

## 【取材調整可能・有識者(大学教員)のご紹介】

自然災害発生件数は約2.7倍 一方、防災食を準備している人はわずか40.8%？

## 【9月防災月間】食の専門家が語る「命を守る食」の重要性

～「食」を通じた社会貢献 学校給食の実現で次世代の健康を支える～

摂南大学 農学部食品栄養学科 今城 安喜子（いまじょう あきこ）講師

摂南大学（学長：久保康之）では、9学部17学科にわたる専門分野を持つ教員への取材を受け付けています。今回は、**摂南大学 農学部 食品栄養学科の今城安喜子 講師**を紹介します。

中小企業庁が発表した2019年版「中小企業白書」では、1996年から2018年までの自然災害発生件数が25年前に比べ、約2.7倍も増加したことが分かりました。※1 災害が増加する一方で、令和4年に内閣府が行った調査によると、「大地震に備えて、食料・飲料水、日用品、医薬品などを準備している」と回答した人はわずか40.8%となりました。※2 災害時の食事確保から子どもたちの栄養バランスまで、「食」は私たちの命と健康を支える重要な要素です。今城講師は、災害時に使えるポリ袋調理法や、効果的な備蓄方法「ローリングストック法」、さらに長期休暇中の子どもの栄養問題まで、幅広い視点から「命を守る食」について研究しています。

また、中学校全員給食実現に向けた活動にも取り組んでいます。枚方市立中学校全員給食事業PFI事業者選定審査会では副会長をつとめ、中学校全員給食の実施に向け、給食センターの整備や運営等に携わっています。今城講師の働きかけもあり、枚方市でも2学期から給食費の無償化が実施され、全員給食の開始に向けて動いています。

防災月間で防災への関心が高まる9月、防災食から学校給食、地域の食文化継承まで、「食」を通じた社会貢献について、今城講師が解説します。ご取材希望の方は下記広報事務局までご連絡ください。

※1：2019年版 中小企業庁「中小企業白書」[https://www.chusho.meti.go.jp/pamflet/hakusyo/2019/PDF/chusho/05\\_Hakusyo\\_part3\\_chap2\\_web.pdf](https://www.chusho.meti.go.jp/pamflet/hakusyo/2019/PDF/chusho/05_Hakusyo_part3_chap2_web.pdf)※2：令和4年9月 内閣府「防災に関する世論調査」<https://survey.gov-online.go.jp/r04/r04-bousai/2.html#midashi4>

## ◆プロフィール

所属：農学部 食品栄養学科  
職位：講師  
学位・資格：学士（児童教育学）、修士（学校教育学）  
研究分野：栄養教育・食に関する防災教育・食育 人文・社会



今城 安喜子 講師

## ◆お話しできること

## ・災害食で重要な「3つのT」 ポリ袋調理法で日常から災害食を

災害食で重要なのは、①Time…時短、簡単 ②Tasty…美味しい ③Tender…環境にも人にも優しい という「3つのT」です。美味しくなければ災害食にはならず、普段から「備蓄食＝日常」の展開になるように、日頃の食事と同じくらい手軽で美味しいものでなければなりません。そこで、今城講師はポリ袋で簡単に調理できるポリ袋調理法をおすすめしています。日常でもできる、手軽で美味しい災害食についてお話可能です。

## ・【防災ではなく、減災】意外と知らないローリングストックの重要性

地震・台風など、自然災害は防ぐことができません。そのため、災害が起きた際、いかに被害を減らすか、減災の考え方が重要になります。普段から少し多めに食材を買って、使った分だけ新しく買い足していくことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておく「ローリングストック法」は、とても重要な考え方です。例えば、普段から水道水をペットボトルに入れておき、溜め込んだ水を調理に使う、夏はクーラー代わりにするなどちょっとした工夫で備蓄が可能になります。意外と知らないローリングストックについて解説します。

## ・長期休暇で十分に昼食をとれていない子どもが46.2%？ 子どもの栄養問題に言及

セーブ・ザ・チルドレンが実施した、2023年「夏休み 子どもの食応援ボックス」申込者アンケート結果※3によると、長期休暇中に昼食を十分にとれていない子どもは46.2%となっており、給食がない期間の子どもの食の状況が悪化している実態が明らかになっています。

また、子どもは普段の食事でも、脂質と塩分をとりすぎており、ビタミン、カルシウム、鉄分が不足していると言われています。給食では栄養バランスを守るために、栄養を細かく計算してメニューが考えられています。発達が盛んな子どもたちにとって、食育の観点も含めた給食の重要性について解説します。

※3：セーブ・ザ・チルドレン 2023年「夏休み 子どもの食 応援ボックス」申込者アンケート <https://www.savechildren.or.jp/scjcms/press.php?d=4203>

## 実践を通して学ぶ食育への探究

### 防災に強い枚方市「ビオルネ防災キャンプ」

2022年9月24日、枚方市岡本町公園及び近隣の商業施設ビオルネにて実施した防災キャンプでは、遊びや体験などを通じて楽しく防災・災害を学び、関心と知識が高められる参加型イベントの一環として「親子防災バッククッキング」を行いました。

バッククッキングとは、耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法で、袋ごとに違う料理を一度に作れるので、時短テクニックとして普段からも役立ちます。現実的な災害時を想定し、非常食やどの家庭にもありそうな食材を使い、炊き込みご飯、親子丼、チキンライス、ツナのクリーム煮、小松菜のナムル、キャラメルソースプリンを20分で調理しました。

#### ●ポリ袋料理 レシピサイト「クックパッド」

<https://cookpad.com/kitchen/53065279>



### 【食育】給食や特産物を使った実践的な取り組み

給食の時間は、特別活動に位置付けられている学びの場です。給食を教材に教育効果を引き出すよう食育に取り組むことが重要と示されています。今城講師は、「教科書が無償なのに、なぜ給食費は無償ではないのか？」と疑問を持ち、給食費無償化を進めていきました。今城講師の働きかけもあり、枚方市でも2学期から給食費の無償化が実施され、中学校全員給食の開始に動いています。

また、枚方市の特産品をエディブルフラワー（食べられる花）にし、街の活性化を図ることを目的に、大阪工業大学サイバーヒューマンシステム研究室(CHS LAB)学生と摂南大学農学部食品栄養学科有志14名の学生がコラボチームを発足し実現に向け取り組んでいます。2024年11月30日に開催予定の農業祭りでも、エディブルフラワーを使ったスイーツの提供とエディブルフラワーを用いたレシピ集の配布を予定しています。

さらに枚方市の郷土料理である、河内そうめんを食文化絵本にし、伝統を継承していく取り組みや、環境教育絵本を作成し、園児に食べ残しによる環境への影響などを伝えています。



本件に関わる内容を幅広くお話可能です。ご取材希望の方は下記広報事務局までご連絡ください。  
※できる限り調整をさせていただきますが、取材のタイミングによってはお受けできない可能性もある旨ご了承ください。

【報道関係者様のお問い合わせ先】

摂南大学広報事務局（アンティル内） 担当：佐藤、内藤、水原、藤井

TEL：06-6225-7781 E-MAIL：[setsunan\\_pr@vectorinc.co.jp](mailto:setsunan_pr@vectorinc.co.jp)