

災害時の子どもの食・栄養支援について

坪山（笠岡） 宣代

国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所／国立健康・栄養研究所 国際栄養情報センター
国際災害栄養研究室

災害時 子どもの食・栄養を後回しにしてはいけない!

なぜなら、真っ先に優先して栄養支援が必要なのは「母子」だからである。食べ物が不足する中、低栄養や食事の偏り等による重大な健康障害や災害関連死を回避しなければならない。また、食物アレルギーへの対応は災害時の食支援において大変重要である。そのための食料備蓄や特殊栄養食品を提供する仕組み、被災された子どもを把握する仕組み等が喫緊の課題である。

東日本大震災では、3割以上の避難所に、なんらかの食支援が必要な被災者がいた。その中で最も多かったのは、「ミルク・離乳食が必要な乳幼児」であった¹⁾。その後、避難が長引くと4日～1か月のフェーズではさらに食支援のニーズが高まっていた²⁾。

熊本地震で母子における具体的な課題を抽出したところ、被害状況の異なる地域でも共通していたのは、ミルク、アレルギー対応食、離乳食等個別の食事に困っていたこと、子どもの肥満増加であった。一方、食べ慣れた食事に安心することが被害の甚大な地域でのみ多く語られていた。また、乳幼児と小中学生について、肥満増加は共通していたが、不安による食欲不振は乳幼児でのみ多く語られた。さらに、甚大な被害を受けた地域では、急性期だけでなく中長期的にも衛生上の問題があった。

生活環境も食と関連する。授乳のための個別の場所や更衣室が無いことで、母子の食にも影響が生じていた。そのため、母子は避難所生活を断念し、車中や被災地外へ避難していたことも明らかとなった。

このような問題を解決・支援するためにはガイドラインやマニュアルが欠かせない。そこで、災害時における栄養・食生活に関連するガイドライン等を調査したところ、現在公表されている母子に関するガイドライン等は、2011年に作成され、その後更新されていないガイドライン等が多いこと、発災初期に対応する内容が多いこと等が明らかとなった。

災害時の母子の課題は多岐にわたり、中長期的にも食事の量および質の確保が困難であり、食事の改善が生活の質向上につながる事が明らかとなった。今後、最新のエビデンスに基づいて作成したマニュアル等を積極的に周知するとともに、災害時の母子保健支援に活かす必要がある。

1) Tsuboyama-Kasaoka N et al. Asia Pac J Clin Nutr 2014;23(1):159-166.

2) Tsuboyama-Kasaoka N N et al. Int J Disaster Risk Reduct. 2021;66:102598.

3) Tsuboyama-Kasaoka N, N et al. Int. J. Environ. Res. Public Health 2021, 18, 2309.

●災害後の中長期的な母子保健対策マニュアル

(作成：令和2-3年度厚生労働行政推進調査研究事業「災害後の母子保健サービス向上のための研究」班)

<https://www.nibiohn.go.jp/eiken/disasternutrition/info/boshimanual.html>

●災害時の栄養情報ツール

一般の方向けリーフレット&専門家向け解説 赤ちゃん、妊婦・授乳婦編

((国研) 医薬基盤・健康・栄養研究所)

http://www.nibiohn.go.jp/eiken/disasternutrition/info_saigai.html