

# 地域の多様な主体との8年半の連携活動報告 および今後の展開

～東北復興応援「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」(第1報)

2023年7月23日

○齋藤由里子<sup>1)</sup> 三浦優佳<sup>1)</sup> 山田幹夫<sup>1)</sup>  
久地井寿哉<sup>2)</sup> 石井なつみ<sup>2)3)</sup> 佐藤香菜子<sup>2)4)</sup>  
木下ゆり<sup>2)5)</sup> 黒田藍<sup>2)6)</sup> 福田吉治<sup>2)6)</sup>

- 1) 公益財団法人味の素ファンデーション 2) ふれあいの赤いエプロンプロジェクト評価チーム  
3) かしの木内科クリニック 4) 中京学院大学短期大学部  
5) 東北生活文化大学短期大学部 6) 帝京大学大学院公衆衛生学研究科



演題発表に関連し、開示すべきCOI関係にある企業は以下のとおりです。

木下ゆり・福田吉治 過去1年間を通じて

<受託研究> 公益財団法人味の素ファンデーション

# 本報告の目的

地域に根差す多様な主体と連携した8年半の

①活動報告

②今後の展開の検討

# 味の素ファンデーション（TAF）とは

味の素(株)が2017年4月に設立  
健康な営みの基盤となる**食と栄養**に関する4つの事業を運営  
国内外の**コミュニティ**の**持続可能な自立**を応援

ベトナム  
栄養制度創設  
プロジェクト  
(2009年~)

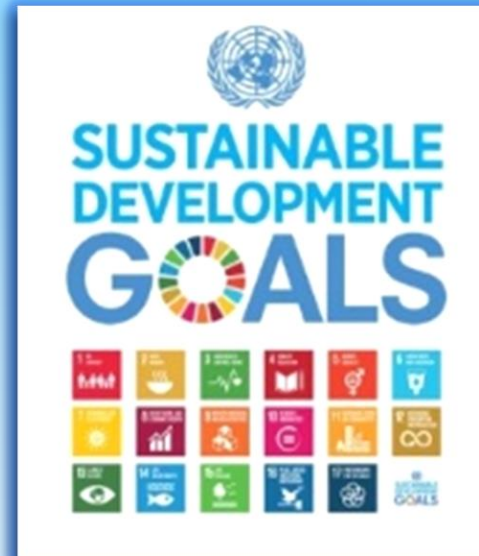
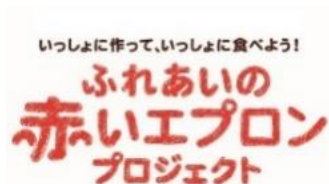


ガーナ  
栄養改善  
プロジェクト  
(2009年~)



AIN  
プログラム  
Ajinomoto foundation's  
International Nutrition  
program  
(1999年~)

被災地復興応援  
ふれあいの  
赤いエプロン  
プロジェクト  
(2011年~)



# 「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」とは

2011年3月11日 東日本大震災 発災

お金や物資の支援を経て、

10月からスタートした**参加型料理教室**

## 目的

(1) 食生活の改善

(2) 被災地のコミュニティづくり

を通じた復興支援

## コンセプト

「いっしょに作っていっしょに食べる」

簡単、おいしい、楽しい、体にやさしい



# プロジェクト初期は移動式調理台をトラックに積んで







# 復興ステージに併せて仮設住宅から災害公営住宅へ





# 2017年度 味の素ファンデーションへ事業移管



# 2018年度～ 地元パートナーによる自主催推進



2019年3月 いわて生活協同組合様による自主開催料理教室を見学

# 地域が主役、多組織連携だからこそ続いた8年半

スタッフ派遣型支援実績

2011年10月～  
2020年3月末

- (最大3拠点  
①岩手県遠野市  
②宮城県仙台市  
③福島県いわき市)

開催市区町村数	東北3県51市町村
参加人数	延べ 54,434人
実施回数	3,771回
ボランティア参加人数	延べ 3,349人
地域のパートナー	約300名



# 楽しく続けて頂くための工夫

## (1) 餅は餅屋の役割分担

1) 地域に根差すパートナー = 主催者

場所確保

地域住民への声掛け

2) TAF

料理教室進行



# 楽しく続けて頂くための工夫

(2) いっしょに作っていっしょに食べる

+ お茶の時間で自然なコミュニケーションを促進



# 楽しく続けて頂くための工夫

## (3) 徹底した受益者目線

作り手にも、体にも、お財布にも優しいレシピを！

主な参加者は高齢者、男性の孤立問題にも配慮が必要



- 1) 料理に不慣れな人でも楽しめるように  
→ 見た目の美しさ、季節感、楽しい調理工程を意識
- 2) 身近な素材と調味料だけで美味しくつくれて自宅で再現しやすいように  
→ 簡便で多様な調理方法を採用
- 3) エネルギー約500kcal以下、塩分3g以下、たんぱく質20g程度
- 4) 3~4品1献立で300円以内

# 楽しく続けて頂くための工夫

## (4) 全員参加の料理教室運営

- 1) 手を動かさない人や  
取り残される人が出ないように  
→適切に全体の調理進行を管理
- 2) 主体性発揮を促進  
→復興度合いに応じ  
事前準備や後片付け等、  
住民参加度合いを徐々に増加



# 楽しく続けて頂くための工夫

## (5) 自主開催への移行とサポート (2018年以降)

1) パートナーと住民だけで  
開催が出来るように

→TAFが持つノウハウを体系化

2) スタッフ向け研修会の実施  
調理器具支援、レシピ集や  
動画などのコンテンツ提供で  
開催継続を支援





# 8年半の価値の棚卸

「いっしょに作っていっしょに食べた仲間でいっしょにまとめようプロジェクト」（まとめようPJT）

## （1）目的

1）プロジェクトの成果評価、要因分析、教訓の導きだし

2）1）の結果を

(a)パートナー団体や参加者へフィードバック → 自主的な料理教室の継続、新規開催促進

(b)組織内関係者へフィードバック → 今後の事業への活用

(c)社会へ発信 → 「食えること」の今後の災害支援活動や平時の防災活動への活用促進

3）東北の皆様が支援される側から支援する側になる下支え

4）災害マネジメントサイクルをまわし防災へ

## （2）調査・評価・研究委託先

帝京大学大学院 公衆衛生学研究科

総勢25名の実施体制



パートナー団体へのインタビュー調査

（宮城県気仙沼市）



セミナー参加者への質問票調査実施風景

（岩手県陸前高田市矢作町）

# 8年半の価値の棚卸 総評

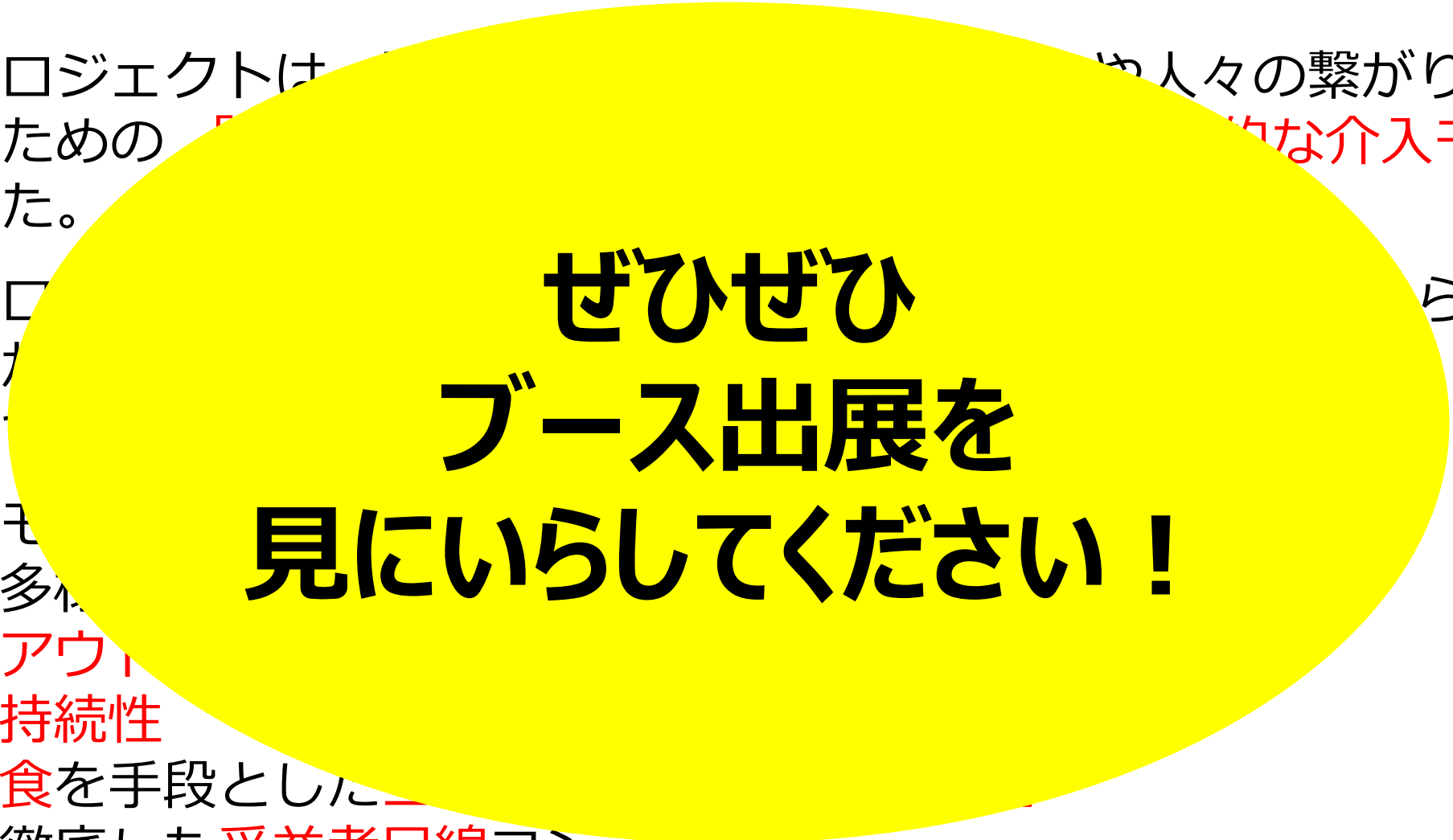
「いっしょに作っていっしょに食べた仲間でいっしょにまとめようプロジェクト」（まとめようPJT）

- 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

# 8年半の価値の棚卸 総評

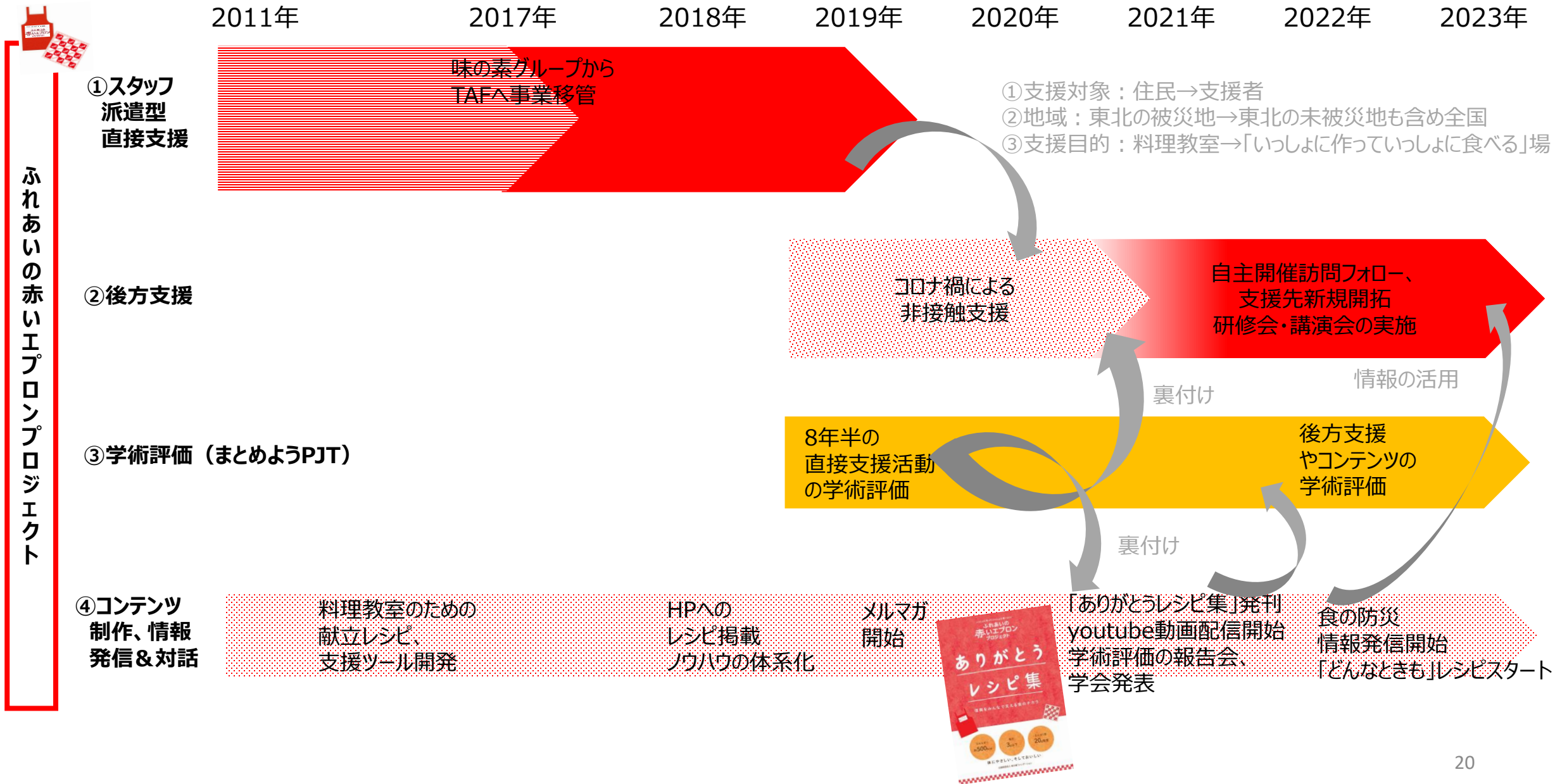
「いっしょに作っていっしょに食べた仲間でいっしょにまとめようプロジェクト」(まとめようPJT)

- 本プロジェクトは、地域のつながりを復活させるための「多様な介入モデル」であった。
- 本プロジェクトは、地域のつながりを復活させるための「多様な介入モデル」であった。
- 介入モデルは、
  - 1) 多様な関係者の参加
  - 2) **アウトリーチ**
  - 3) **持続性**
  - 4) **食**を手段とした介入
  - 5) 徹底した**受益者目線**コンテンツ



ぜひぜひ  
ブース出展を  
見にいらしてください！

# プロジェクトの歩みのまとめ



# プロジェクトの歩みのまとめ

2011年                      2017年                      2018年                      2019年                      2020年                      2021年                      2022年                      2023年

ふれあいの赤いエプロンプロジェクト

①スタッフ  
派遣型  
直接支援



②後方支援

アクションラーニングで  
事業の成果や根源的価値  
を確認



③学術評価（まとめようPJT）



④コンテンツ  
制作、情報  
発信&対話



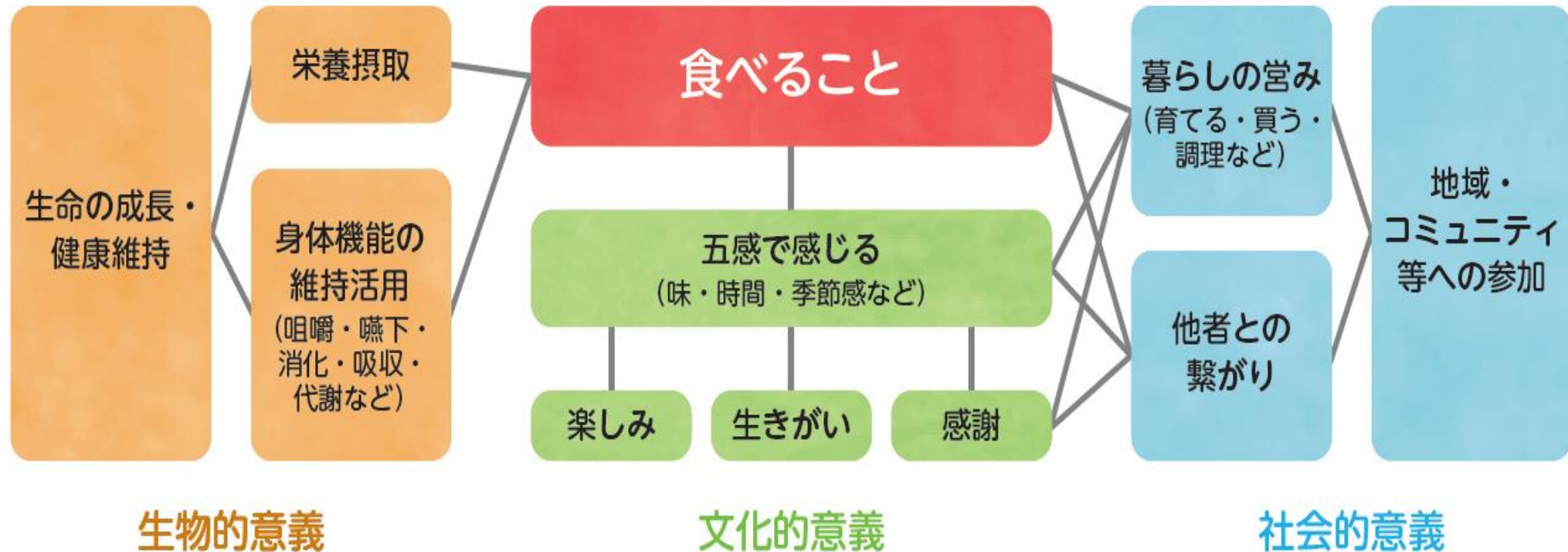
裏付け

情報の活用

裏付け

# 東北の8年半で学んだ「食べること」の価値

体の栄養だけではなく、心の栄養、人と人の繋がり・・・  
色々な価値がある（コロナ禍でも改めて実感中）

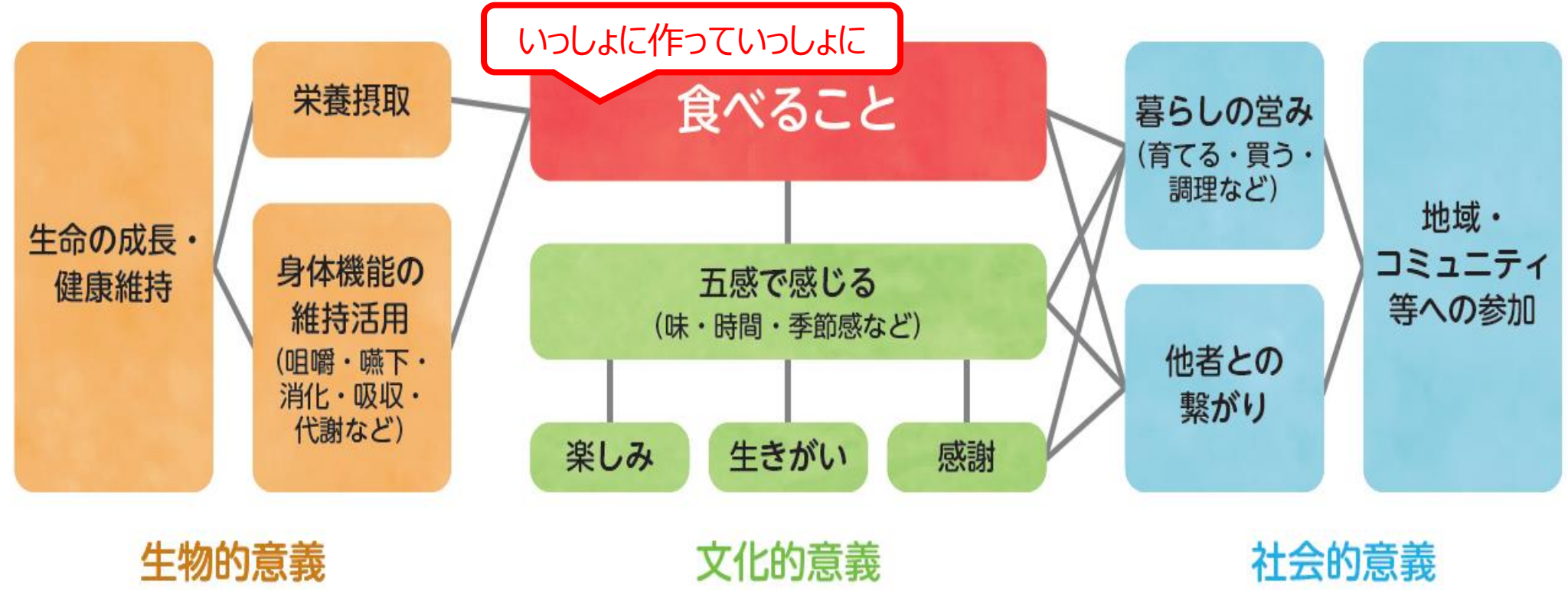


さらに、他の生命との繋がり・生態系の循環も…



# 東北の8年半で学んだ「**食べること**」の価値

いっしょに作っていっしょに食べるともっと楽しい、美味しい、さらに価値が強化される！



さらに、他の生命との繋がり・生態系の循環も…

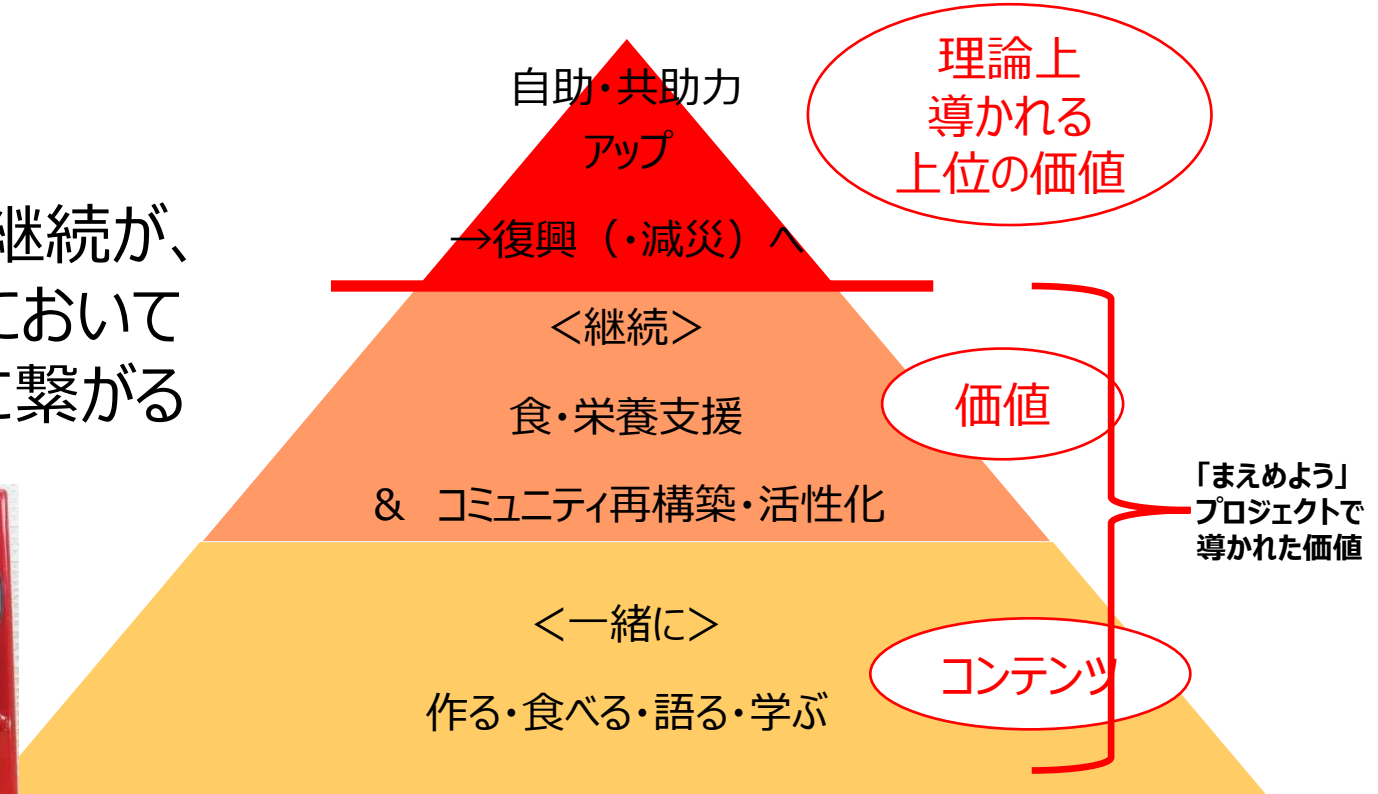


# 復興応援から、楽しく自然に次の災害に備える 減災活動へ、自助・互助力の向上へ

## 楽しく、おいしいから続く

続けられるから価値が生まれる

一緒に作る・食べる・語る・学ぶ活動の継続が、  
食を通じた栄養改善とコミュニティづくりにおいて  
自助・共助力向上と復興（・減災）に繋がる



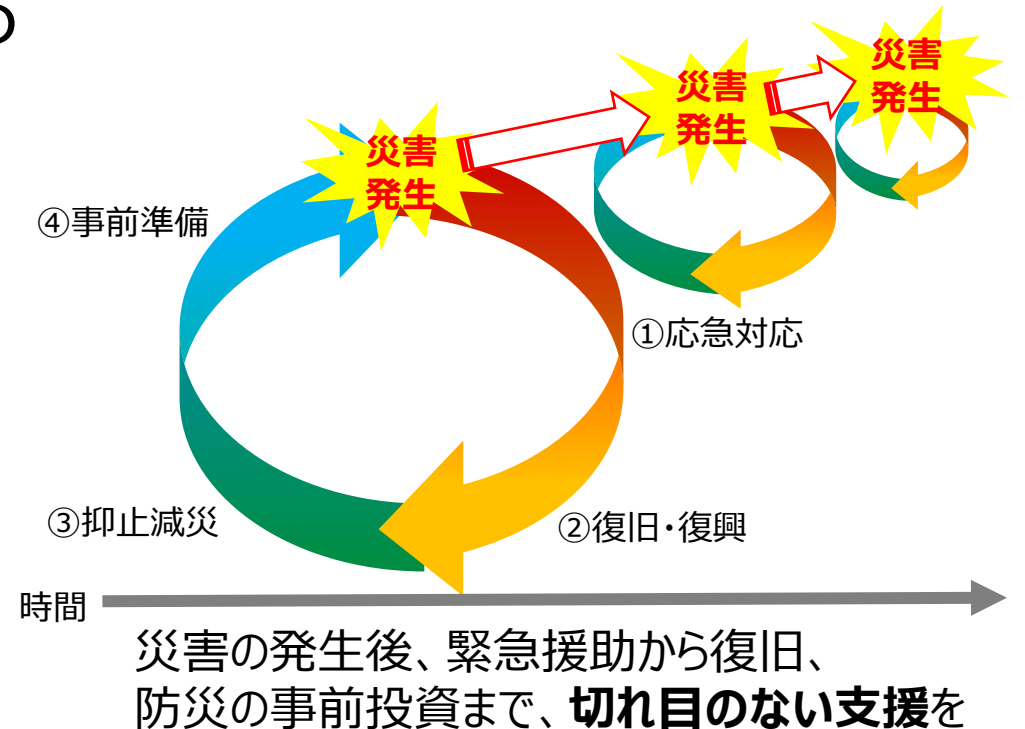


# 「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」で まわす災害マネジメントサイクル

食は**目的**でも**手段**でもどちらでも良い  
でも、**手段**にすると**担い手**と**可能性**が広がる

食で 災害復興推進  
食で 地域福祉推進  
食で 地域コミュニティ活性化  
食で 地域防災推進  
(全て**地続き**のテーマ)

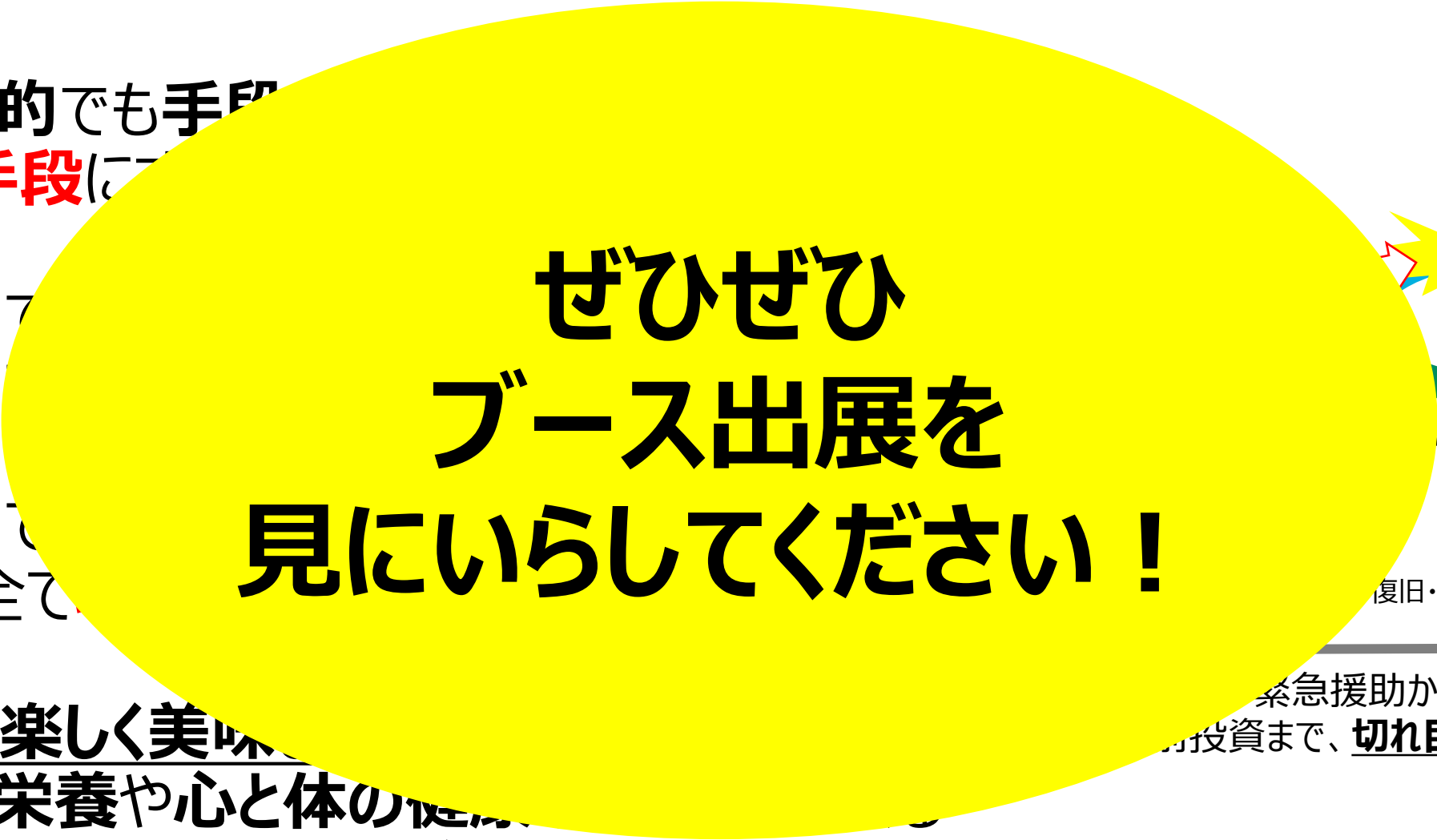
そして、楽しく美味しく続けていれば、  
自然に**栄養**や**心と体の健康増進**もついてくる  
(オマケでつけていくことが出来る)



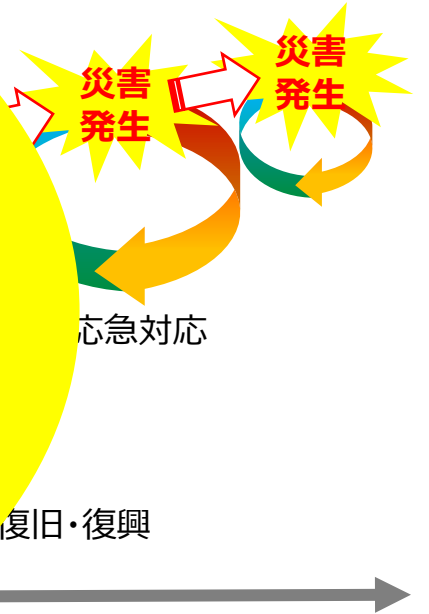
# 「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」で まわす災害マネジメントサイクル

食は**目的**でも**手段**  
でも、**手段**に

食  
食  
食  
食  
食  
(全て



**ぜひぜひ  
ブース出展を  
見にいらしてください！**



そして、**楽しく美味**  
自然に**栄養**や**心と体の健康**  
(オマケでつけていくことが出来る)