 5    |

\* 「みんぷく」は全て合計すると 139 回出現

パートナー団体の特徴と役割等について、2022年10月9日に「第81回日本公衆衛生学会学術集会」でポスター発表を行った。概要は以下の通りである。2023年度には、事例報告の形で、学会発表と論文発表を行う予定である。

### 【演題名】

東日本大震災後の8年半にわたる料理教室の活動体系と自主開催への移行事例の特徴

### 【目的】

本研究の目的は、多組織連携の活動体系を明らかにし、自主開催への移行事例の特徴を示すことである。

### 【方法】

TAFの活動記録(2012年4月～2020年3月)からパートナー団体の種別、役割等について集計・分析した。さらに、TAFとパートナー団体への聞き取りから、TAFによる直接的支援終了後(2020年4以降)に自主開催へ移行したパートナー団体の活動経緯、役割分担、具体的な取組方法について分析した。

### 【結果】

- a. 活動体系：料理教室を行う上で、1)連絡・調整・企画、2)場所の確保、3)参加者への声掛け、4)食材・調理器具の準備、5)レシピ考案、6)料理教室の講師が必要であった。パートナー団体の状況に応じて4)～6)は、TAFが実施した。また、TAFは各地域での展開や自主開催を考慮し、レシピ等のコンテンツの標準化や料理教室のパッケージ化を図った。
- b. パートナー団体の分類：料理教室の主催者・共催者の欄には団体名が延べ3,743回出現した。団体の実数は235、その内訳はNPO等の民間団体80、自治会60、行政(食生活改善推進員を含む)43、社会福祉協議会(社協)37、企業7、学校・大学6、生活協同組合2だった。時系列の変化としては、開始から2015年度までは、行政・社協などの公的機関が約7割であったが、直接的支援終了時には約5割に減少し、2割を自治会などの住民組織が占めた。
- c. 自主開催に移行した事例の特徴：プロジェクトを実施した51市町村のうち自主開催の意向を示したのは28市町の42団体(自治会20、社協7、民間団体6、行政・食改5、生協4)であり、自治会等の住民組織が最も多かった。TAFは安全衛生・料理教室運営研修やレシピのコンテンツの提供を担った。

### 【結論】

8年半の活動体系とパートナー団体の特徴を明らかにした。自主開催に移行した団体において自治会等の住民組織の割合が高いことから、地域の交流活動の一部として取り入れやすく、コミュニティの活性化に寄与するプロジェクトであることが推測された。

### 3) 事例の整理とまとめ・事例集作成

プロジェクトが活動した地域社会、組織、個人にどのような影響を及ぼしたかを明らかにするために、事例の抽出と情報の整理、まとめ作業を継続している。

下記の選択基準により、10 地域を選択した。2020 年に実施したパートナー団体へのインタビューのデータと既存資料を基に、プロジェクトを受け入れた理由、活動目的、地域・団体の背景、活動内容、料理教室の効果について整理した結果、13 の事例としてまとめることとなった。活動を可視化するため、一覧表の作成（表 6）、各パートナー団体の活動を 1 枚のポスターにまとめる作業を行っている（図 5）。

#### 【選択基準】

- ・ 2020 年にインタビュー調査を実施した団体
- ・ 活動実績が多い団体
- ・ 自主開催の意思表示をしている団体
- ・ 地域と団体の種類が偏らないように選出

#### 【選択した 10 地域（13 事例）】

- ・ 岩手県 陸前高田市・食改・NPO ※男の料理教室あり  
⇒ 食改の事例と NPO の事例に分ける
- ・ 岩手県 山田町・社協 ※男の料理教室あり
- ・ 岩手県 いわて生協
- ・ 宮城県 南三陸町・食改
- ・ 宮城県 亘理町・食改・おいしい輪
- ・ 宮城県 東松島市・社協・自治会 ※男の料理教室あり  
⇒ 社協の事例と新道町自治会の事例に分ける
- ・ 福島県 いわき市下神白団地（双葉町・大熊町・浪江町・富岡町移住者）自治会・NPO みんなく
- ・ 福島県 富岡町・社協
- ・ 福島県 双葉町・自治会双樹会（県中南への移住者が白河市に集まって活動している同友会）  
⇒ 町の事例と双樹会の事例に分ける
- ・ 福島県 広野町・食改 ※男の料理教室あり

パートナー団体の活動は、以下の 4 つのパターンに整理された。2020 年 3 月の時点では、自主開催の意思がなかった団体であっても、報告会・アクションラーニング後に、料理教室を再開している事例がみられた。

#### <継続（自主開催）>

- ①もともと料理教室の活動基盤があり、TAF が介入し、料理教室を継続
- ②もともと料理以外の活動基盤があり、TAF が介入し、料理教室の効果を実感し、料理教室を継続
- ③TAF の介入をきっかけに、コミュニティが形成され、活動の一つとして料理教室を継続

#### <非継続（自主開催意思表示なし）>

- ④TAF の介入をきっかけに、住民同士のつながりは生まれたが、料理教室を継続しない（できない）

表 6. 事例の概要

|    | 県名  | 団体名           | 運営主体         | 活動目的(開始当初)        |                 |                   |            | 活動の背景   |                           |                  |            |                       |                   | 活動回数                                                                               |
|----|-----|---------------|--------------|-------------------|-----------------|-------------------|------------|---------|---------------------------|------------------|------------|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
|    |     |               |              | 住民<br>同士の<br>つながり | 男性<br>の孤立<br>予防 | 新たな<br>コミュニ<br>ティ | 食生活<br>の改善 | 孤立<br>化 | 避難<br>先での<br>コミュニ<br>ティ再生 | 震災<br>後のスト<br>レス | 食生活<br>の課題 | 避難<br>先での<br>調理環<br>境 | 食改活動<br>の体制構<br>築 | *アジコム日報データより                                                                       |
| 1  | 岩手県 | 陸前高田八起プロジェクト  | NPO法人        |                   | ○               |                   |            | ○       |                           |                  |            |                       |                   | 2012年4月～2020年2月まで:89回                                                              |
| 2  | 岩手県 | 陸前高田市食生活改善推進員 | 食生活改善推進員     |                   |                 |                   | ○          |         |                           |                  | ○          |                       | ○                 | 2013年4月～2020年2月まで:98回<br>(健康推進課等の行政、食改含む)<br>*食改の表記のみ:48回(2014年以降)                 |
| 3  | 岩手県 | 山田町社会福祉協議会    | 社会福祉協議会      |                   | ○               |                   |            | ○       |                           |                  | ○          |                       |                   | 2012年4月～2020年2月まで:144回                                                             |
| 4  | 岩手県 | いわて生活協同組合     | 生活協同組合       | ○                 |                 |                   | ○          | ○       |                           |                  | ○          |                       |                   | 2016年9月～2019年12月まで:33回<br>*いわて生協データ<br>2011年6月～2019年7月まで<br>9年間で3631回開催、30615人が参加。 |
| 5  | 宮城県 | 南三陸町          | 自治体・食生活改善推進員 |                   |                 |                   | ○          |         |                           |                  | ○          |                       | ○                 | 2012年6月～2018年11月:83回                                                               |
| 6  | 宮城県 | 亘理町食生活改善協議会   | 食生活改善推進員     | ○                 |                 |                   | ○          |         |                           |                  | ○          | ○                     | ○                 | 2012年4月～2018年2月:62回                                                                |
| 7  | 宮城県 | 東松島市社会福祉協議会   | 社会福祉協議会      | ○                 | ○               | ○                 | ○          | ○       | ○                         | ○                | ○          | ○                     | ○                 | 2014年9月～2019年2月:194回                                                               |
| 8  | 宮城県 | 東松島市新道町内会     | 自治会          | ○                 | ○               |                   | ○          | ○       |                           |                  | ○          |                       |                   | 2017年6月～2020年4月:17回                                                                |
| 9  | 福島県 | 下神白岡地自治会      | 自治会          | ○                 |                 | ○                 |            |         | ○                         |                  |            |                       |                   | 2017年10月～2019年12月:9回                                                               |
| 10 | 福島県 | 富岡町社会福祉協議会    | 社会福祉協議会      | ○                 |                 |                   | ○          |         |                           | ○                |            | ○                     |                   | 2012年5月～2020年2月:285回                                                               |
| 11 | 福島県 | 双葉町           | 自治体          |                   |                 | ○                 |            | ○       |                           |                  |            |                       |                   | 2014年～2016年:10回                                                                    |
| 12 | 福島県 | 双葉町県南双樹会      | 自治会          | ○                 |                 |                   |            | ○       | ○                         |                  |            |                       |                   |                                                                                    |
| 13 | 福島県 | 広野町食生活改善推進員   | 食生活改善推進員     | ○                 | ○               |                   | ○          | ○       | ○                         |                  |            |                       |                   | 2013年8月～2020年2月:81回                                                                |

## 被災後の食生活の改善のための取組

岩手県

陸前高田市健康推進課  
食生活改善推進員(食改)

Point 住民の食生活改善のための取り組みが、食生活改善推進員の再組織化につながった事例

\*写真を掲載

| パートナー | 行政・食改 | 場所 | 仮設住宅→コミュニティセンター | 内容 | 被災者を対象とした料理教室 |
|-------|-------|----|-----------------|----|---------------|
|-------|-------|----|-----------------|----|---------------|

### 活動の背景

東日本大震災後、食もままならない中で、**まずは食べるための活動が必要**だった。  
活動を行うにあたり、ばらばらになった**食生活改善推進員の再結成**が必要だった。

### 活動目的

**被災後の食生活の改善**

### 役割分担

| パートナーの役割                       | TAFの役割                         |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 参加者への呼びかけ・送迎<br>チラシ作成<br>会場の確保 | レシピ・食材・機材の提供<br>教室の講師役<br>衛生管理 |

### 活動実績

2013年4月～2020年2月 合計:88回

### 活動経過

延参加者数:1368名

|         | 活動内容                  | 活動場所                                       |
|---------|-----------------------|--------------------------------------------|
| 2011年   | 食生活改善推進員の再組織化に向けた取組み  |                                            |
| 2012年   | 料理教室開始                | 仮設住宅集会所・公民館                                |
| 2014年～  | ↓<br>*徐々に被災者以外の住民へ声掛け | コミュニティセンター<br>*コミュニティセンターの開設に伴い、徐々に活動場所を移行 |
| 2019年2月 | 直接支援終了                | <b>*食生活改善推進員の活動は継続?</b>                    |

### 活動の効果

- ・料理教室を通して、料理をしながら住民同士の意思疎通が図られた。
- ・近隣住民同士の交流が食事を通して図られた。(被災者だけでなく、被災者以外の住民との交流にもつながった。)
- ・震災でばらばらになってしまった食生活改善推進員の再組織化のきっかけとなった。

図 5. 事例紹介ポスターの例 岩手県陸前高田市・食改(仮作成)

2023 年 7 月 22-23 日開催予定の「第 31 回日本健康教育学会学術大会」に、下記の演題を実践報告として申し込む予定である。また、13 事例のまとめを論文化し日本公衆衛生学会誌に投稿する予定である。

【演題名】東日本大震災後のアウトリーチ型料理教室が食生活改善推進員の活動にもたらした効果

【目的】

食生活改善推進員をパートナーとして実施した事例について活動内容とその効果を報告する。

【方法】

TAF の活動記録(2012 年 4 月～2020 年 3 月)より食生活改善推進員をパートナー団体とする活動を抽出した。抽出された 7 団体のうち、TAF とパートナー団体への聞き取りを実施した 4 団体について、パートナー団体の活動経緯、役割分担、及びその効果をまとめた。

【結果】

a. 団体について

対象となった 4 団体は、岩手県 1 団体・宮城県 2 団体・福島県 1 団体である。いずれも、震災前より行政（市町）のヘルス部門と連携を図りながら地域での食生活改善に関する活動を行っていた。

b. 活動の背景

4 団体が活動する自治体は、津波や原発事故の被害により住民が避難所・仮設住宅での避難を余儀なくされた。住民側の課題として、避難生活による住民の孤立化や仮設住宅の不十分な調理環境での食への意識の低下があった。いずれの 4 団体も、食生活の改善とコミュニティづくりを目的に活動展開を目指した。一方で、食改が活動を展開するための課題として、避難先で住民を集めて実施するための調理環境（調理室・調理器具等）が整わない、食改自体も被災者となりメンバーが集まらない、活動の展開方法が見えないといった課題があった。

c. 役割分担

料理教室の展開において、食改と TAF は役割分担を行った。食改の主な役割は、場所の確保・参加者の募集だった。TAF の主な役割は、調理器具の提供、衛生管理だった。食材の確保・レシピの提供・講師役について、4 団体中 2 団体は食改が担っていた。

d. 食改活動への効果

食改が活動展開するうえで課題となっていた調理環境や衛生管理やレシピの提供などを行うことで、震災後の活動再開を模索していた活動の再開や活動への意識の向上につながり、被災地での活動を推進する後押しとなっていた。また、TAF が提供する教室運営のノウハウの習得することで、食改自身が自主的に料理教室を展開するきっかけとなった。現在、4 団体いずれも食改が主体となった活動を継続している。

また、食改が活動を展開できたことで、料理教室参加者住民の孤立予防やつながりづくり、食生活の改善につながっていた。

【考察】

本プロジェクトの展開において、食改がパートナー団体となった背景の一つとして、被災後の食改活動の目的と TAF のプロジェクトの展開が合致していたことがあげられる。また、被災後、活動再開の環境が十分整わない中で、食改と協議を図りながら活動上の課題点を TAF が補完することで食改の活動再開を後押しし、その後の活動展開に寄与したことが推察された。食改活動は、食生活改善のための地区組織活動であり、活動を通じ人とのつながりを広めていく要素もある。今後、被災地以外での食改活動へ本プロジェクトが発展することでより効果的な活動展開につながることが期待される。

#### 4) 男の料理教室フォーカスグループインタビュー調査（新規）

第三者評価において、男性向けの料理教室の実績が、本プロジェクトの特長の一つであることが明らかになったことから、フォローアップ調査として、新たにフォーカスグループインタビュー調査を行った。本研究は、東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部の研究倫理委員会から 2022 年 10 月 13 日に承認（令和 4-第 14 号）を得て実施した。2023 年度に、学会発表と論文発表を行う予定である。

##### ①目的

「男の料理教室」の活動が、参加者の心身の状態や地域課題にどのような影響をもたらしているかを明らかにする。

##### ②調査対象者

赤いエプロンプロジェクトとして「男の料理教室」を定期的で開催し、現在も自主開催をしている団体の男性メンバーで、本研究に調査協力を得られた住民。共に活動をしていた TAF 現地スタッフ。

グループ 1： 8 名 宮城県東松島市新道町住民 5 名 福祉施設職員 1 名 社協職員 1 名 山田幹夫氏

グループ 2： 3 名 岩手県陸前高田市住民 2 名（4 名を予定していたが 2 名欠席） 山田幹夫氏

##### ③調査日・役割分担

グループ 1： 2022 年 11 月 23 日（火）

9:45 会場入り 挨拶

10:30～12:00 男の料理教室見学

12:30～14:15 フォーカスグループインタビュー（司会:伊藤・木下 記録:石井）

14:15～15:00 新道町自治会長およびスタッフとの情報交換、追加聴き取り

グループ 2： 2023 年 11 月 27 日（日）

10:00 会場入り 挨拶

10:45～12:15 フォーカスグループインタビュー（司会:伊藤・三浦氏 記録:木下）

13:00～14:00 男の料理教室の参加メンバーと情報交換、追加聴き取り

##### ④調査方法

- ・グループインタビュー形式で、インタビューガイドに従って進行した。
- ・インタビューの前に、研究説明と同意書の取得をし、対象者には事前記入シートの記入を依頼した。
- ・インタビュー内容は、IC レコーダーで録音しテキスト化した。

##### ⑤インタビューの質問内容

- ・震災後の個人・地域の課題
- ・男の料理教室に参加しようと思った理由
- ・料理教室の効果
- ・活動継続と自主活動への移行
- ・今後の展望
- ・全体の振り返り 等

## (2) インタビュー調査データ詳細分析

### <経緯>

プロジェクトの第三者評価のため、2020年にパートナー団体の代表者とTAFスタッフに対して、インタビュー調査を行った。帝京大学の倫理委員会から、団体への調査であるという理由により、倫理審査の必要がない対象外とされた。そのため、研究担当者は研究倫理指針を遵守しながら、調査概要を説明した上で対象者から承諾書を取得した。収集したインタビューデータはテキスト化され、2022年3月発行の第三者評価報告書に活用された。

インタビューで得られた内容は、プロジェクト評価の重要な鍵であり、TAFからさらに詳細な分析と論文発表を希望されたため、東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部の研究倫理委員会にデータの二次利用の申請を行った。2022年10月13日に承認（令和4-第14号）を得て、事例集作成と、インタビュー分析に利用している。

### 1) パートナー団体インタビュー分析

#### 【インタビューデータ二次利用の候補】（表7）

インタビュー回答者のうち、現在連絡が可能なパートナー25団体と2個人を選び候補とした。

- ・岩手県 団体6 社協：宮古市社会福祉協議会 山田町社会福祉協議会 大船渡市社会福祉協議会  
行政：陸前高田市・食改  
民間：陸前高田市八起プロジェクト  
生協：いわて生協  
個人1 （元社協職員）
- ・宮城県 団体7 社協：東松島市社会福祉協議会 仙台市太白区社会福祉協議会  
行政：南三陸町・食改 亘理町・食改（おいしい輪）  
自治会：東松島市新道町自治会 仙台市田子西団地自治会  
民間：登米市ナインタウン
- ・福島県 団体12 社協：富岡町社会福祉協議会 本宮市社会福祉協議会 三春町社会福祉協議会  
行政：双葉町 広野町・食改  
自治会：双樹会 下神白団地 会津白虎団地 守山駅西団地 本宮市柵形団地  
民間：みんぷく しんぐるまぎーすふぉーらむ  
個人1 （元みんぷく職員）

#### 【二次利用の手続き】

- ・追加分析の対象となるインタビュー回答者に対して、インタビューテキストデータを示す。
- ・追加分析の研究趣旨、論文発表・学会発表することを説明した上で、二次利用の承諾を得る。

#### 【分析方法】

- ・半構造化インタビューのインタビューガイドに基づきテーマ分析を行う。現在、論文執筆中。
- ・質的データ分析・混合法のソフトウェア MAXQDA を使用する。

表 7. 2020 年に実施したインタビューデータの二次利用状況（候補）

| 県  | 市町村名  | パートナー団体             | 種類  | インタビュー担当者 | 事例に利用 | 論文に利用       |
|----|-------|---------------------|-----|-----------|-------|-------------|
| 岩手 | 宮古市   | 社会福祉協議会             | 社協  | 木下        |       |             |
|    | 滝沢市   | いわて生協               | 生協  | 木下        | ○     | 単独英語ケースリポート |
|    | 山田町   | 元社協職員（赤エプ始まりキーパーソン） | 社協  | 黒田        | ○     |             |
|    | 山田町   | 社会福祉協議会             | 社協  | 崎坂        | ○     |             |
|    | 大船渡市  | 社会福祉協議会             | 社協  | 竹田 木下     |       |             |
|    | 陸前高田市 | NPO八起プロジェクト         | 民間  | 崎坂        | ○     |             |
|    | 陸前高田市 | 食改                  | 行政  | 崎坂        | ○     | 食改と赤エプ英語論文  |
| 宮城 | 南三陸町  | 役場・食改               | 行政  | 木下        | ○     | 食改と赤エプ英語論文  |
|    | 東松島市  | 社会福祉協議会元所長          | 社協  | 木下        | ○     |             |
|    | 東松島市  | 新道町自治会              | 自治会 | 木下        | ○     |             |
|    | 亘理町   | 元役場栄養士（食改・おいしい輪）    | 行政  | 木下        | ○     | 食改と赤エプ英語論文  |
|    | 仙台市   | 田子西団地会長             | 自治会 | 木下        |       |             |
|    | 登米市   | NPOナインタウン           | 民間  | 木下        |       |             |
|    | 仙台市   | 太白区社会福祉協議会          | 社協  | 木下        |       |             |
| 福島 | 郡山市   | 双葉町役場@郡山            | 行政  | 木下 石井     | ○     |             |
|    | 白河市   | 県南双樹会（双葉町から移住）      | 自治会 | 石井 木下     | ○     | テーマ分析論文①    |
|    | 富岡町   | 社会福祉協議会             | 社協  | 伊東        | ○     |             |
|    | 広野町   | 食改                  | 行政  | 伊東        | ○     | 食改と赤エプ英語論文  |
|    | いわき市  | みんぷく本部（理事）          | 民間  | 伊東 佐藤 木下  |       |             |
|    | いわき市  | 下神白団地（双葉大熊浪江富岡から移住） | 自治会 | 佐藤 伊東 木下  | ○     | テーマ分析論文①    |
|    | 郡山市   | みんぷく郡山元職員（会津担当）     | 民間  | 木下        |       |             |
|    | 会津若松市 | 白虎団地（大熊町から移住）       | 自治会 | 黒田 木下 石井  |       | テーマ分析論文①    |
|    | 郡山市   | しんぐるまざーふぉーらむ        | 民間  | 伊東        |       |             |
|    | 郡山市   | 郡山守山駅西団地（浪江町から移住）   | 自治会 | 木下 佐藤     |       | テーマ分析論文①    |
|    | 本宮市   | 本宮市社協（浪江町等移住者支援）    | 社協  | 木下 佐藤     |       |             |
|    | 本宮市   | 榊形団地（浪江町他から移住）      | 自治会 | 木下 佐藤     |       | テーマ分析論文①    |
|    | 三春町   | 三春町社協（富岡町移住者支援）     | 社協  | 木下 石井     |       |             |

#### 【活用実績】

- ・ 14 のデータを利用し、13 の事例としてまとめた（表 7 ○印）。
- ・ 食改 4 事例については、学会発表に加えて、英語での論文発表を予定している（表 7 ピンク色）。
- ・ 福島県は他の 2 県と被災・復興の状況が異なっており、帰還困難区域で長期的に避難や移住をしている住民の視点から本プロジェクトを見る必要がある。そのため、福島県の復興公営住宅団地の自治会長 5 名のインタビューデータを使ったテーマ分析を行った（テーマ分析論文①）。学会発表に加えて論文発表を予定している（表 7 黄色）。次ページに、概要を掲載している。
- ・ いわき生協の事例について、英語での論文発表を予定している（表 7 水色）。

#### 【今後分析する可能性があるデータ（仮）】

- ・ 社協・NPO など支援者側の視点と TAF スタッフの視点を一緒に分析  
社協：宮古市 山田町 大船渡市 東松島市 仙台市太白区 富岡町 本宮市 三春町  
NPO：みんぷく ナインタウン しんぐるまざーふぉーらむ
- ・ 男の料理教室の実績がある団体の視点からの分析（男性がどうリカバリーしたか事例報告）  
山田町 八起プロジェクト 東松島新道町 広野町



2023 年 7 月 22-23 日開催予定の「第 31 回日本健康教育学会学術大会」に、下記の演題を申し込み予定である。また、論文化し、日本健康教育学会誌に投稿する予定である。

#### 【演題名】

“赤いエプロンプロジェクト”は、東北に何をもたらしたか？：福島、当事者視点からの評価（仮）

#### 【背景】

地震・津波に加えて、東京電力福島第一原子力発電所事故（以下、原発事故）による複合災害の起きた福島県の被災者にとって、赤いエプロンプロジェクトによる参加型料理教室の体験は、被災者の生活の質を高めることに役立つことが示唆されている。

#### 【研究目的】

本プロジェクトの福島県の被災者の参加・活動経験とその意味を明らかにする。

#### 【方法】

福島県内に、原発事故による避難住民を対象とした復興公営住宅団地の自治会長 5 名に、半構造化面接を実施し、帰納的・記述的方法を用いた。分析枠組みとして、ICF（国際生活機能分類）の理論を参考に、（１）参加機会・制約（２）活動機会・制約によって構成された枠組みによって分析を行った。

#### 【結果】

活動の特徴として、４つのカテゴリー、すなわち、「みんなで食べる、楽しい、おいしい、安心できる」という生活感覚の再発見」「参加者が声掛けに応じて集まってくる（社会的凝集性）」「保健師・社協・みんぷく等、キーパーソンの存在」「震災の被災者に寄り添ったレシピの価値」が抽出された。

#### 【考察】

参加促進要因としては、本プロジェクトが、（１）被地域活動の参加機会の創出につながっていること、（２）震災によって孤立していた被災者のつながりが回復したこと、すなわち社会的凝集性を促していることが示唆された。また、活動促進要因としては、本プロジェクトが、食にかかわる３つの心理的安全性が確保されたこと、すなわち、（１）孤立化予防や心理的安全の確保、（２）衛生面での配慮、（３）被災者相互かつ支援者の“よりそい”や“温かさ”を感じることで顔の見える・場づくりが行われたこと、が示唆された。

## 2) TAF スタッフインタビュー分析

2022 年 3 月の第三者評価の報告書には、TAF スタッフ 4 名（A、B、C、D）と、栄養士 E のインタビューデータの分析結果が掲載されているが、さらに詳細な分析を行っている（表 8-10）。TAF のホームページ上で公開可能な資料作成を目指している。味の素グループおよび TAF の被災地支援に対する思い、考え方、活動の進め方を、第三者が可視化することにより、研究班メンバーだけでなく国内外の関係者が、論文等で引用できるようにする。

### 【分析の視点】

- ① みんなが知りたいこと
  - ・なぜ 8 年間も続けることができたのか？
  - ・なぜ人が替わっても続けることができたのか？
    - ⇒ 災害プログラムを機能させるための仕掛人の役割が明らかになる
- ② 最初と最終盤での変化
  - ・目の前の取り組み
  - ・重要視したポイント
    - ⇒ 年表形式で表現
- ③ 役割の違い
  - ・「現場を開拓」「組織維持」 ⇒ 担当者の観点、意識、役割が異なる
  - ・「状況」「時間的経過」 ⇒ 時期により果たすべき役割が異なる
    - ⇒ 年表に加筆する
- ④ スタッフ共通要素
  - ・圧倒的なスタッフの熱量
  - ・最終的にコミュニティの問題を扱っている
    - ⇒ 「寄り添う（寄り添い）」というキーワードは全体を通して何度も登場（抽出予定）
- ⑤ 現場の担当者それぞれの思い
  - ・A 被災者は「ありがとうと言われたい」それが一番の encourage
  - ・B コミュニティの再生
  - ・C スタッフのモチベーションの維持
- ⑥ TAF 側の要素
  - ・組織（組織全体の動き、事業の位置づけ、公益財団法人化）
  - ・人（資質、数、スタッフ間の相性、パートナー団体との相性、栄養士配置、社員ボランティア）の変遷
  - ・場所（拠点、数、配置）の変遷
- ⑦ 「味の素グループウェイ」とは？他の支援組織と何が違うのか？（Web 会議の会話メモより）
  - ・人を大切にする（企業理念を資料で確認）
  - ・メーカーであるという泥臭い風土、一体感出さないとモノをつくれない
  - ・愚直な PDCA、HR（目標管理制度）100%、プロセスを回し続ける

表 8. 評価報告書に示された「介入モデル」の特長と関連した項目（構成）と引用元（仮）

| 報告書に示した「介入モデル」の特長   | 項目                               | 表し方 | 引用元       |
|---------------------|----------------------------------|-----|-----------|
| 多様な地元機関との連携         | 1 支援者として現地への入り方（パートナーへのアプローチ）    | 表図  | A         |
|                     | 2 プロジェクト目標である「コミュニティ再生」のイメージ（変化） | Q&A | A～D       |
|                     | 3 プロジェクトの方針・方向性（変化）              | Q&A | A～D       |
|                     | 4 活動で重視してきたポイント                  | Q&A | A～D       |
| アウトリーチ型             | 5 特徴①活動体制（現地駐在型）                 | 表図  |           |
| 持続性                 | ②運営方法（衛生、回数、地域・パートナー・住民のニーズに対応）  | 表図  |           |
| 食を手段としたコミュニケーションの促進 | ③交流の場づくり（背景理解、参加者のへの配慮、役割分担）     | Q&A | A～D       |
| 受益者目線コンテンツ          | ④受益者目線（栄養を全面に出さない、地域・住民要望レシピ）    | Q&A | A～D       |
|                     | 6 組織体制                           | 表図  | 味の素・TAF情報 |
|                     | 7 影響（良い面、悪い面）                    | Q&A | A～D       |
|                     | 8 阻害要因、自走化・横展開の課題、改善点            | 表図  |           |

表 9. インタビュー分析結果 現地に担当者を滞在させたことのメリット・デメリット

| カテゴリー | 発言内容                                                 | 発言者 | 発言内容（補足）                     |
|-------|------------------------------------------------------|-----|------------------------------|
| メリット  | 効率性 移動効率の良さによる回数確保。                                  | A   |                              |
|       | 効率性 パートナー発掘のスピード向上。                                  | A   |                              |
|       | 駐在スタッフ 自分にとっては、戻ってきた形なので、体が楽だった。東京から通うよりは負担が少ない。     | B   |                              |
|       | 地元情報 現地における情報収集力の向上。テレビのローカル放送などから得られるものは大きい。        | B   |                              |
|       | 地元情報 そこにいと情報が入ってくる。耳から、目や、肌から、地元放送から。                | C   |                              |
|       | 地元からの信頼 住んでいる人は信頼される。<br>※やってきて騙す詐欺が多発していた。例）岩手県山田町  | C   | これを判断した味の素は大したものだと思う。五感、特に肌。 |
| デメリット | 駐在スタッフ 特になし。あえて言うなら、2 名一緒の場所に住む心身ともの居住性と人選の幅が狭くなること。 | A   |                              |
|       | 駐在スタッフ 赴任者のWLB的な負担の大きさ。                              | B   |                              |
|       | 駐在スタッフ 楽しめる人と葛藤がある人が居た。                              | C   | これによる、ブランド価値への効果を考えたら安いものでは？ |
|       | マネジメント 各拠点で二人職場になってしまうことで遠隔マネジメントの難易度が上がること。         | B   |                              |
|       | コスト 駐在コスト                                            | A   |                              |

表 10. 「業務改善の視点と原則」を使って赤いエプロンプロジェクトを分析するとしたら（仮）

|   | 業務改善の原則 | 例                                                                                                                 | 赤エプの場合は？ |
|---|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| 1 | 廃止の原則   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・業務自体をやめられないか</li> <li>・目的ははっきりしているか</li> </ul>                            |          |
| 2 | 削減の原則   | <ul style="list-style-type: none"> <li>・枚数を減らせないか、頻度を少なくできないか</li> <li>・もっと粗くできないか（目的に照らして、今の業務品質は必要か）</li> </ul> |          |
| 3 | 容易化の原則  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・資料はすぐ出るようになっているか</li> <li>・大事な事柄がすぐ目につくようになっているか</li> </ul>               |          |
| 4 | 標準化の原則  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・もっと標準化・ルール化できないか</li> <li>・例外処理のルールは決まっているか</li> </ul>                    |          |
| 5 | 計画化の原則  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・もっと計画的に仕事ができないか</li> <li>・期日を守れているか</li> </ul>                            |          |
| 6 | 分業分担の原則 | <ul style="list-style-type: none"> <li>・仕事の負荷はバランス化しているか</li> <li>・パート化、外注化できないか</li> </ul>                       |          |
| 7 | 同期化の原則  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・もっと平準化できないか（ならせないか）</li> <li>・もっとまとめて処理できないか</li> </ul>                   |          |
| 8 | 機械化の原則  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・手書きを少なくできないか</li> <li>・自動化できないか</li> </ul>                                |          |

|           |     |                                                                |
|-----------|-----|----------------------------------------------------------------|
| Eliminate | 排除  | 何のためにその業務を行っているかを改めて見直し、その業務をなくせないか検討                          |
| Combine   | 結合  | どこか1カ所に集中した方がよいか、選任者を設けてまとめて行った方が効率的か、業務を一緒にすることにより時間短縮できないか検討 |
| Rearrange | 入替  | 仕事・作業の各要素の順序を入れ替えることによって、効率的にならないか検討                           |
| Simplify  | 簡素化 | 同じ目的を達成するためにもっと省略して行えないか検討                                     |

### (3) レシピ分析

#### 1) レシピ・料理・食品分析結果のまとめ

##### ①第8回アジア栄養士会議

- ・開催期間 2022年8月19日～8月21日
- ・開催地 神奈川県横浜市 パシフィコ横浜
- ・ポスター発表を行った。演題名は“Characteristics of Low-Sodium Diets Found in Cooking Classes following the Great East Japan Earthquake”である。
- ・8月20日13:00～14:00には、オンライン・対面併用で質疑応答を行った。来場者20名にポスター内容を説明し、質疑応答、情報交換を行った。
- ・三浦氏、齋藤氏と共に「ありがとうレシピ集」200冊（英語100、日本語100）を配布した。

##### ②第69回 日本栄養改善学会学術総会

- ・開催期間 2022年9月16日～18日
- ・開催地 岡山県倉敷市 オンライン
- ・ポスター発表を行った。演題名は「被災地で始めた『いっしょに作っていっしょに食べる』料理教室の変遷と特徴」である。
- ・9月18日11:20～11:50には、オンライン上で、座長が発表内容を要約して説明した後、質疑応答と情報交換を行った。

##### ③第22回国際栄養学会議

- ・開催期間 2022年12月6日～11日
- ・開催地 東京都 東京国際フォーラム
- ・ポスター発表を行った。演題名は“Characteristics of Cooking Class Recipes following the Great East Japan Earthquake: Analysis of Dishes, Foods, and Nutrition”である。
- ・12月9日10:00～15:00には、対面で12名（チリ、スリランカ、ドイツ、トルコ、アメリカ、パキスタン、京大農学部、大阪公立大学農学部）にポスター内容について説明し、質疑応答、情報交換を行った。
- ・三浦氏、齋藤氏と共に「ありがとうレシピ集」930冊（英語430、日本語500）を配布した。

##### ④ 論文発表の準備

日本栄養士会雑誌に論文投稿（実践報告）を予定している。

## 2) ありがとうレシピ集評価アンケート調査（新規）

### <経緯>

第三者評価のインタビュー調査や住民との会話から、料理教室の「レシピが良い」というコメントが多く聞かれ、プロジェクトの重要な要素であると思われたが、定量評価はまだ行っていなかった。そこで、料理教室のレシピをまとめた「ありがとうレシピ集」の評価を行った。本研究は、東北生活文化大学・東北生活文化大学短期大学部の研究倫理委員会から 2022 年 10 月 13 日に承認（令和 4-第 14 号）を得て実施した。

### ①目的

「ありがとうレシピ集」の評価を目的に、アンケート調査を行う。

### ②調査対象者

【調査 A】料理教室参加経験者（被災した一般住民） 当初目標 30 名 18 名に依頼・回答有

【調査 B】行政、食生活改善推進員、NPO、子ども食堂 当初目標 60 名 213 名に依頼・114 名回答  
（「ありがとうレシピ集」に関心を示し二次利用している人）

### ③調査時期

【調査 A】2022 年 11 月 23 日～（継続中）

【調査 B】2022 年 11 月下旬～2022 年 12 月 26 日（約 1 ヶ月間）

### ④調査方法

・ A B ともに無記名式の調査

#### 【調査 A】

- ・ 岩手県、宮城県、福島県のパートナー団体訪問時に、料理教室参加経験のある人に協力を呼び掛けた。
- ・ 高齢者の場合は調査員が聞き取った。自身で回答可能な場合は、自記式とした。

#### 【調査 B】

- ・ TAF が「ありがとうレシピ集」を渡した関係者およびパートナー団体の担当で、メールアドレスがわかる人に、TAF 山田氏、齋藤氏から調査協力を依頼した（調査依頼者は分担研究者木下ゆり）。
- ・ Google foam による Web 調査とし、個人を特定できる情報（メールアドレス、氏名、所属機関）は収集しない。
- ・ 回答データの送信先・管理は、分担研究者木下ゆりの大学のアカウントのドライブで行った。

### ⑤調査内容

- ・ 料理教室の参加状況と評価
- ・ 「ありがとうレシピ集」の活用状況と評価（良い点、改善点）
- ・ 基本属性
- ・ 調理経験 等

## ⑥結果

- ・213 名に Web アンケート調査依頼した結果、有効分析対象は 114 名、回収率は 53.5%だった。
- ・回答者の属性（複数回答可）

|          |       |
|----------|-------|
| 行政（食改含む） | 48.5% |
| 民間団体等    | 19.3% |
| 社会福祉協議会  | 12.3% |
| 学校・大学    | 10.5% |
- ・回答者の職種・立場（複数回答可）

|           |       |
|-----------|-------|
| 管理栄養士・栄養士 | 49.1% |
| 団体役員      | 11.4% |
| 教員        | 5.3%  |
- ・満足度（「とても満足」「満足」と回答した割合の合計）

|           |       |
|-----------|-------|
| 料理教室      | 100%  |
| ありがとうレシピ集 | 95.1% |
- ・NPS（ネットプロモータースコア）

|      |      |   |      |   |      |         |
|------|------|---|------|---|------|---------|
| 料理教室 | 44.7 | — | 6.4  | = | 38.3 | ( > 0 ) |
| レシピ集 | 52.7 | — | 10.6 | = | 42.1 | ( > 0 ) |
- ・レシピ集評価 自由記述より抜粋
  - 手早くできる
  - 元気で明るい気分になる
  - 表紙が良い
  - 料理教室の進め方なども分かりやすくまとめてあり、参考になる
  - レシピが写真もあり栄養がのっているのでイメージが付きやすい
  - 資料として参考になります
  - 身体にも良く、簡単に男性でも作る事ができるレシピがあるし、何を買えば良いか悩まない
  - 手軽にできるレシピが多いので、災害時はもちろん、一人暮らしや高齢者、時間がない人の普段の生活でも役立てられる。
  - 手に取った方皆さんが、普段使いにも、防災時のマニュアル的な使い方もできることに驚き、自分用にも欲しいと言ってくれます。多くの方々の手に渡り、普段の生活だけでなく、いざという時に動く手助けになれると良いなと思っています。とても参考になり、他職員も欲しいと話題になった。

アクションリサーチであることから、本研究の成果発表は、TAF スタッフが担当し、研究班メンバーは分析と抄録作成の支援を行っている。2023 年 7 月 22-23 日開催予定の「第 31 回日本健康教育学会学術大会」で、齋藤氏がプロジェクトの誕生からレシピ集制作までの流れを報告し（第 1 報）、三浦氏がレシピ集の構成と評価を報告する（第 2 報）。また、9 月 14 日～17 日に中国で開催予定の「第 14 回アジア栄養学会議」も、三浦氏が主演者として発表する。2023 年度以降、論文発表を行う予定である。

## 7. まとめ

2022年度は、第三者評価報告会・アクションラーニングの開催が、フォローアップ調査を兼ねており、非常に有益な情報交換や地域とのつながりができ、パートナー団体のデータまとめや事例集の作成に活かすことができた。また、アクションラーニングでの盛り上がりを経て、新たに2つの調査を自然な形で計画・実施することができ、赤いエプロンプロジェクトをこれまでとは違った切り口で深掘りすることが可能となった。

一方で、インタビューデータの二次利用による分析を開始できるようになり論文化は進めたものの、時間的な制約もあり、年度内に投稿することはできず、2023年度に持ち越すこととなった。

2023年度は、これまでまとめてきた研究の成果を、国内・国際雑誌で論文発表することに力を入れて取り組む予定である。

## 【参考】

資料1 第三者評価報告会・アクションラーニングの記録

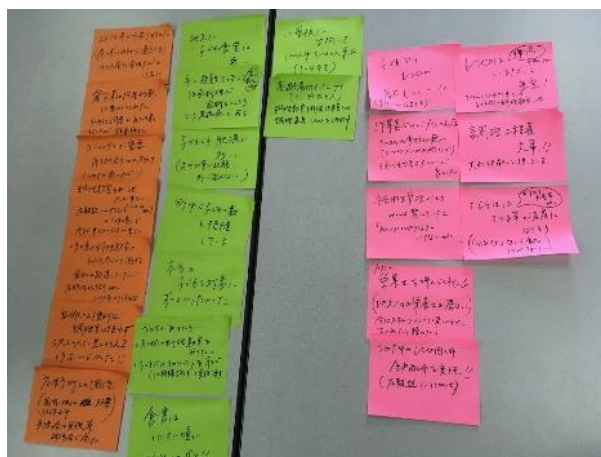
資料2 まとめ方、論文の方向性 研究班（+TAF）会議記録より

資料3 研究成果発表 実績・予定  
(発表スライド・ポスターのデータを後ろに添付)



【第三者評価報告会・アクションラーニングの記録】

8月9日（火）福島県檜葉町



8月9日（火）福島県広野町



8月23日（火）岩手県滝沢市 NPO いなほ



8月24日（水）岩手県盛岡市 いわて生協



a. 料理教室の運営方法・しかけ

- ・男性スタッフが愉快で、参加者が皆笑っていた。
- ・調理の段階で参加者をしっかり巻き込み、調理指導をする人も一緒に食べていたのが印象的だった。生協のイベントでは、裏方に回ってしまう人が出来てしまいがち。
- ・傍観者を作らない、みんなで一緒に作る、というのがコンセプト。
- ・包丁を持ってくるなど、参加者が自分に出来ることを担って参加できた。
- ・後片付けなど全部やってもらえることに惹かれた。
- ・被災者だが支援者であるが故に言えなかった想いを社員ボランティアに話せた。
- ・最初は細かい指示に違和感（反発）があったが、子ども食堂をやってみて、その様な細かい指示が大事だったことがよく解った（主婦にありがちなトラブル防止として）。

b. 衛生管理

- ・安全衛生管理は、コロナ禍でも役に立っている。
- ・衛生管理についての学びは大きかった。
- ・安全衛生管理の仕方にみんな驚いていた。

c. レシピ・メニュー

- ・食材に高級食材が無い、身近なもので作ることが出来る、調味料の使い方にも発見があった。
- ・（檜葉町）作業員向けがメインのお店、たくさんの食材は無い（カップラーメンやお酒など）、それでも出来るメニューが良かった。
- ・うま味調味料〇振り… 毎月の広報誌にも載せている！！
- ・レシピは作りやすい、いまだに重宝！ファイルに入れて使っている、子ども向け料理教室にも。
- ・調理工程表大事！！大きく印刷して使っている。
- ・ツナ缶は防災の観点でも、ローリングストック品として大事、使える。
- ・目分量の方がウまい。
- ・コロナ中のレシピ配布 全戸配布を実施！！（広報誌に挟んで）
- ・檜葉はカリカリ大学芋とかさつま芋が名産になりそう（「らぽっぽ」白ハト食品 フクシマファーム）
- ・子ども向けレシピが欲しいー！！（学年ごとの区別も）
- ・新しいレシピが欲しい。

d. コーヒータイム

- ・コーヒーも、おしゃれなカップを選ぶ、などの仕掛けがあって、喫茶店の様な雰囲気になった。ちょっとしたことなのだが、そういう仕掛けが大事。
- ・お茶タイム選べるのが良かった。
- ・自分達がしゃべるのではなくて、お茶の時間に参加者の心の状況を見ることが出来た。

e. 交流機会・地域づくり

- ・復興住宅ではトラブルが起きやすく、度々警察にお世話になる機会もあったが、料理教室を介して繋がりがやすくなった。
- ・お茶会と違い、料理を通じてその人のことが良く見える。

- ・ご夫婦で参加されていた時、旦那さんが本当は嫌いな茄子を食べていた、などお人柄が垣間見えた。
- ・「味の素」の料理教室をやると今まで来なかった人が来た。
- ・若い人にも参加してほしい どうしたら良いか？
- ・生協も食、団らんは大事にしてきたが、仮設で一人暮らしている方に、少しでも生きる術をと 3 行レシピを始めた。そこから、外に出向くきっかけを作ってくれたのがこのプロジェクト。
- ・赤いエプロンがきっかけで男の料理教室スタート！
- ・地域の方へ振る舞いをするようになった（支援者になった）。
- ・集まって食べることの大切さ。

#### f. 参加動機・参加者の気持ち

- ・単純に楽しくて美味しい、だから続いた。
- ・生活が落ち着いて暇を持て余したからこの料理教室があって助かった。
- ・何故続けられているのか？暇だから！！
- ・最初は暇だから来たが面白くなる！
- ・生活が落ち着いて暇を持て余したからこの料理教室があって助かった。
- ・恥ずかしくて二の足を踏んでいたが、ボケ防止と思って参加した。
- ・自分たちでコミュニティに入っていくのは大変。
- ・自分たちは高齢者でお世話になる方 自分からは声をかけにくい
- ・家にこもってばかりいた、だから出かけたかった。
- ・仮設を早く出たのでこういう機会が無かった。
- ・コミュニティが重要 月2回会うことの大切さ（コロナが無ければ…）
- ・仮設住宅の炊き出しで煮込みうどんを実施した時、「初めてこんなに食欲が出た」などのコメントを頂いた。皆で食べると、一人で食べるより沢山食べられるということ。

#### g. 生活状況の変化

- ・震災前の同居形態は変わってしまった。三世代同居が当たり前だったが、核家族に。
- ・家に帰ってから妻と一緒に料理する。
- ・畑で皆で作ったものを皆で作って食べたい。
- ・沿岸部に住んでいたころ魚を塩で煮る、味噌で煮る → 薄味、野菜中心へ
- ・内陸部では新鮮な魚は手に入らない 自然に魚を食べなくなった
- ・内陸部は野菜が新鮮 自然に野菜が中心に
- ・沿岸に居たころは料理をしたことは無かった。

#### h. 減塩・健康に関する意見

- ・体を壊し、塩分を控えたい。
- ・血液検査が楽しみに！！（体重計に乗りたい）
- ・コンビニ美味しい 自分で減塩で作るとマズい…
- ・減塩以前の問題として誰かと食べないと美味しくない。
- ・味は薄かった…でも美味しかった。
- ・紙芝居の中にあった塩分量の図でいつもの食事の塩分を摂っているかを話し合うなど、

和やかにコミュニケーションがスタートできた。絵で視覚的に訴えられるのも効果的だった。

i. 各団体の状況

- ・会長の人望があるから続いている！！
- ・（檜葉町）立派で便利な調理室は使わず 沢山の人の見てもらえるようホールでやった！！
- ・「男の料理教室」男性がテキパキ自ら動いている。
- ・滝沢で始まったきっかけは、沿岸部からの移住者と地元の方の交流目的。始めは社協、2016年頃から（NPOの）いなほ。
- ・社協の支援は10年が区切りで終了した。

j. 味の素・支援活動について

- ・長く続けて頂いたことに感謝。
- ・最初は栄養どころじゃない、というのはその通り。楽しさが生きる力になった。
- ・大きな仮設住宅に支援が集まりがち。小さい仮設住宅にも支援が届く様に、しなければいけない。
- ・遠くからきてもらうことがそれだけで嬉しく、盛り上がる。
- ・大企業ならではの展開、うらやましい（いわて生協）。
- ・もっと一緒にやりたかった、（自分を料理教室の）担当から外さないで欲しかった！（いわて生協）。
- ・生協でも、この活動をまたしっかり展開していきたい。
- ・また集まって食べたいと思っているので、安全衛生管理を徹底することで、上手く開催していきたい。
- ・みんな「被災者はこうだ、あーだ」と上からモノをいう。でも味の素さんは、「さあ、みんなで楽しく作りましょう」と、何も説教をしない、すごく気持ちが楽。嬉しかった。

## まとめ方、論文の方向性 研究班（+TAF）会議記録より

## 1 本研究のメインテーマ

2011 年、岩手県の元山田町社協職員佐々木まゆみさんの一言が鍵になっている。

「味の素さんが栄養とか言い出したんで「栄養つつう問題じゃねーし」と言いました。」

## 2 「to be」寄り添いの活動

赤エプは被災地のニーズに合った「to be」に徹したプロジェクト、寄り添い型の活動だった。専門職は「to do」の視点で活動する。行政・医療従事者は、健康改善のための指導をするため、被災地での一般住民向けイベントには向かない面がある。

## 3 赤エプは「健康」「栄養」の要素を徹底的に排除し続けた その根拠となるやりとり

- ・レシピの裏面に栄養コラム入れたらやめてほしいと言われた、室井さんがいた時のこと 2016-2017 年
  - ・参加者へお土産を渡していた時代に、お家に計量スプーンがない方が多かった、習慣になるかと思って計量スプーンを提案したら却下となった
  - ・前原さんに「住民のみなさんに楽しんでもらうことが一番大事」と言われた
  - ・山田町まゆみさんも「計量スプーンなんて要らない」と言っていた
- ⇒ スーパーキーパーソン（前原さん、まゆみさん）

## 4 同じ赤エプでも実は「違い」がある

場所もいろいろ

福島とその他の違い

活動内容も違う

（最初は資源欠損だった、食材のロジスティック、ノウハウ、場所、人がいない、被災地の情報自体を被災者がわかっていなかった、意欲の回復にも時間がかかった）

## 5 福島の自治会主催の料理教室

「凝集性」と「葛藤性」という現象があり、二つの異なるコミュニティへの正の効果がある。「凝集性」は、言葉通り、人が集まってくるという意味である。例えば双葉町の赤エプでは、居住自治体がそれぞれあるけれども、イベント開催によってわざわざ時間をかけて自主的に参加者が集まってくるということが起きている。心理的安全性のある集まりに集まってくる。インタビューでもそれを裏付ける発言がある。「葛藤性」というのは、見ず知らずの人間関係や背景が違う人が集まった時の、心理的な葛藤や社会的な関係の葛藤のことをいう。いわき市の復興公営住宅下神白団地は、もともと福島の様々な居住自治体から集まってきたので、もともと見ず知らずの人達が集まっていて、物理的な距離が近いので、葛藤が起きやすいという、全く異なる状況で、一定の成果が上げられた。下神白団地の遠藤会長が別れ際に「それなりに仲良くやってるよ」と発言していた。これは将来に対する葛藤もあるだろうし、人間関係の葛藤もあるけれども、その潤滑油として料理教室のイベントなどがあるのだろう。言い換えると、自治会主体のイベントというのは、バラバラになった人達が遠くから集まってくる磁石のような働きもあれば、

福島県の人らしい自由な生活をしている人達が、一箇所（復興住宅）に集められてギスギスしていたのが、イベント（赤エブ料理教室）が潤滑油のような形で機能している。

## 6 福島県の事例のまとめ方

### 【第1段階】

福島県には公衆衛生上の3つ地域課題がある

- 1 栄養状態の改善
- 2 つながりの回復
- 3 自炊意欲の向上

複合災害で、住民たちの料理教室のニーズは高く、赤エブは上記3つの点で効果があったというケーススタディである。事例のまとめの後に、引用する形でこの3つのポイントを、支援の再現性のヒントとしてまとめる。

### 【第2段階】

将来のフレイルや高齢化に対する対策として、タイプ0の支援、という「通いの場」に関する介護予防のコンセプトがある。（引用：植田他、公衆衛生雑誌 2022 年 5 月号、497p）福島県に関してはこの複合災害、なおかつ差別偏見の問題を背景に、タイプ0の社会課題があるので、こういったタイプ0の支援効果があったと言える。

主目的で分類した、各タイプの通いの場についての関係性のイメージ

- タイプⅠ：生き甲斐、楽しみ
- タイプⅡ：交流(孤立予防)
- タイプⅢ：心身機能維持・向上
- タイプ0：住民を取り巻く多様なつながり

（月1回未満の住民の集まりや、月1回以上であっても挨拶程度の関係性、顔なじみ同士の関係性のこと。具体例としては、喫茶店やファミレス、フィットネスジムや銭湯、犬の散歩など）

コンセプトとして「to do」ではなく「to be」という支援について「栄養つう問題じゃねーし」というところに繋がっていく。これは福島県の状況について記述していく必要がある。タイプ0からタイプ3の活動目的の類型を元に、「料理以外でどのような良いことがありましたか」という漠然としたオープンクエスチョンでなく、具体的に、成果を引き出していくことができる。これを裏付けるデータが取れるように、調査票を設計していく。今年のまとめ、来年の計画の方向性や成果もだいたい見えてくる。

## 7 通いの場としての役割

フレイル予防、介護予防の視点から見ると、赤エブは一つの通いの場としての役割がある。一方で、通いの場として、あまり料理教室が認知されていない現状がある（実際にやっているところも少ない）。また、料理教室は趣味のサークル的に取り組んでいるところも多く、自治会やシニアクラブが料理教室をやっていること自体が特異的な部分もある。そういった意味でも、第2段階のまとめの提案にあるように、通いの場の視点を含めて今回のプロジェクトが評価し、広くフレイル予防・介護予防といったキーワー

ドを含めながらまとめていけると、この分野での活動としての有効性が示されて、赤エブの地域展開がより進んでいく。

## 8 準備性支援

- ・料理教室は、災害の準備として効果的
- ・みんなが被災した後に地域を再構築できる
- ・地域づくりをするために事前にみんなで取り組む、健康にもなれる
- ・準備性支援 準備の段階で支援を入れないと自己的なリソースが限られている
- ・震災前に繋がりがあったかどうかが鍵 事例：東松島新道町自治会

## 9 外部支援者の役割、インフォーマット、キーパーソンの存在

- ①ゲートオープナー（行政は公平性重視、理由がないとだめ、ゲートをオープンするのが難しい）
- ②マッチングサービス（TAF の機能として、レシピのダウンロードサービスを提供する。各自治体がオリジナルで使っていく。ニーズが地域によって違う。ニーズに対してマッチングする。味の素は現場主義で徹底した顧客（裨益者）の利益のために動いた。）
- ③ブリッジング（当初、味の素は意識していなかった可能性があるが、最終的に行政にブリッジング）

## 分担研究者木下ゆり 研究班の研究成果発表 実績・予定

## 【2022 年度 実績】

## &lt;学会発表・国際会議発表&gt;

1. 黒田藍, 木下ゆり, 齋藤由里子, 山田幹夫, 福田吉治. 「東日本大震災後のアウトリーチ型料理教室の第三者評価: ステークホルダーへの報告会の試み」 第 30 回 日本健康教育学会. 栃木 (オンライン開催). 2022 年 7 月 24 日.
2. Yuri Kinoshita, Kanako Sato, Yuka Miura, Natsumi Ishii, Kayako Sakisaka, Yoshiharu Fukuda. Characteristics of Low-Sodium Diets Found in Cooking Classes following the Great East Japan Earthquake. The 8th Asian Congress of Dietetics. Yokohama and online. Aug 20, 2022.
3. 木下ゆり, 佐藤香菜子, 黒田藍, 石井なつみ, 伊東尚美, 益田裕司, 福田吉治. 被災地で始めた「いっしょに作っていっしょに食べる」料理教室の変遷と特徴. 第 69 回 日本栄養改善学会学術総会. 岡山 (オンライン開催). 2022 年 9 月 18 日.
4. 伊藤常久, 木下ゆり, 黒田藍, 佐藤香菜子, 伊東尚美, 福田吉治. 東日本大震災後の 8 年半にわたる料理教室の活動体系と自主開催への移行事例の特徴. 第 81 回 日本公衆衛生学会総会. 甲府 (オンライン開催). 2022 年 10 月 9 日.
5. Yuri Kinoshita, Kanako Sato, Yuka Miura, Natsumi Ishi, Naomi Ito, AI Kuroda, Kayako Sakisaka, Yoshiharu Fukuda. Characteristics of Cooking Class Recipes following the Great East Japan Earthquake: Analysis of Dishes, Foods, and Nutrition. 22nd International Congress of Nutrition. Tokyo and online. Dec 9, 2022.
6. 木下ゆり. 東日本大震災後の「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト (アウトリーチ型料理教室)」の第三者評価. 福島県栄養士会主催栄養研究会. オンライン開催. 2022 年 12 月 17 日.  
\*再掲 (第三者評価報告会・アクションリサーチの実施報告欄にも掲載)

## 【2023 年度 予定】

## &lt;学会発表&gt;

1. 食改 4 事例報告 日本健康教育学会 (7 月 黒田)
2. インタビュー分析 福島自治会長 実践報告 日本健康教育学会 (7 月 久地井)
3. 13 事例まとめ 実践報告 日本公衆衛生学会 (10 月 黒田) 他

## &lt;論文発表&gt;

4. レシピ分析 実践報告 日本栄養士会 栄養士雑誌 (5 月投稿予定 佐藤・木下)
5. インタビュー分析 福島自治会長 実践報告 日本健康教育学会誌 (5 月投稿予定 木下・久地井)
6. 13 事例まとめ 実践報告 日本公衆衛生学会誌 (黒田・木下・久地井)
7. 男の料理教室 FGI 分析 日本公衆衛生学会誌 (伊藤)
8. いわて生協 ケースリポート 国際ジャーナル (伊東) 他

## &lt;TAF ホームページ上で資料として公開 (内容について公表の承諾をいただけたら) &gt;

9. TAF スタッフインタビュー分析 PDF (木下・黒田・久地井・鍋谷)
10. 13 事例紹介ポスター資料 PDF (黒田・木下・久地井)



演題番号:O-20

# 東日本大震災後のアウトリーチ型 料理教室の第三者評価 ステークホルダーへの報告会の試み ～実践報告～

黒田藍<sup>1)</sup> 木下ゆり<sup>2)</sup> 齋藤由里子<sup>3)</sup> 山田幹夫<sup>3)</sup> 福田吉治<sup>1)</sup>



- 1) 帝京大学大学院公衆衛生学研究科
- 2) 東北生活文化大学短期大学部
- 3) 公益財団法人 味の素ファンデーション



第30回日本健康教育学会  
COI開示

発表者名：黒田藍 木下ゆり 齋藤由里子 山田幹夫 福田吉治

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業等は下記のとおりです。

受託研究：公益財団法人 味の素ファンデーション

# 背景

公益財団法人 味の素ファンデーション(The Ajinomoto Foundation : TAF)は、東日本大震災後、東北3県で復興応援事業「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」を実施。

|      |                                                          |
|------|----------------------------------------------------------|
| 事業目的 | ①被災者の食生活と栄養状態の改善<br>②災害で破壊された地域コミュニティの再生・活性化への貢献を通じた復興応援 |
| 事業内容 | 各地域のパートナー団体(自治体、社会福祉協議会等)と連携した取組<br>アウトリーチ型「料理教室」        |
| テーマ  | いっしょに作って、いっしょに食べよう                                       |

<活動実績> 開催回数:延3,771回 / 参加者数:延54,434名

食をテーマにした8年半にわたる被災地支援の活動として他に類のない活動。

# 本報告の目的

帝京大学が実施した本プロジェクトの評価、及びステークホルダー(パートナー団体・料理教室参加者、ドナー)を対象に公益財団法人味の素ファンデーションが開催したプロジェクト評価結果の2つの報告会のプロセスと効果について報告する。

～味の素ファンデーションにおける評価の位置づけ～

「一緒に作って一緒に食べた仲間で一緒にまとめよう」

実施主体だけでなく、ステークホルダーも一緒にまとめを行う参加型の取組

## 活動内容①:帝京大学によるプロジェクト評価

### 1) 評価の実施

|        |                                                                                                                                                           |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 評価受託機関 | 帝京大学（味の素ファンデーションからの委託を受けて実施）                                                                                                                              |
| 評価実施期間 | 2019年～2021年                                                                                                                                               |
| 評価方法   | <p>①質問紙調査とインタビュー調査</p> <p>&lt;対象&gt;</p> <p>料理教室参加者(住民)、パートナー団体(自治体、食生活改善推進団体、社会福祉協議会、NPO、自治会等)、味の素ファンデーションスタッフ</p> <p>②活動記録を用いた分析（活動実績・献立の変遷・栄養価分析等）</p> |

主に「食と栄養」と「地域コミュニティ」の2つの観点から評価を実施。

## 活動内容①:帝京大学によるプロジェクト評価

### 2) 主な評価結果

#### ①プロジェクトのデザイン

破壊されたコミュニティや人々のつながりを復活するための

**「人々の心と身体を元気にする」画期的な介入モデル**

◆ 介入モデルの構成要素 ◆

- |                   |                       |
|-------------------|-----------------------|
| 1)多様な地元機関との連携     | 2)アウトリーチ              |
| 3)持続性             | 4)食を手段としたコミュニケーションの促進 |
| 5)徹底した受益者目線のコンテンツ |                       |

#### ②プロジェクトの主なアウトカム評価

地域コミュニティ

仲間の獲得

閉じこもり予防

食と栄養

健康への意識

調理への能動的な変化

## 活動内容②:ステークホルダーへの報告会

### ◆ 報告会開催の味の素ファンデーションにおける目的 ◆

**ステークホルダー※1と一緒にプロジェクトを総括し今後活かす**

※1 料理教室参加者・パートナー団体・ドナー

### ◆ 具体的目標 ◆

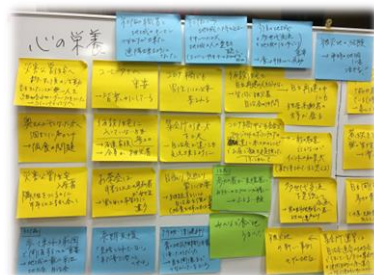
評価結果を料理教室参加者やパートナー団体・ドナーと共有し、

- ① プロジェクトの成果を自分自身のこととして再認識する
- ② 改めて参加者からの意見を踏まえ、一緒に「教訓」と「提言」をまとめる
- ③ 被災地以外でのプロジェクト展開に必要な要素を見つける  
(他の被災地支援に活かすことで、受援者から支援者になって頂く)

## 活動内容②:パートナー団体・料理教室参加者への報告会

### 1) 実施状況

|           |                                                |
|-----------|------------------------------------------------|
| 実施期間      | 2021年10月から開始                                   |
| 実施回数・参加者数 | 2022年4月までに計4回 / 合計45名                          |
| 実施内容      | ① 調査担当者・味の素ファンデーションからの報告<br>② 報告会参加者でのディスカッション |



## 活動内容②: パートナー団体・料理教室参加者への報告会

### 2) 第三者評価結果を共有した効果

#### 料理教室参加者やパートナーの気づき

効果① 料理教室の効果を当事者として再認識

効果② 活動継続や再開への意識の醸成



自分たちは、こんなに  
すごいことをやっていたんだ…  
またみんなで一緒につくって、  
食べたい…



昔の保健活動を思い出した  
関係機関同士の連携強化につながった！  
新しいつながりのきっかけになっていた

#### 味の素ファンデーションの気づき



外部の支援者だからこそ言えることもある。  
長期的な支援の中で寄り添い続けた効果がある。

効果③ 後方支援や他の地域での展開方法への気づき

## 活動内容③: ドナー(味の素グループ関係者)への報告会

### 1) 実施状況

|           |                              |
|-----------|------------------------------|
| 実施期間      | 2021年10月～2022年1月             |
| 開催方法      | オンライン形式                      |
| 実施回数・参加者数 | 計4回 / 約250名                  |
| 実施内容      | ① 調査担当者からの評価報告 ・ ② 参加者間の意見交換 |

※ドナーは、料理教室開催時にボランティアとして活動することや運営上必要な食材・材料等を提供することを通じて活動を支援した。

### 2) 第三者評価結果を共有した効果



- ・この活動が、現地の方にこんなに喜んでもらえていたとわかり誇らしく思えた。
- ・報告を聞いて、元気づけられた。現地の方や企画した部署への感謝の気持ちを伝えたい。

#### 効果

活動の効果を知り、自らの関わりや思いを振り返るきっかけ

→食と栄養に携わる仕事の重要性の再認識とモチベーションの向上

## 本取組の評価

### プロジェクト評価の実施

評価を**第三者が実施** → ステークホルダー※1、及び味の素ファンデーションが**客観的に活動全体を俯瞰**し、その**効果を把握する**機会となった。

※1 料理教室参加者・パートナー団体・ドナー

### 報告会の実施

報告会において、**評価結果を共有**し、**ディスカッションする場**を設けた



エンパワメント

報告会参加者・TAF  
双方の学び合い

関係の深化・進化



中止した  
料理教室を再開

事業連携の開始

ステークホルダーをエンパワメントし、新たな展開につながる

## 今後の展望

- 1) 報告会の効果については、継続して分析を行い、
  - ・参加者の意見も踏まえた本プロジェクトの「教訓」と「提言」のまとめ
  - ・プロジェクトのより効果的な実施方法の検討を進める。
- 2) 本プロジェクト評価や報告会をきっかけに活動を再開した団体について
  - ・活動再開のプロセスと活動の効果について評価を実施

より効果的な実施方法を検討し、他の地域での転用可能性を高め、被災地以外での取り組みにもつなげていく



## 謝 辞



「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」の料理教室に関わられた皆様、  
そして、プロジェクトの評価、及び報告会に御協力いただきました皆様、  
本発表資料の作成にご助言いただきました帝京大学の桑原恵介講師に、  
こころより感謝申し上げます。

～ご清聴ありがとうございました～

いっしょに作って、いっしょに食べよう！

ふれあいの  
**赤いエプロン**  
プロジェクト





## Characteristics of Low-Sodium Diets Found in Cooking Classes following the Great East Japan Earthquake

Yuri Kinoshita <sup>1</sup> Kanako Sato <sup>2</sup> Yuka Miura <sup>3</sup> Natsumi Ishii <sup>4</sup> Kayako Sakisaka <sup>5</sup> Yoshiharu Fukuda <sup>6</sup>

<sup>1</sup> Tohoku Seikatsu Bunka Junior College

<sup>2</sup> Chukyo Gakuin Junior College

<sup>3</sup> The Ajinomoto Foundation

<sup>4</sup> Kashinoki Internal Medicine Clinic

<sup>5</sup> Kaichi International University

<sup>6</sup> Teikyo University Graduate School of Public Health

### Objectives

#### Back Ground

- The Great East Japan Earthquake (GEJE) struck in March 2011, causing an immense earthquake and tsunami that killed 19,729 people and forced more than 470,000 to evacuate.
- Furthermore, the Tokyo Electric Power Company's Fukushima Daiichi Nuclear Power Plant (F1NPP) accident displaced 165,000 residents, 35,000 of whom are still unable to return home (as of April 2022).

#### Outline of Project

- The "Fureai Red Apron Project" aims to support the mental and physical health of victims of the 2011 GEJE.
- Since 2011, The Ajinomoto Group, The Ajinomoto Foundation (TAF) and local partners has held 3,771 cooking classes in the Tohoku region (Iwate, Miyagi, and Fukushima Prefecture) with 54,434 participants over eight and a half years.
- The hands-on health and nutrition seminars "cook together and eat together" helped to improve the quality of life of residents and support the reconstruction of community.

#### The Study Aims

- In a survey targeting participants during 2020, approximately 90% of the respondents were more conscious of reducing their salt intake.
- This study aims to reveal the characteristics of low-sodium diets by analyzing the classes' recipes.

### Materials & Methods

- Recipes from 3,588 cooking classes were analyzed based on the project's activity reports from 2012 to 2020.
- The analysis calculated the percentage of single-dish meals that contained 25 foods (other than seasonings) that supported low-sodium diets[1] and extracted ideas to reduce the use of salt during cooking.

### Results

- The number of menu creations was 625 by local partners and 2,963 by TAF. The percentage created by TAF was 24.9% in 2012, and more than 90% since 2016.
- Four hundred and three recipes out of the 1,435 single-dish meals had known ingredients and were devised by TAF, which collectively used 254 different foods 62,221 times.
- In descending order, the most frequently used low-sodium foods were mushrooms (22.6%), sesame oil (20.3%), black pepper (19.6%), ginger (17.6%), and sesame (15.9%).
- The most frequently used foods in the following food groups were: vegetables: ginger 1,500 times, algae: wakame 485 times, and seasoning spices: "mentsuyu" (soy sauce and dashi) 2,400 times.
- Ideas found in cooking included
  - applying potato starch on ingredients to moisturize and entangle the seasoning liquid
  - taking advantage of the ingredients' umami, sourness, and scent
  - baking to give the food a roasted fragrance
  - adding vinegar, red pepper and mustard just before eating
- The mean (SD) sodium intake per meal was 2.54 (0.50) grams.

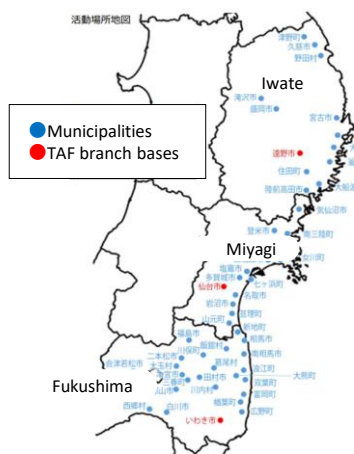


Fig 1 The areas where cooking classes were held.



Fig 2 Scenery of cooking classes.

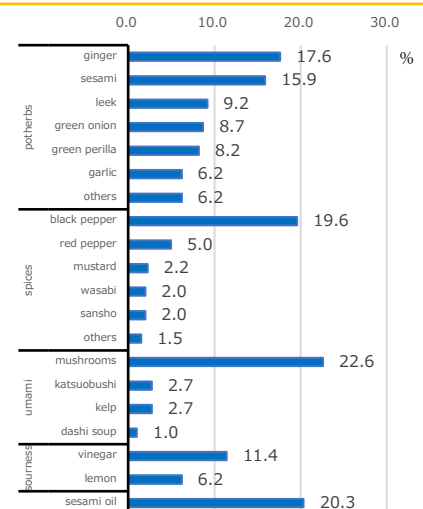


Fig 3 The ratio of using low-sodium foods

### Conclusion

The class recipes incorporated ingredients and ideas during cooking procedures that promoted low-sodium diets. The classes may have increased participants' awareness toward reducing sodium intake by preparing and cooking recipes that were tasty and required fewer seasonings.

**Reference :** [1] Japanese Society of Nephrology: Gridline Manual of Chronic Kidney Disease Lifestyle and Dietary for Doctors and Comedics. Toyo Igakusya. 2015.

**COI :** Contract research by The Ajinomoto Foundation

**Acknowledgments :** We sincerely thank the people of the local partners and participants for their cooperation in conducting this project.





伊藤常久<sup>1)</sup> 木下ゆり<sup>2)</sup> 黒田藍<sup>3)</sup> 佐藤香菜子<sup>4)</sup> 伊東尚美<sup>5)</sup> 福田吉治<sup>3)</sup>

1)東北生活文化大学 2)東北生活文化大学短期大学部 3)帝京大学大学院公衆衛生学研究科

4)中京学院大学短期大学部 5)福島県立医科大学医学部

## 日本公衆衛生学会COI開示

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業等は下記です。

受託研究：公益財団法人味の素ファンデーション

## 目的

東日本大震災後、被災者の食生活の改善とコミュニティの再生・活性化を目的に、味の素グループ・公益財団法人味の素ファンデーション(TAF)は、**東北3県(岩手・宮城・福島)**で「**ふれあいの赤いエプロンプロジェクト**」に取り組んだ。本研究では、多組織連携の活動体系を明らかにし、自主開催への移行事例の特徴を示すことである。

【プロジェクトの特徴】

・参加型の料理教室

・**行政や住民組織等(パートナー団体)と協働**

【活動実績】

活動期間：2011年10月～2020年3月

実施回数：3,771回 延参加者数：54,434人

## 調査方法

①TAFの活動記録(2012年4月～2020年3月)からパートナー団体の種別、役割等について集計・分析

②TAFとパートナー団体への聞き取りから、TAFによる直接的支援終了後(2020年4月以降)に自主開催へ移行したパートナー団体の活動経緯、役割分担、具体的な取組方法について分析



プロジェクトの詳細はこちら↑

## 結果

### (1)活動体系 料理教室の運営上必要な役割

- ①連絡調整・企画 ②場所の確保 ③参加者への声掛け、  
④食材・調理器具の準備 ⑤レシピ考案 ⑥料理教室の講師

TAF:各地域での展開や自主開催を考慮し、レシピ等のコンテンツの標準化や料理教室のパッケージ化を図った。

### (2)パートナー団体の分類

①団体名の出現回数：  
延3,743回

(料理教室主催者・共催者)

②団体の実数：235団体

③団体の出現割合：

開始から2015年度まで

公的機関：約7割



直接的支援終了時

公的機関：約5割↓

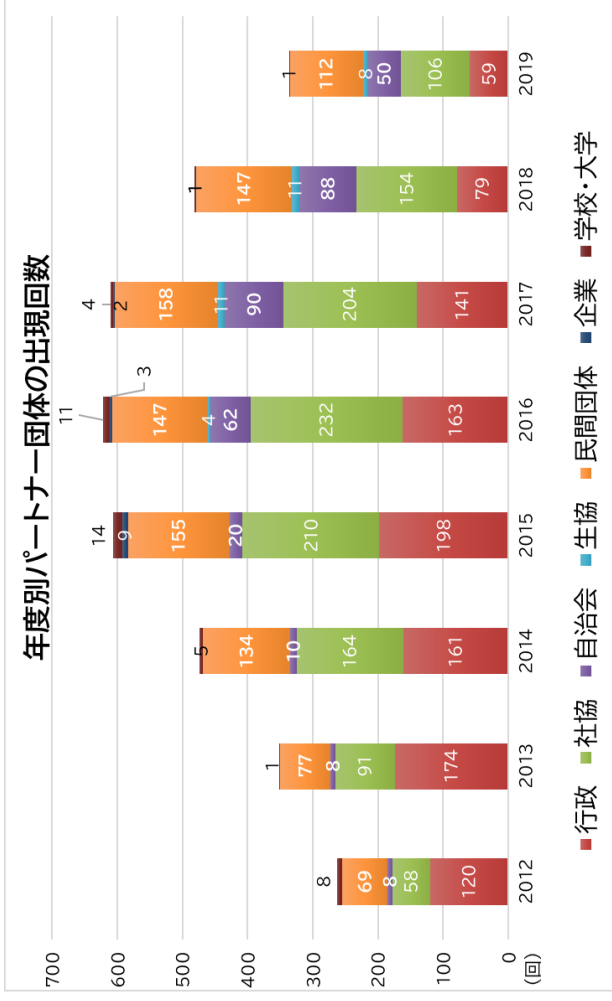
住民組織(自治会等)；2割↑

## 結論

自主開催に移行した団体において自治会等の住民組織の割合が高い

→地域の交流活動の一部として取り入れやすく、**コミュニティの**

**活性化に寄与するプロジェクト**であることが推測された。



### (3)自主開催に移行した事例の特徴

プロジェクト実施51市町村のうち

→28市町の**42団体**が自主開催への意向有

\* **自治会等の住民組織(20団体)が最多**

TAFの役割：安全衛生・料理教室運営研修  
レシピのコンテンツの提供

# 被災地で始めた「いっしょに作っていっしょに食べる」料理教室の変遷と特徴

○木下ゆり<sup>1)</sup> 佐藤香菜子<sup>2)</sup> 黒田藍<sup>3)</sup> 石井なつみ<sup>4)</sup> 伊東尚美<sup>5)</sup> 益田裕司<sup>1)</sup> 福田吉治<sup>3)</sup>

- 1)東北生活文化大学短期大学部 2)中京学院大学短期大学部  
3)帝京大学大学院公衆衛生学研究科 4)医療法人かしの木内科クリニック  
5)福島県立医科大学医学部

## 1. 目的

- 東日本大震災後に東北3県（岩手、宮城、福島）で、被災者の食生活・栄養状態の改善とコミュニティの再生・活性化を目的とした「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」が実施された（図1）。
- テーマ：「いっしょに作っていっしょに食べる」（図3）
- 実施者：味の素グループ、公益財団法人味の素ファンデーション（TAF）、235の現地パートナー団体
- 本研究の目的は、料理教室の活動の特徴を明らかにすることである。

## 2. 方法

TAFによる8年半の活動記録（日報）から、献立・料理・テーマを集計した。

## 3. 結果

- 献立記録から3,588回の料理教室で実施した単品料理は1,435品（主食159、複合料理122、主菜367、副菜426、汁物215、デザート146）だった。
- 主食・複合料理の内訳は、ごはん80.1%、麺11.4%、パン4.3%だった。
- 主菜・複合料理の内訳は、肉料理42.1%、魚介料理30.5%で、複合料理で多かったのは寿司20.5%、丼13.1%だった（図2）。
- 被災地の状況に応じて活動は変化し3つのフェーズに分けられた（表1）。
- 献立のテーマは、国内外で過剰と不足を指摘されている栄養課題、ライフイベント・スタイル（被災、転居、独居、閉じこもり）にまつわる栄養課題、QOL向上（季節、地域、文化）に分類された（表2）。

表1. 被災地の状況に応じて変化した活動の特徴と3つのフェーズ（段階）

| 第1フェーズ<br>2011.10-2015.3                                | 第2フェーズ<br>2015.4-2018.3                                 | 第3フェーズ<br>2018.4-2020.3                             |
|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| インフラが戻っていない、仮設住宅で料理意欲や食欲が低下、住民同士がふれあう機会をつくる、あえて炊き出しをしない | 災害公営住宅に入居、自治体・社協等は人手不足、味の素グループは3拠点体制にして活動回数増加、栄養講話紙芝居開始 | 将来的にパートナー団体が自主開催できるようにノウハウをパッケージ化、人材育成、自走化に向けた体制づくり |
| 「心の栄養」のための料理教室                                          | 「心の栄養」+「体の栄養」栄養支援型料理教室に変化                               | 地域住民・団体が運営しやすい料理教室に変化                               |

表2. 2019年の年間テーマ（2016～2019年のテーマはほぼ同様）

- 1月 栄養バランスの良い食事を心がけ、健康な体を維持しよう
- 2月 1日あたり350g以上の野菜を摂ろう
- 3月 「美味しく減塩」を習慣にしよう
- 4月 カルシウムをこまめにとって骨を丈夫にしよう
- 5月 旬の食材を食べて健康づくりに役立てよう
- 6月 たんぱく質をバランス良くとって、筋力アップに役立てよう
- 7月 栄養バランス良く食べて、夏バテしない体をつくろう
- 8月 食事や生活習慣を見直し、暑さに負けない体をつくろう
- 9月 適塩を知り、美味しく減塩する工夫をしよう
- 10月 腸内環境を整えよう
- 11月 和食文化の魅力を再認識しよう
- 12月 免疫力を高めて風邪に負けないからだをつくろう



図2. テーマに合わせたメニュー例  
・ 散らし寿司  
・ わかめとささみのわさび和え  
・ とうろ昆布のすまし汁



図1. 活動場所 51市町村  
(3,771回実施 54,434人参加)



図3. 料理教室の様子

## 4. 結論

料理の特徴は主食の8割は米、主菜の4割は肉料理、複合料理の2割は寿司だった。震災から間もない時期の活動では「心の栄養」とQOL向上が優先された。4年目以降は栄養支援型の活動に変化していった。



# Title |

Characteristics of Cooking Class Recipes following the Great East Japan Earthquake: Analysis of Dishes, Foods, and Nutrition

## Authors |

Yuri Kinoshita<sup>1</sup> Kanako Sato<sup>2</sup> Yuka Miura<sup>3</sup> Natsumi Ishi<sup>4</sup> Naomi Ito<sup>5</sup> Ai Kuroda<sup>6</sup> Kayako Sakisaka<sup>7</sup> Yohsiharu Fukuda<sup>6</sup>

## Affiliation |

1 Tohoku Seikatsu Bunka Junior College 2 Chukyo Gakuin Junior College 3 The Ajinomoto Foundation  
4 Kashinoki Internal Medicine Clinic 5 Fukushima Medical University School of Medicine  
6 Teikyo University Graduate School of Public Health 7 Kaichi University



22ND IJUNS-ICN  
INTERNATIONAL CONGRESS OF  
NUTRITION IN TOKYO, JAPAN  
DECEMBER 6-11, 2022

Poster No. PAB(T6)-21

## Background and Objectives

- The “Fureai Red Apron Project” aims to support the mental and physical health of victims of the 2011 Great East Japanese Earthquake.
- Since then, Ajinomoto Group, The Ajinomoto Foundation (TAF) and local partners have held **3,771 cooking classes** in the Tohoku region with **54,434 participants**. 【Fig.1-2】
- In a 2020 survey, approximately 90% respondents acknowledged the importance of a balanced diet.
- This study aims to list the characteristics of the class recipes through menu analyses.

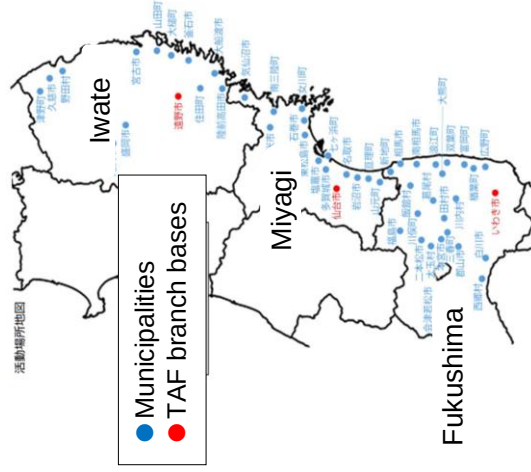


Fig 1 The areas where cooking classes were held.



Fig 2 Scenery of cooking classes.

## Methods

- Recipe records from 2012–2020, from 3,588 cooking classes were analyzed.
- The analysis calculated the menu creator, single-dish meals, foods, nutrients, and ingredient costs.

## Results

1. The number of menu creations was 625 by local partners and 2,963 by TAF. 【Fig.3】
2. Four hundred and three recipes out of the 1,435 single-dish meals had known ingredients and were devised by TAF, which collectively used 254 different foods 62,221 times. 【Table 1】
3. The main protein sources were 42.1% for meat and 30.5% for seafood. The details of single-dish 【Fig.4】
4. The most frequently used foods in the main food groups ⇒ 【Table 1】

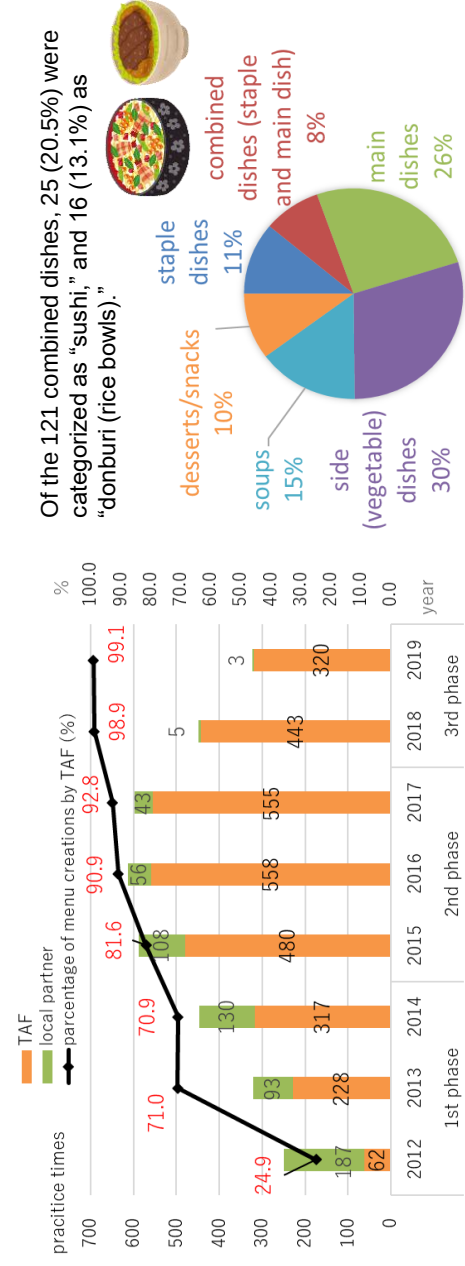


Fig 3 The practice times and percentage of menu creations by TAF n=3,588

5. The nutritional composition per meal was in line with the TAF target

Energy; approximately **500 kcal**  
Protein; at least **20 g**  
Sodium; less than **3 g**  
Cost of ingredients; less than **300 yen**



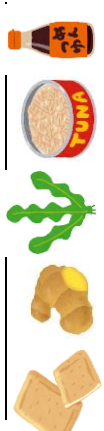
Fig 5 Example of menu  
• Colorful chirashi sushi  
• Chicken and wakame with wasabi  
• Soup with grated yam kelp

## Conclusions

**Cooking classes in the disaster area** used **common, simple, economical, and safe ingredients**, and considered **nutrition, food culture and the living conditions of the victims**.

Table 1 Most frequently used foods

| Food groups | Most frequently used foods       | Number of uses |
|-------------|----------------------------------|----------------|
| grain       | rice                             | 2,920          |
| legume      | fried tofu                       | 569            |
| vegetables  | ginger                           | 1,500          |
| algae       | wakame                           | 485            |
| seafood     | canned tuna                      | 400            |
| meat        | chicken                          | 675            |
| seasoning   | “mentsuyu” (soy sauce and dashi) | 2,400          |
| spices      |                                  |                |



Of the 121 combined dishes, 25 (20.5%) were categorized as “sushi,” and 16 (13.1%) as “donburi (rice bowls).”

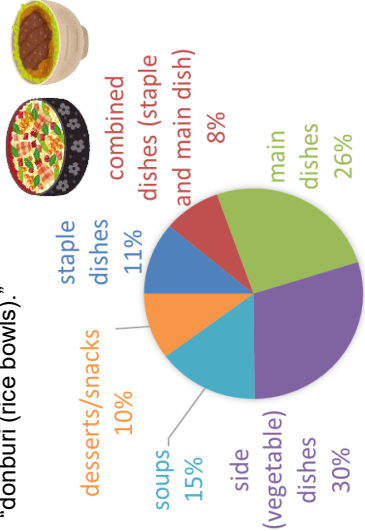


Fig 4 Category ratio of single dish type n=1435

## Keywords

cooking class, menu, dish, food, post- disaster

## Conflict of Interest

Contract research by The Ajinomoto Foundation

## Further Collaborators

We sincerely thank the people of the local partners and participants for their cooperation in conducting this project.

# 東日本大震災後の 「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト (アウトリーチ型料理教室)」の 第三者評価

東北生活文化大学短期大学部 木下 ゆり



1

2022年度 第34回 福島県栄養士会 栄養研究発表会  
COI開示

演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業等は下記です。

受託研究：公益財団法人 味の素ファンデーション

2

# 1. 目的

- 「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」アウトリーチ型の料理教室
  - 2011年東日本大震災後の復興応援事業
  - 公益財団法人味の素ファンデーション（以下、TAF）
  - 被災3県のパートナー団体（自治体 社協 栄養士会 等）
- 2019年～2021年に帝京大学が評価
  - 2021年10月からステークホルダー（料理教室参加者、パートナー団体、ドナー）を対象に報告会を開催



活動場所（51市町村）  
3,711回 のべ54,434人参加

3

# 2. 方法

- (1)評価調査の枠組み【表1】
- (2)期間  
2020年1月～2020年9月
- (3)調査対象  
料理教室参加者（住民）  
パートナー団体  
TAFスタッフ
- (4)調査方法  
質問紙調査  
インタビュー調査  
既存資料分析  
(活動記録 レシピ 教材 感想)

表 1 評価調査の枠組み

| 評価の視点    | 評価項目         | 調査方法                                                                                                                     |
|----------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 計画の妥当性   | 組織方針との整合性    | ・プロジェクトは組織(TAF)としての方針(ミッション、ビジョン、バリュー)に合致したものであったか<br>既存資料レビュー                                                           |
|          | ニーズとの整合性     | ・プロジェクトは対象地域や利益者のニーズに合致したものであったか<br>インタビュー<br>質問票調査                                                                      |
| 結果の有効性   | プロジェクト目標の達成度 | ・利益者の食・栄養にかかわる意識・行動変容面での変化はどのようなものか<br>・プロジェクトは、対象地域のコミュニティ再生面でどのように貢献したか<br>既存資料レビュー<br>インタビュー調査<br>質問票調査<br>メニュー・レシピ分析 |
|          | その他の影響       | ・プロジェクト計画時には想定していなかった波及効果の発現はあったか<br>・対象地域や利益者に与えた負の影響はあったか                                                              |
|          | 比較優位性からの妥当性  | ・プロジェクトを通じた支援内容は、食・栄養分野で活動する他組織と比べて、どのような比較優位性があったか                                                                      |
|          | 結果の持続性       | ・健康・栄養セミナー自主開催の進捗状況を鑑みて、今後の活動持続性の見込みはどうか<br>・自主開催にあたってどのような課題があるか、また、実施関係者は、TAFにどのような支援を期待しているか                          |
|          | プロセスの適切性     | ・プロジェクト目標の達成に影響を与えた貢献要因はあったか<br>・阻害要因はあったか                                                                               |
| プロセスの適切性 | 効果発現にかかわる要因  | ・既存資料レビュー<br>インタビュー調査<br>質問票調査<br>メニュー・レシピ分析                                                                             |
|          | ニーズへの対応      | ・災害発生から復興に向けた段階において変化する対象地域・利益者のニーズにどのように対応したか<br>・対象地域における支援面で特に工夫した点はあるか                                               |

4

3. 結果 ①料理教室参加者アンケート調査

【調査の概要】

実施期間：2020年1月～2月  
対象者：料理教室参加者 271名  
実施場所：3県16市町 料理教室会場 17ヶ所

|     |         |       |
|-----|---------|-------|
| 岩手県 | 山田町     | 5.9%  |
|     | 大船渡市    | 6.6%  |
|     | 陸前高田市小友 | 9.6%  |
|     | 陸前高田市矢作 | 3.3%  |
|     | 滝沢市     | 2.6%  |
| 宮城県 | 気仙沼市    | 5.2%  |
|     | 東松島市    | 11.4% |
|     | 名取市     | 5.9%  |
|     | 亘理町     | 8.8%  |
| 福島県 | 白河市     | 6.6%  |
|     | 楡葉町     | 6.6%  |
|     | 広野町     | 4.4%  |
|     | いわき市    | 2.9%  |
|     | 会津若松市   | 4.8%  |
|     | 郡山市     | 4.8%  |
|     | 本宮市     | 3.7%  |
|     | 三春町     | 7.0%  |

【対象者の基本属性】

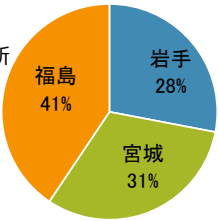


図1 地域

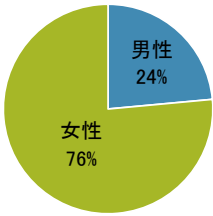


図2 性別

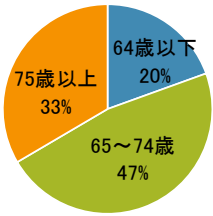


図3 年齢区分

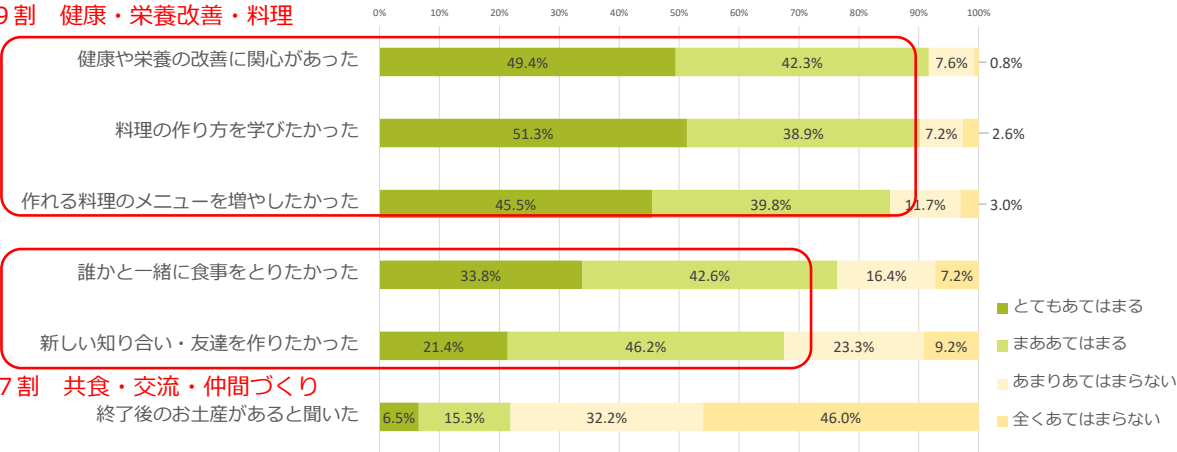
地域別の年齢区分割合

| 年齢区分   | 岩手   |      | 宮城   |      | 福島    |      |
|--------|------|------|------|------|-------|------|
|        | n=76 | %    | n=85 | %    | n=110 | %    |
| 64歳以下  | 9    | 11.8 | 11   | 12.9 | 33    | 30.0 |
| 65～74歳 | 27   | 35.5 | 45   | 52.9 | 56    | 50.9 |
| 75歳以上  | 40   | 52.6 | 29   | 34.1 | 21    | 19.1 |

出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学専攻 崎坂香屋子）2021年7月 5

図4 料理教室への参加のきっかけ

9割 健康・栄養改善・料理

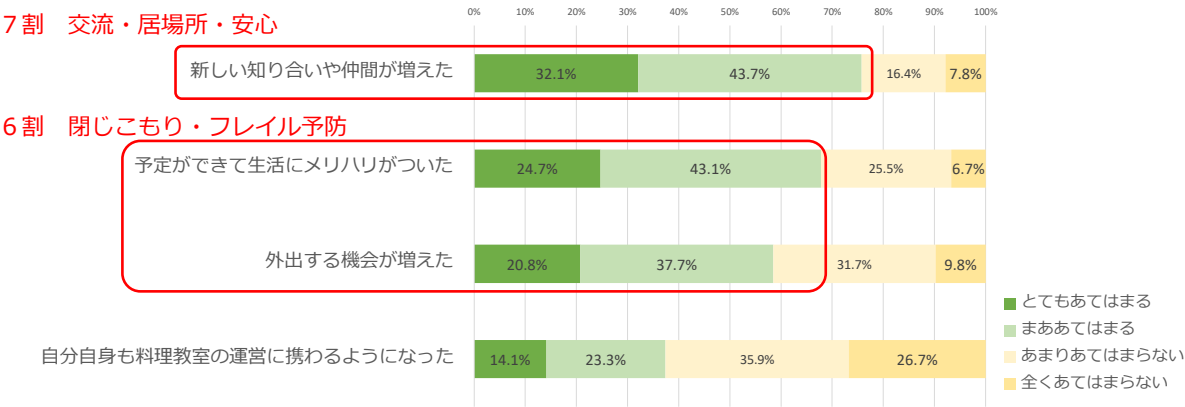


出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学専攻 崎坂香屋子）2021年7月 6



「地域コミュニティ」観点でのアウトカム)

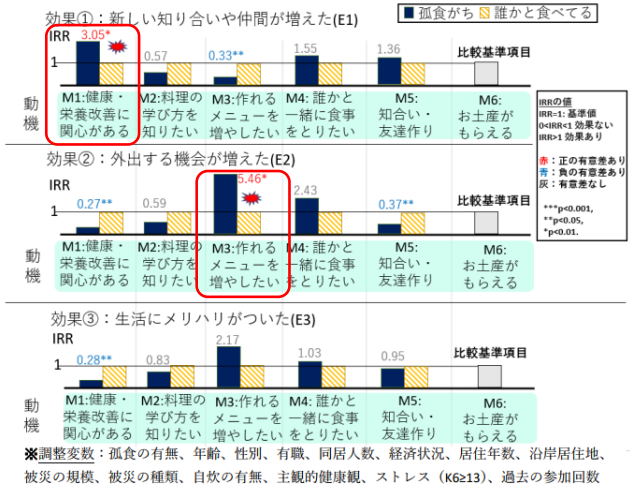
図5 料理教室への参加による変化（生活面）



出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学研究所 崎坂香子）2021年7月 7

図6 孤食がちな参加者の参加動機と実感した効果

「誰かと食べてる」の回答者を基準1とした時、動機ごとの孤食者が実感した効果が何倍か検証した



\* 動機：健康改善  
効果：新しい知り合い・仲間ができた 約 3 倍

\* 動機：作れるメニューを増やしたい  
効果：外出機会が増えた 約 5 倍

料理教室を介した長期的支援は、食・栄養関連を動機とした参加であっても、社会的つながりや外出機会の増加といった、孤食がちな参加者の、今後の社会的孤立の予防に役立つような効果が期待できる可能性が高いことがわかりました。

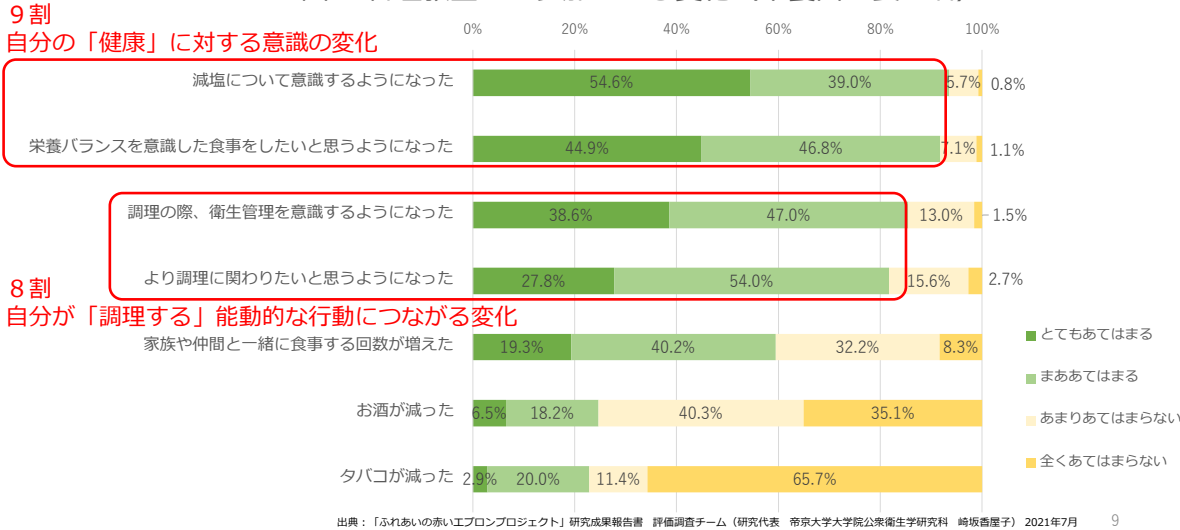


International Journal of  
Environmental Research  
and Public Health

Tashiro A., Sakisaka K., Kinoshita Y., Sato K., Hamanaka S., Fukuda Y. (2020) "Motivation for and Effect of Cooking Class Participation: A Cross-Sectional Study Following the 2011 Great East Japan Earthquake and Tsunami" Int. J. Environ. Res. Public Health 17(21): 7869. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217869>

「食と栄養」観点でのアウトカム

図7 料理教室への参加による変化（栄養面・食生活）



3. 結果② パートナー団体担当者への質問紙調査

自由記述 回答者: 46団体 157名（行政22名 社協 63名 民間/NPO 65名 自治会7名）

図8 本プロジェクトを受け入れた/継続した理由

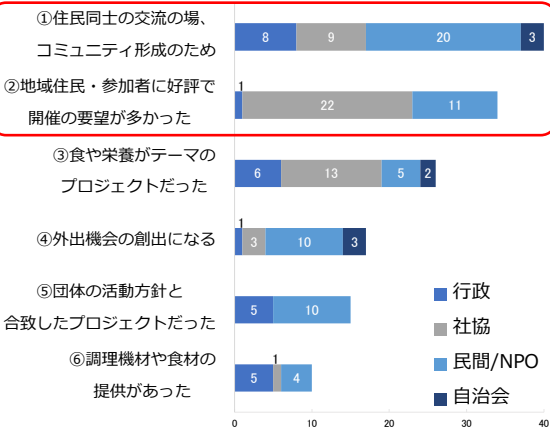
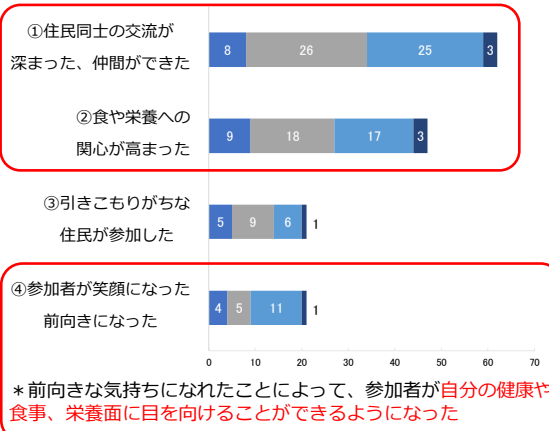


図9 プロジェクトを受け入れてよかった点





3. 結果③ パートナー団体担当者へのインタビュー調査

- こっちに寄り添ってくれたのはありがたかったです。最初は、味の素さんが栄養とか言いだしたんで「いやいや、栄養つつ問題じゃねえし」と言いました。そっちのやりたい気持ちは分かるけど、まず私たちが今、望んでるものは、栄養ではないのだと。
- 復興公営住宅に移ることはコミュニティづくりを1からやり直すってことなんです。顔合わせる機会が多くないと信頼関係は生まれない。料理教室って本当にみんな楽しみにしていました。
- 同じものを食べる喜びってというのがあったと思うんです。すごく会話も弾みますし、その空間、一緒にいるってということが、居心地が良かったと思えるんです。
- 薄味なんだけどちゃんと味がすんの。おいしいねって食べれる。これしか使わなくてもこれだけの味が出せるんだっていうことに気が付き、自分が濃かったってものの気付くじゃん。みんなでああでもねえ、こうでもねえって食べる。楽しいよ。

出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学研究所 崎坂香屋子）2021年7月 11

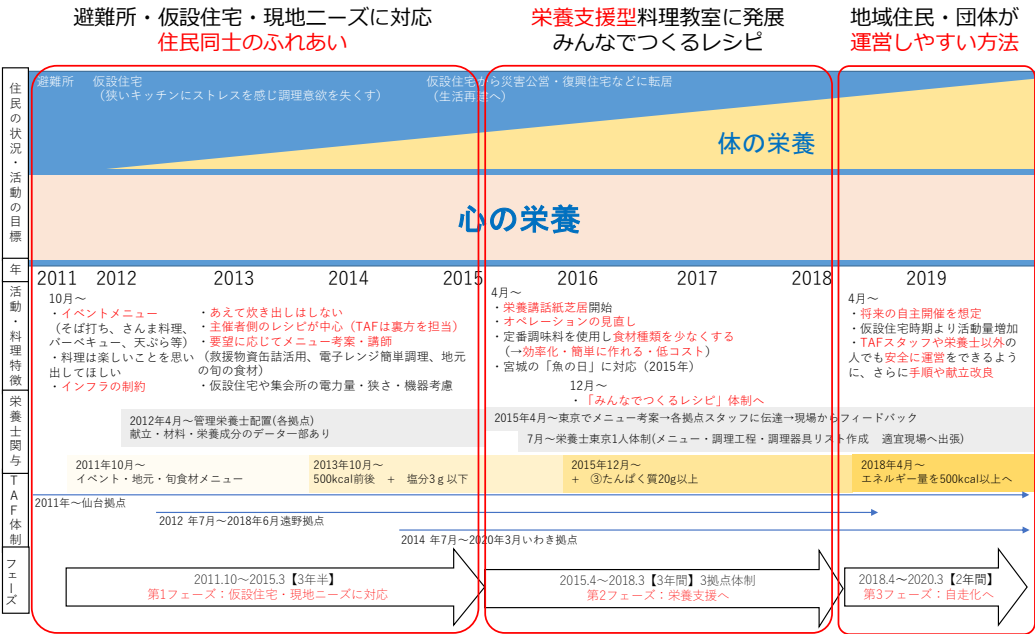


図10 被災地の状況・活動内容・献立（メニュー）の変遷

出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学研究所 崎坂香屋子）2021年7月

【TAF考案メニューの基本条件】

- ①主食とおかず2～3品で1献立セット
- ②材料費 **300円 以下**(2017.12～)
- ③エネルギー量 **約500kcal**(2013.10～)
- ④たんぱく質 **20g 以上**(2015.12～)
- ⑤食塩相当量 **3g 以下**(2013.10～)  
→平均2.54±0.50g
- ⑥**簡単な調理法**
- ⑦**衛生的な手順**



復興公営住宅の集会所に設置した調理台



TAF考案メニュー例

- ・彩り散らし寿司
- ・わかめとささみのわさび和え
- ・とろろ昆布のすまし汁



使用回数が最も多かった食品



| 食品群 | 食品名  | 回数    |
|-----|------|-------|
| 穀類  | 米    | 2,920 |
| 豆類  | 油揚げ  | 569   |
| 野菜類 | しょうが | 1,500 |
| 海藻類 | わかめ  | 485   |
| 魚介類 | ツナ缶  | 400   |
| 肉類  | 鶏肉   | 675   |
| 調味料 | めんつゆ | 2,400 |



TAF考案メニューのレシピ

総単品料理数：1,435品  
TAF考案単品料理数：403品  
(使用食品数：254種類)  
(のべ使用回数：62,221回)

出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学研究所 崎坂香屋子）2021年7月 13

## 4. 結 論

- 本プロジェクトは、破壊された地域コミュニティや人々の繋がりを復活するための「**人々のところと身体を元気にする**」画期的な介入モデルであった。
- 本プロジェクトの経験は災害大国である日本において、平時からの地域の繋がりをや地域防災体制を強める意識と実践の向上の面からも、今後も役立つ東日本大震災の知見である。
- 介入モデルの構成要素
  - 1) 多様な地元機関との**連携**
  - 2) **アウトリーチ**（住民のところへ出向く）
  - 3) **持続性**
  - 4) **食を手段としたコミュニケーションの促進**
  - 5) 徹底した**受益者目線**コンテンツ

出典：「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」研究成果報告書 評価調査チーム（研究代表 帝京大学大学院公衆衛生学研究所 崎坂香屋子）2021年7月 14