

第83回日本公衆衛生学会総会 シンポジウム

セッション名：22.

地域の社会課題の解決にアクションリサーチをどのように活用するか

東北復興応援「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」 による地域との連携活動 ～実践者視点でのアクションリサーチのメリット～

2024年10月30日

原裕樹 1) 齋藤由里子 1) 山田幹夫 1) 三浦優佳 1) 木下ゆり 2)3)

1)公益財団法人味の素ファンデーション (TAF) 2)ふれあいの赤いエプロンプロジェクト評価チーム

3)東北生活文化大学短期大学部

演題に関連し、開示すべきCOI関係にある企業は以下の通りです。

木下ゆり 過去1年間を通じて

<委託研究> 公益財団法人味の素ファンデーション



公益財団法人 味の素ファンデーションとは

- 味の素(株)が2017年に設立
- 公益財団法人→**官民連携**しやすくすることが狙い
- **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支援

ベトナム
栄養制度創設
プロジェクト
(2009年~)

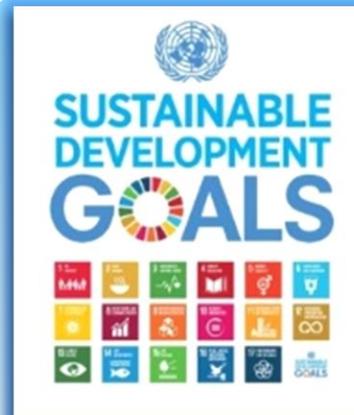


食の力による防災支援・復興支援

ふれあいの赤いエプロン
プロジェクト (2011年~)



食べる支援
プロジェクト
(2019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~)

「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」

2011年3月11日

東日本大震災 発災

同年10月～

「いっしょに作っていっしょに食べる」を
コンセプトにした**参加型料理教室**

<目的> ・食生活の改善

・被災地のコミュニティづくりを通じた復興



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



「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」

8年半の活動実績

※2020年3月末実績

開催市区町村数	東北3県51市町村
参加人数	延べ 54,434人 (多くが高齢者)
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

行政栄養士、食生活改善推進員、
社会福祉協議会、NPO、生協など



2011年～2020年

スタッフ直接派遣型の
料理教室は終了

2021年～現在

- ・料理教室自主開催(46団体) の後方支援
- ・全国で「食の防災」の自助・互助力向上に向けた啓発活動も展開

「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」



料理教室開催場所は復興ステージに合わせて、仮設住宅から災害公営住宅へ

楽しく続けていくための工夫

(1) 餅は餅屋の役割分担

■ 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

■ TAF

- ・料理教室進行

(2) いっしょに作っていっしょに食べる場

+ お茶の時間

→ **楽しく、自然なコミュニケーションを促進**



楽しく続けていくための工夫

(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

- 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) **身近な食材と調味料**だけでつくれて、
狭いキッチンでも再現しやすい簡便な調理方法
- 3) **栄養バランス**

(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



楽しく続けていくための工夫

(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



楽しく続けていくための工夫



(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が持つ料理教室運営のノウハウを**体系化**

2) 支援スタッフ向け**研修会** (= **料理教室ノウハウ**伝授)【2020年以降】

調理器具支援、レシピ集や動画などのコンテンツ提供でも開催継続を支援

→**現在も継続中**



アクションリサーチの導入経緯

8年半の活動の価値の棚卸

「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) 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) **社会へ還元** → 「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) 経緯

具体的な方法について**帝京大学**に相談

→ **アクションリサーチの導入**が決定

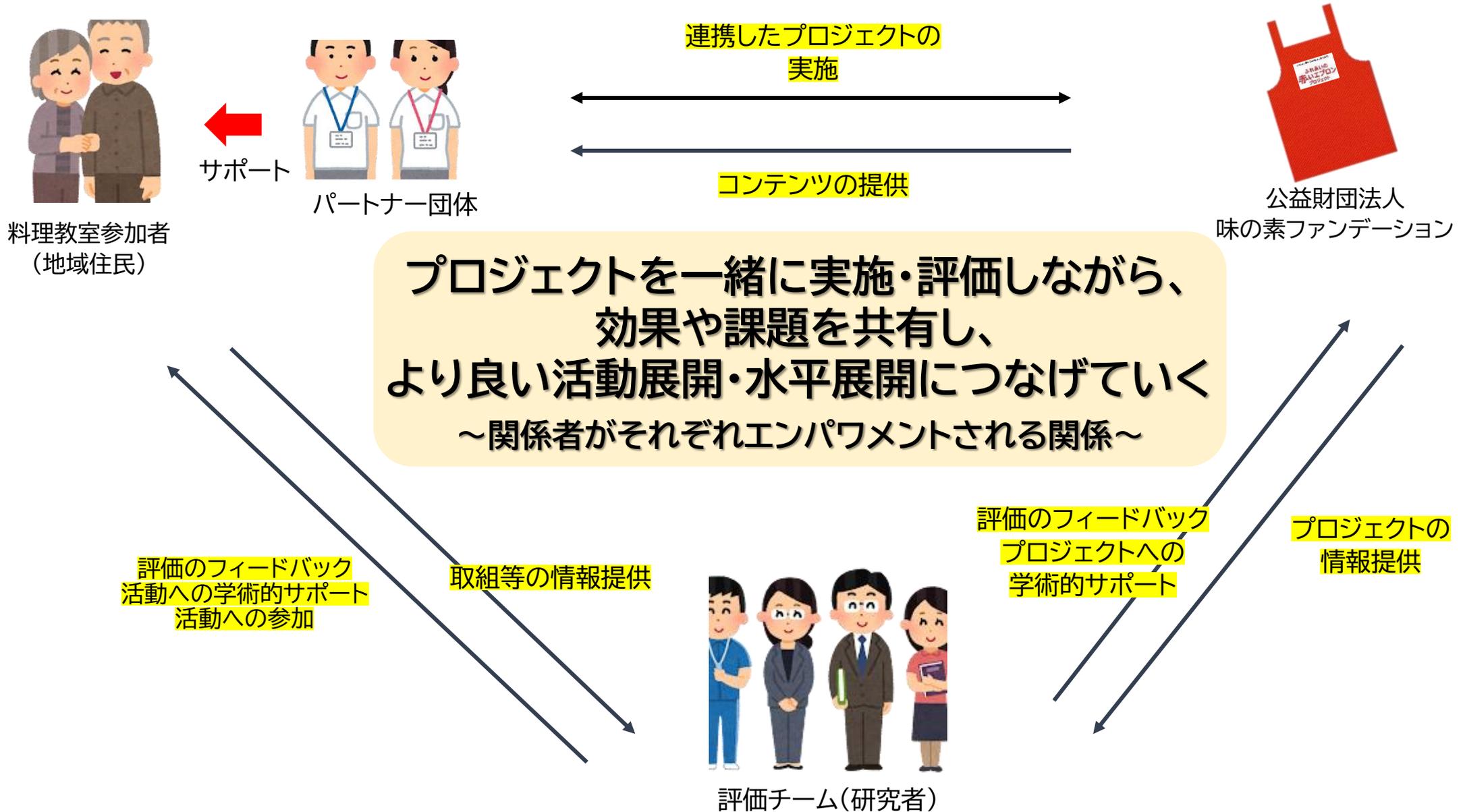


パートナー団体へのインタビュー調査
(宮城県気仙沼市)



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)

アクションリサーチ関係図



アクションリサーチ フロー図 1

2011～2019年度

2011年3月 東日本大震災発生



<地域> コミュニティの破壊・孤立化・震災後のストレス・食生活の課題・パートナー団体の活動の衰退



味の素(TAF)が、被災地支援を検討

「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」の開始



第三者評価として**研究者**が**評価チーム**を結成



<TAF> プロジェクトがどのような効果をもたらしたのか、評価したい！

評価Ⅰ：一緒にまとめようプロジェクト(プロジェクトの第三者評価)

料理教室参加者
(アンケート・インタビュー調査)

パートナー団体
(アンケート・インタビュー調査)

レシピデータ
(献立・栄養分析)

TAFスタッフ
(インタビュー調査)

社員ボランティア
(活動記録の分析)

2019～2021年度

2020年 新型コロナウイルス感染症の感染拡大



<地域> 実施していた料理教室の中止・活動の停滞・・・



<TAF> コロナ下でできる活動を検討

<TAF> これまで作ってきたレシピを「ありがとうレシピ集」として発行、広く配布



<評価チーム+TAF> プロジェクト評価の共有(報告会の開催)
～活動が停滞する中でのエンパワメントの機会の創出、学びを今後活かす～

学び
あい

料理教室参加者(地域住民)・
パートナー団体への報告会

TAF・パートナー団体・
評価チーム連携による学会発表

振返
り

味の素グループ社員
への報告会

アクションリサーチ フロー図 2

学び
あい

評価チーム・TAFによる、料理教室参加者(地域住民)・パートナー団体への**報告会**

報告会での気づき...

自走化や被災地以外での水平展開に向けたさらなるアクションの必要性
具体的な事例を通じた効果の明確化と蓄積したノウハウを活かした支援者支援や活動のための方策の検討

2020～2021年度



<地域>

パートナー団体による
自主活動の開催

A: 報告会を受けてパート
ナー団体の活動への
意識の変化・活動再開

B: 食生活改善推進員など
被災地以外での新たな取組



<評価チーム> 報告会での気づきとコロナ下での活動展開、新たな活動展開を踏まえたさらなる評価の実施



TAF

後方支援(研修会等)

評価Ⅱ:一緒にまとめて、みんなに伝えようプロジェクト
(フォローアップ調査)

パートナー団体種別や地域性から見た効果と
運営ノウハウの具現化

- ・男の料理教室当事者へのFGI
- ・パートナー団体の事例分析(235団体の分類・13事例の分析)
- ・インタビュー調査の再分析(福島、社協、食改等)

支援提供側の
運営ノウハウの具現化

- ・TAFインタビュー分析
- ・料理教室の衛生管理評価

レシピ集などコンテンツの有用性の評価と活用法の検討

- ・ありがとうレシピ集分析(被災地住民・パートナー団体・二次利用者)

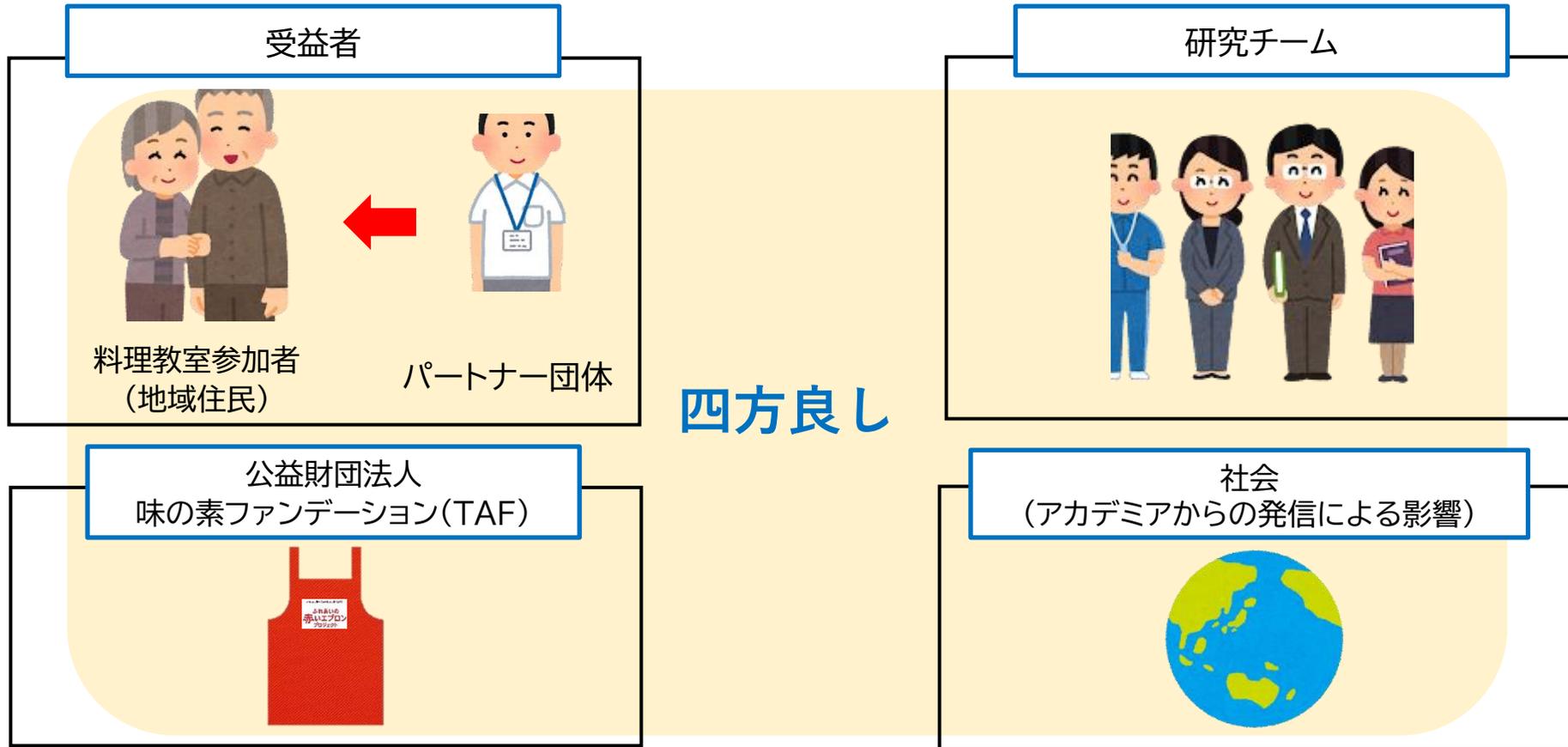
2022～2023年度

【課題】 活動の方が先行しているため、研究方法やデータの扱いに検討を要する

まとめようPJT 総評

- 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

実践者として実感しているメリット



- TAFとしては、学術チームとの連携によって
公益に資する**アウトカム創出の効率を高めることができる**というメリットがあると実感
(効率 = 通常の研究と違ってスピーディー、実践者の半歩後ろについてきてもらっているイメージ)
- **研究結果から学び・気づきを得て、次の活動に活かせる**というのは大きなメリット
 - **四方良し** (①受益者 ②研究チーム ③TAF ④社会)

ご清聴いただき、ありがとうございました。

今後ともどうぞ宜しくお願いします！

