



自らの被災経験をもとに、地元への思いをカタチに 石川県七尾市後援「災害時に役立つ簡単調理と栄養セミナー」開催

京都光華女子大学（学長：高見 茂）健康科学部 健康栄養学科 健康スポーツ栄養専攻 4年生の学生が中心となり、9月19日（金）に、石川県七尾市・中島地区コミュニティセンターにて地域住民の方々を対象に「災害時に役立つ簡単調理と栄養セミナー ～もしものときに備えて、安心できる食の知識を～」を開催いたします。（後援：石川県七尾市）

■令和6年能登半島地震で被災し、避難所生活を経験した学生が企画

本セミナーは、石川県七尾市の同地区出身で、自身も帰省中に令和6年能登半島地震で実家が全壊し、避難所生活を経験した下出 真子さん（本学 健康栄養学科 健康スポーツ栄養専攻 4年生、指導教員：原 正美教授）の実体験をもとに、地元被災地への思いを込めて企画されました。下出さんは本専攻で食物アレルギーについて研究しており、今回、日頃の学びで得た知識を活かし、当日は下出さんと協同研究者の田村 七海さん（同専攻 4年生）による栄養セミナーの発表、学生考案の非常時用レシピ紹介と試食、アレルギー対応レシピ集の配布を実施します。企画・運営にあたる下出さんは被災の当事者として、田村さんとともに公務員試験（栄養教諭）に挑戦しながら、現場の声と学びを社会に還元すべく活動しています。

■被災者の健康意識の向上が目的

本セミナーは、災害時における食物アレルギー対応レシピの紹介および栄養サポート活動を通じて、仮設住宅で暮らす被災者の健康意識の向上を目的としています。非常時に活用できるレシピのデモンストレーションと試食に加え、栄養と食事管理に関する研修会を行い、日頃からの備えの重要性を広く伝えることを目指しています。また、地域と大学の連携を強化し、今後の災害時支援のモデルケースとして広く活用されることを目指します。

■「災害時に役立つ簡単調理と栄養セミナー」概要

【日 時】 2025年9月19日（金）10:00～12:00

【会 場】 七尾市 中島地区コミュニティセンター（〒929-2222 石川県七尾市中島町中島甲部 170 番地）

【内 容】

- ① 簡単に調理できるアレルギー対応レシピの紹介・試食
- ② 災害時に不足しやすい栄養素について
- ③ 実際に使える代替食材の紹介
- ④ パッククッキングとは？（実演・解説）

【参加特典】 アレルギー対応食レシピ集を参加者にプレゼント

【参加費】 無料

【主 催】 京都光華女子大学 健康栄養学科 健康スポーツ栄養専攻 原研究室

【後 援】 石川県七尾市

報道各社におかれましては、ぜひ、取材のご検討をよろしく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/

2026年4月共学化！
「京都光華女子大学」から
「京都光華大学※」へ
※名称変更

STAY BONBU, CO-CREATE WELL-BEING.

世代を超え、願いをつなぎ続ける学園を目指して

Well-Beingな社会を実現するためには多様な人々が手を取り合い共創することが必要です。その共創のスキルを学生が育めるよう、本学園はジェンダーの壁を取り払い、男女共学化。おもいよりの心で互いを尊重し、あらゆる人と共創できるキャンパスに進化します。