



## 管理栄養士を目指す女子大学生が 右京区老人クラブ連合会理事会で災害時の食の準備について発表

京都光華女子大学（学長：高見 茂）健康科学部 健康栄養学科 管理栄養士専攻の学生が、2/13（木）に京都市右京中央老人福祉センターにて開催される右京区老人クラブ連合会理事会で「高齢者に向けた災害時の食の準備」をテーマに発表し、災害時の食に関する意識向上に取り組みます。

### ■京都市の75歳以上人口24万人の災害時の食料備蓄は？

京都市の75歳以上人口は24万8千人であることに対して、京都市の高齢者の食事となりうる「お粥」の備蓄計画数は6万7千食となっており、大規模災害時、市が保有する備蓄だけでは不足すると推測されています。さらに、物流インフラが停止した場合、物資が届くのに数日を要し、より多くの食料が不足すると推測されています。

また、避難所では、水分不足や栄養の偏りに陥りやすいと言われており、体力や抵抗力が低下し、大規模災害では災害関連死に至るケースがあったと報告されています。そのため、平時から、公助だけでなく、各自が栄養を考えた災害時の食事対策を行うことが大切です。

### ■災害時に活用できるパッククッキングなどのレシピを検討し、リーフレットを制作

本学 健康栄養学科の2年生の正課科目「健康プロジェクトⅡ（指導教員：齊藤 曜子 准教授、大原 直子 非常勤講師）」では「災害時の食と栄養」をテーマに学生たちが課題解決にチャレンジしています。今回、高齢者における災害時の準備（自助）の啓発普及を目的に呼びかけを行います。

備蓄食品や家庭に常備してある食品を活用し、不足しがちな栄養をできるだけ摂取できるよう、学生が考案したパッククッキング（ポリ袋を利用した調理法）等6品のレシピや、備蓄しておく役立つ食品、ローリングストック等の方法についての情報を盛り込んだリーフレットを作成しました。



このリーフレットを基に健康栄養学科 管理栄養士専攻の2年生6名が2月13日（木）、右京区老人クラブ連合会理事会にて、発表・配布し、啓発普及活動を実施します。

### ■右京区老人クラブ連合会

日 時：2月13日（木）9時50分～（理事会の冒頭での発表となります）

場 所：京都市右京中央老人福祉センター 第一・第二会議室

（〒616-8105 京都市右京区太秦森ヶ前町 22-3）

報道各社におかれましては、ぜひ、この活動について、ご取材いただきますようお願い申し上げます。

#### ◀取材に関するお問い合わせ▶

京都光華女子大学/短期大学部 入学・広報センター 担当：川島

[TEL] 075-312-1899 [FAX] 075-312-5594 [E-mail] hkk@mail.koka.ac.jp [URL] <https://www.koka.ac.jp>



### Well-Being を実現する健康・未来創造キャンパスへ

京都光華では、これまで80余年にわたって仏教精神に基づく女子教育に取り組んできました。その根幹にあるのは校訓「真実心」。世界が目指す「持続可能な社会」に通じる重要な考え方です。私たちは、この理念によって立ち、すべての人が健やかに暮らせる“Well-Being”な未来を目指し、学生一人ひとりに、そして地域に寄り添い、社会の要請に応えてまいります。