

事例

おいしくたべよう！ 災害食

Food and Smile！（宮城学院女子大学）（宮城県）

「Food and Smile!」（略称FAS）は、宮城学院女子大学で管理栄養士を目指す学生が運営している、食を通じた地域の活性化に貢献することを目指すボランティア団体で、名称には「食を通して笑顔に」という想いが込められています。メンバーのほとんどが東日本大震災を経験しており、東日本大震災で明らかになった災害時の食に関する問題を解決するため、地元企業や地域住民と連携しながら、衛生面や栄養面に配慮し、避難所や家庭にある食材で水道・電気・ガスを極力使わず簡単に調理できる「災害食」レシピの開発や普及に取り組んでいます。

レシピの作成は、顧問の教員の指導を受けながらメンバー全員で取り組んでいます。レシピを考案する際には、地場産物や備蓄食料を活用したり、簡単に調理できてアレンジしやすくしたり、子供や高齢者でも美味しく、楽しく食べられるような工夫をしています。

また、様々な団体の依頼を受け、開発したレシピを紹介する料理教室を県内外で開催し、「災害食」への理解促進と普及を図っています。料理教室は企画・運営を依頼者と学生が一緒に行い、参加者が理解しやすい説明の仕方を考え、リーフレットやレシピなども分かりやすくなるよう工夫を凝らしています。例えば、子供会の料理教室では、チームで協力し、水の使用や洗い物を減らすことができる料理を作り、災害時の調理の工夫について保護者とともに学んでもらうことができました。また、料理教室の参加者が更に地域の料理教室でレシピを紹介するなど、防災意識や「災害食」の知識が地域全体に広がる取組となっています。学生たちも、料理教室の運営を通じて、説明する能力が向上するとともに、先を見通して準備をする等、計画的に行動できるようになったと感じています。

今後も、防災意識の向上と災害時に実際に役立つ食に関するアイデアの普及を図るとともに、学生自身も自ら考え、工夫していくことで成長していきたいと考えています。



学生が考案したサバ缶パエリア



子供会での料理教室の様子