スフィア基準×SDOH×フェーズフリー支援モデル「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」分析

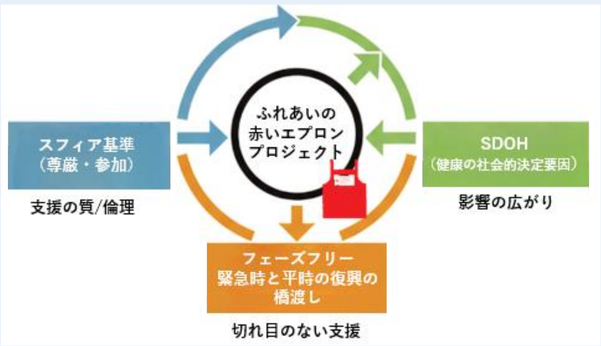
三浦優佳[1)]　久地井寿哉[2)3)]　佐藤香菜子[2)4)]　伊東尚美[2)5)]　石井なつみ[2)6)]
木下ゆり[2)7)]　黒田藍[2)8)]　福田吉治[2)8)]

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)公益財団法人エイズ予防財団　4)金沢学院短期大学食物栄養学科　5)福島県立医科大学医学部
6)医療法人かしの木内科クリニック　7)愛知学院大学健康科学部健康栄養学科　8)帝京大学大学院公衆衛生学研究科

VA（ビジュアルアブストラクト）

A. 結論：フェーズフリー・コミュニティ・レジリエンスモデル

「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト（赤エプ）」は、単なる災害時の「栄養支援（料理教室）」ではない。それは、**①人道支援の質**を担保しつつ（スフィア基準）、**②地域の複雑な健康課題**に（SDOH）、**③持続的に**介入した（フェーズフリー）、**「再現可能なモデル」**である。



B.背景(なぜ？)
・災害後の複雑な課題（栄養・孤立・メンタルヘルス）への対応が求められていた
・「居場所」をつくる必要性があった

C.結果(何を？)
・赤エプの活動には、5つの特徴的な実践がみられた
・参加者の声：
「寄り添い続けてくれた」
「支援される側からする側に」

スフィア基準：人道支援の国際基準。受援者を中心に据えた、支援の質と人の尊厳を守るための"世界共通のものさし"

仮設住宅での食・栄養課題
・栄養バランスの偏り
・塩分過多
・活動量低下に伴う肥満
・アルコール摂取量の増加

被災地の支援ニーズ：
体の栄養の前に、まず心の栄養
ほんのひと時でも、食を通して安心して楽しい時間を過ごして頂けるような工夫が必要だった

図.1　東日本大震災の約1年後(2012年)の仮設住宅のキッチン

図.2　料理教室後の試食・交流の様子

赤エプ支援内容の変化（2011年10月～2019年2月）
復興段階や被災地ニーズに応じて、支援の形を変えてきた。

2011～2013年	2013～2019年	2019年～	2020年～現在
栄養は前面にださない 現地の支援ニーズに合わせ、イベントメニュー(そばうちさんま料理、バーベキュー、天ぷらなど)を実施 ⇒"料理は楽しい"ことを思いだして欲しい	仮設住宅⇒災害公営生活再建が進む中でコミュニティや健康・栄養の課題が顕著化 ⇒段階的に栄養改善を図れるような設計に	直接支援後も地域で継続できるようにコンテンツを改良 「ありがとうレシピ集」発行 「安全・衛生研修会」の実施⇒**自走化へ**	自走化のためのコンテンツは被災地に限らず、各地多方面からニーズがあった 地域コミュニティの活性化や住民の健康づくりに貢献
心の栄養	＋体の栄養	SDOHの改善	地域レジリエンス強化へ **次起こりうる災害にも活かせる** **⇒フェーズフリー**

受援者を支援の中心に据え、人々の"尊厳の尊重"を大切にした「スフィア基準」の理念と合致していた

背景

1．東日本大震災被災地では栄養課題に加え、心のケアや地域の分断、孤立の防止など、**住民が安心して集える居場所づくりが地域課題**であった。味の素ファンデーションは、東北3県51市町村で料理教室「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト(赤エプ)」を実施した。

2．栄養支援に心のケアや居場所づくりを組み込み、健康の社会的決定要因（SDOH）を考慮しながら、地域コミュニティ活動参加推進や、健康格差の緩和を目指した。

目的

本研究の目的は、赤エプを①スフィア基準、②SDOH、③フェーズフリーの3点から再評価し、地域定着の要因と応用可能性を探ることである。

方法

「ふれあいの赤いエプロンプロジェクト」の活動記録、第三者評価報告書、参加者の自由記述等をもとに、①スフィア基準との照合、②SDOH視点での評価、③平時につながるフェーズフリー的展開の3点から検討した。

結果

活動の特徴は以下の5点であった。

活動の特徴	参加者の声（第三者評価報告書、WEBアンケートより）
（1）受援者を中心に据えた支援の姿勢： 復興段階や生活状況に応じ、物資支援から仮設住宅での「いっしょに作っていっしょに食べる」料理教室、さらに地域主導の自主開催へと段階的に展開した。	「最初(被災地は)栄養っていう問題じゃないことを伝えた。こちらに寄り添ってくれたのはありがたかった」 「支援される側から、支援したいという気持ちで動くようになったのもプロジェクトの成果だと思う」
（2）安心して参加できる場づくり： 調理初心者でも参加しやすい工夫や、安全・衛生管理の徹底により、自然な交流と継続的な参加が促された。	「役割分担を決め調理工程を分かりやすく説明してくれる」 「安全衛生面の注意事項を実践することで理解でき、衛生面での不安が払拭された」「わかりやすく楽しい」
（3）地域における連携と自走化： 自治会・社協・生協等と連携し、**地域に根ざした自立的な支援体制を構築。**住民が主体的に関与することで、活動が地域に定着し継続につながった。	「被災者を特別に被災者扱いしない。現地の担当者とのコミュニケーションを深めることを優先していた」 「みんなで協力しながらできた」
（4）再現性と日常に根ざした健康意識： 身近な食材・調理器具で実践しやすいレシピを活用することで、家庭での継続や共有が進み、レシピ集のWEB調査では満足度9割超、NPS42.1と高評価を得た。	「料理教室のレシピを家で何度も作っている」 「身体にも良く簡単に男性でも作る事ができる」 「レシピ以外にも、衛生面や栄養に関する情報も役立つ」
（5）SDOH評価： **経済的安定**：家計に配慮した食生活を提案。 **ヘルスリテラシー**：実習や資料により減塩・多様な食を学び、家庭で再現可能な調理スキルを習得。社会や地域とつながり、近隣者との新規・継続的交流を促進。	「簡単、美味しい、低価格」「手に入りやすい材料」 「外出・交流・食に対する興味関心を持てる場・食への意欲につながった」「一緒に作って技術が得られる」 「栄養の勉強ができる」「減塩を意識するようになった」

考察

・急性期は物資支援で生命維持を確保、復旧期は料理教室が複合的にSDOHを改善して、地域レジリエンスを高め、平時には住民が主体的に活動を継続し、健康行動が定着した。
・尊厳と参加を重視する運営はスフィアの理念を体現し、赤エプは災害と日常を橋渡しする**「フェーズフリー型地域レジリエンスモデル」**と位置づけられる。
・得られた知見は他地域・他災害への応用を通じ、持続可能な支援計画と健康格差縮小に資すると考えられた。

スフィアの理念に通じる本取組の食支援は、SDOHを通じて地域に根づき、フェーズフリーな支援へと発展した。今後はこのモデルを普及させ、"どんなときも食で人々を支える社会"の実現を目指していく。

▼フェーズフリー型地域レジリエンスモデル料理教室の様子はこちら

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関係にある企業は下記の通り。
受託研究：公益財団法人味の素ファンデーション