

災害時の保健活動
(栄養・食生活・衛生)
支援マニュアル作成ガイド

令和7年3月

川薩保健所管内行政栄養士連絡会

《目次》

災害時の保健活動（栄養・食生活・衛生）支援マニュアル作成ガイドの活用にあたって	P 1
ー活動概要ー	
平常時準備しておくこと	P 2
フェイズ0（概ね災害発生後24時間以内）初動体制の確立期	P 3
フェイズ1（概ね災害発生後72時間以内）緊急対策期	P 4
フェイズ2（概ね4日から2週間まで）応急対策期	P 5
フェイズ3（概ね2週間以降）復旧・復興期	P 7
別紙1 指定避難所における調理設備状況一覧表	P 8
別紙2 食料備蓄一覧表	P 9
別紙3 災害時初期対応フローチャート	P11
別紙4 災害時炊き出しレシピ（自治会用、自衛隊用）	P12
別紙5 特殊食品（乳幼児・嚥下困難）の取扱店舗一覧	P17
別紙6 関係団体名簿	P18
別紙7 支援活動必要物品チェック票（管理栄養士・栄養士用）	P19
別紙8 食料供給支援要請票（特殊食品、一般食品、物品）	P20
別紙9 食事で特別に支援が必要な方の人数確認表	P23
様式1 避難所食事状況調査	P25
様式2 被災者健康相談票	P27
被災者健康相談票（経過用紙）	P29
様式3 健康調査連名簿	P31
様式4 被災者支援対象者名簿（栄養）	P32
リーフレット1 「もしも」のときのために備えよう、災害食。（乳幼児、持病あり、高齢者）	P33
リーフレット2 感染症・食中毒予防に手を洗おう！	P39
リーフレット3 ペットボトルを使った消毒液の作り方	P40
リーフレット4 避難所から出る食事が食べられない方はご相談ください	P41
リーフレット5 避難所での食生活について①②	P42
避難所生活での運動のすすめ	P44
リーフレット6 栄養相談窓口	P45
リーフレット7 災害時かんたんレシピ	P47
リーフレット8 調理の工夫	P50
参考資料1 食事において特別な配慮が必要な方への対応	P51
参考資料2 食料支援物資仕分け方法及び注意点	P53
特殊食品の種類（乳幼児用、高齢者用）	P54
参考資料3 食中毒予防のために！	P55
参考資料4 炊き出しをされる方へお願い！	P56
参考資料5 炊き出しチェック表	P57
参考資料6 面談時に注意すること	P58
参考資料7 身体所見のポイント	P59
食事ホッとカード（災害時でも炊き出し現場で“簡単に作れる料理”を紹介した献立集）	P60
参考文献等	P71

「災害時の保健活動（栄養・食生活・衛生）支援マニュアル作成ガイド」の策定にあたって

昨今、局地的な豪雨や非常に強い台風の襲来による風水害が国内各地で発生し、また予期せぬ大地震やそれに伴う津波の発生等による甚大な被害も発生しています。

ひとたび大規模災害が発生した場合、山間部の集落や離島集落等の地理的な特性も相まって、交通路や通信手段、電気、水道、ガス等のライフラインの喪失により、地域が孤立する事態も発生します。

これまでの大規模災害の経験から、災害時支援としての公助の限界が明らかになるとともに、自助・共助の重要性が指摘されています。もしもの災害に備える上で、あらかじめ自助・共助・公助による役割を明確にしておくこと、そして万が一の災害発生時には災害フェーズに応じてそれぞれの役割が十分に機能するよう具体的な手順を示しておくことが重要です。

管内各市町におかれては、災害時の二次健康被害防止の観点をふまえ、栄養・食生活支援の視点を含めた災害時の保健活動マニュアルの整備に向けて、本ガイドを活用いただくようお願いいたします。

令和 7 年 3 月

鹿児島県川薩保健所長 岩松 洋一

自助・共助・公助による災害に強い

地域社会の実現を目指して

鹿児島県は、集中豪雨や台風などによる甚大な被害を毎年のように受け、また 11 の活火山を有し、桜島の大正噴火に代表される火山災害も身近に迫る脅威として存在しています。防災対策は災害対策基本法や地域防災計画等に基づき、県・市町村及び防災関係機関を中心に行われますが、被害を最小限度にとどめるには関係機関による防災対策の充実はもとより、県民自らが防災対策の主体であることを認識し、日ごろから災害について備え、適切な対応をとることが極めて重要です。このことから「自助」「共助」「公助」を基本として、県民・市町村・県及び防災関係機関がそれぞれの役割と責任のもとに相互に連携・協働して防災対策を着実にを行うことにより、県民が安心して生活することができる地域社会を実現するため、鹿児島県防災対策基本条例が制定されました。

(平成 20 年 4 月 1 日施行)



災害時の保健活動（栄養・食生活・衛生）支援マニュアル作成ガイドの活用にあたって

大規模災害や広域災害が発生した場合、各市町の管理栄養士・栄養士はフェイズに即して、住民の栄養状態や食生活・衛生面に関する支援活動が期待されます。

そこで、本マニュアルは、近隣市町の支援や受援時においてスムーズな活動につながるよう、フェイズごとの活動概要を整理するとともに、準備から活動時に必要な記録や報告様式、リーフレットをまとめたものとなっています。

市町防災計画において、職員の災害時の役割が明記されていることも考慮し、本マニュアルを参考に、各市町では自治体独自の活動方針や地域状況に応じて変更し、地域に即した活動マニュアルに作成していくものです。

災害時の保健活動支援(栄養・食生活・衛生)の流れ				
フェイズ	フェイズ 0 (震災発生から24時間以内)	フェイズ 1 (72時間以内)	フェイズ 2 (4日目～2週間)	フェイズ 3 (2週間以降)
栄養管理	◎特殊食品の調達支援	◎炊き出し等の支援 (食事摂取困難者への対応 等) ◎被災者の状況把握	◎栄養相談 (避難所、自宅等巡回栄養相談)	◎栄養教育 (仮設住宅、帰宅後の食事作りの指導 等)
衛生管理		◎食中毒予防の周知		
関係部署との連携	◎情報の共有 (被災状況) (避難所の食事状況)			
※ 衛生管理に関しては、保健所の指導のもと食中毒予防に努めるものとする。				

平常時にしておくこと

	様式	問い合わせ先
☐ 地域防災計画の内容の把握及び所属課の役割の把握 ☐ 管理栄養士・栄養士が所属する課の役割 ☐ 栄養・食生活支援について ☐ 管理栄養士・栄養士の役割について ☐ 指定避難所（調理設備）	(別紙1)	〇〇課
☐ 食料備蓄の確保 ☐ 食料備蓄がある場合は、備蓄場所、種類、備蓄量等の内容を把握し、一覧表を作成 ☐ 食料協定の有無の確認 ☐ 一般家庭における食料備蓄の促進 ※ 広報誌等を活用して、備蓄の普及啓発を行う。	(別紙2) (リーフレット1)	〇〇課 〇〇課 〇〇課
☐ 炊き出し体制の整備 ☐ 炊き出し可能な調理施設の把握 ☐ 災害時初期対応フローチャートの作成 ☐ 炊き出し用の献立例の作成（1週間程度） ☐ 食生活改善推進員へ炊き出し研修の実施	(別紙1) (別紙3) (別紙4-1、2)	〇〇課
☐ 災害時要配慮者等のうち「食事の配慮が必要な人」の把握 ☐ 保健師等と連携し共有する ＊食事の配慮が必要な人 栄養確保の観点から避難所等で普通の食事ができない人 ①乳幼児（粉ミルク、離乳食等が必要） ②高齢者等で嚥下が困難（かゆ食や形態調整等が必要） ③慢性疾患で食事管理が必要（腎臓病、食物アレルギー等） ④文化や宗教上の理由で配慮が必要（ハラール、ビーガン等）		
☐ 特殊食品（乳幼児・嚥下困難）の取り扱い店舗の把握 ☐ 一覧表の作成 （社名、所在地、電話番号、取り扱い品 等）	(別紙5)	
☐ 栄養教室や料理講習会等において、食中毒予防の知識普及 ☐ 手洗い、手指消毒の必要性 ☐ 次亜塩素酸の希釈方法及び活用方法	(リーフレット2) (リーフレット3)	〇〇課
☐ 関係団体、及び関係部署との連携 ☐ 関係団体名簿を作成	(別紙6)	
☐ 災害時支援活動必要物品の準備	(別紙7)	

フェイズ 0（概ね災害発生後24時間以内）初動体制の確立期

	様式	問い合わせ先
☐ 状況把握 ☐ 避難住民数 ☐ ライフラインの被害状況 (電気、ガス、水道、道路 等) ☐ 食料・水供給の被害状況 (スーパー、市場、備蓄品保管場所 等)		〇〇課
☐ 避難所の食事状況確認 ☐ ライフラインの被害状況 ☐ 炊き出しの有無 ☐ 設備・環境 ☐ 避難所住民数	(様式1)	
☐ 食料・水供給の支援要請	(別紙8-1、2)	〇〇課
☐ 特殊食品の調達（一覧表参照） ☐ 避難所状況把握後、特殊食品を薬局やドラッグストア等で購入 ※ ★マークのついた食品を優先的に購入 ☐ 特殊食品の物資管理	(別紙8-1) (別紙5)	
☐ 備蓄食品の活用・分配 ☐ 熱を加えなくてもよいもの、調理しなくてもよいもの (乾パン・缶詰・菓子類等)を優先的に配布 ※ 幼児・高齢者への乾パン配布は要注意。(誤嚥の危険)		〇〇課

フェイズ 1（概ね災害発生後72時間以内）緊急対策期

	様式	問い合わせ先
☐ 状況把握 ☐ 避難住民数 ☐ ライフラインの状況（電気、ガス、水道、道路 等） ☐ 食料・水供給の状況		〇〇課
☐ 避難所の食事状況の確認	（様式1）	
☐ 炊き出し等の支援 ☐ 炊き出しの食事の摂取が難しい人の人数把握 ☐ 炊き出し従事者へ食事の摂取が難しい人の食事代替案を助言 ☐ 調理場内のライフライン使用不可の場合の代替案提案 ☐ 炊き出し内容を確認し、支援物資をバランスよく組み合わせた献立を提案	（リーフレット4） （別紙9-1、2） （参考資料1） （別紙3）	〇〇課
☐ 食料支援物資（特殊食品）の把握・調整・提供依頼 ☐ 特殊食品の調達（一覧表参照） 分別を担当者へ提案 ☐ 特殊食品の量及び内容の確認 ☐ 特殊食品の購入依頼（一覧表参照）	（参考資料2-1、2） （様式1） （別紙8-1）	〇〇課
☐ 被災者の状況把握（※保健師による聞き取り） ☐ 栄養・食生活支援対象者数及び支援内容の確認	（様式3）	
☐ 食中毒予防の周知 ☐ 保健所へ衛生管理に関する助言指導を依頼 ※ 対象：炊き出し従事者及び避難所利用者	（参考資料3） （参考資料4）	〇〇課
☐ 食生活に関する注意喚起 ☐ 便秘予防、水分補給、食物アレルギー対策等、避難所での食生活についての注意点を周知	（リーフレット5-1）	〇〇課

フェイズ 2（概ね4日から2週間まで） 応急対策期

	様式	問い合わせ先
☐ 状況把握 ☐ 避難住民数 ☐ 自宅等に留まっている被災者数 ☐ 食料・水 供給の状況 （スーパー、コンビニエンスストア、市場 等）		〇〇課
☐ 避難所の食事状況確認	（様式 1）	
☐ 炊き出し等の支援 ※ 炊き出しから弁当への切り替わりが考えられるため、 弁当業者への食事内容等の助言		
☐ 食料支援物資の把握・提供依頼要望		
☐ 被災者の状況把握 ☐ 管理栄養士・栄養士による継続支援者の把握 ※ 健康調査連名簿（様式 3）から、継続支援が必要な 必人を、被災者支援対象者名簿（様式 4）に転記し、 被災者健康相票（様式 2－1）を作成する。	（様式 3） （様式 4） （様式 2－1）	〇〇課
☐ 食中毒予防の周知 ☐ 調理従事者の選定への助言 ※ 調理従事者は学校、保育所給食の調理従事者等の検便 実施者が望ましい。 ☐ 行政、自衛隊以外で炊き出しを申し出た団体に対し、衛生 管理の助言指導を保健所へ依頼	 （参考資料 5）	
☐ 個別栄養相談実施 ☐ 被災者健康相談票（様式 2－1）を活用し、避難所及び自宅 等へ巡回し、栄養相談を実施 ※ 継続支援者は被災者健康相談票（継続用紙）（様式 2－2） を用いて多職種で経過観察を行う。	（様式 2－1） （参考資料 6、7） （様式 2－2）	〇〇課

□ 栄養相談窓口設置

※ 栄養相談窓口設置をポスター掲示等で周知

(リーフレット6-1)

(リーフレット6-2)

【栄養相談流れ】

- 健康調査連名簿【保健師による聞き取り】（様式3）



※ 栄養支援が必要となった対象者

- 災害支援対象者名簿作成（様式4）



- 被災者栄養相談開始（様式2-1、2-2）
※ 継続支援者は栄養相談票（経過用紙）で
多職種で経過観察行う。

□ 食生活に関する注意喚起

□ 炭水化物過多への対応方法の周知

※ 支援物資のご飯やパンの適量及び調整方法

※ お菓子やジュース配給のルール化

（時間や量を決める 等）

□ たんぱく質、ビタミン、ミネラル不足への対応

※ 提供メニューの内容を把握し、必要に応じて献立内容の
変更を提案

※ アレルギーの有無を確認後、牛乳やビタミン剤を配布

□ 慢性疾患患者には、提供食でも対応できる自己管理方法の
周知

※ 内服薬の確認

※ 軽い運動方法等、重症化予防対策の周知

(リーフレット5-2)

(参考資料7)

(リーフレット5-3)

□ 食事環境整備

□ 食堂の設置提案

（食堂の設置により被災者がふれあう場ができ、また
お弁当や支援物資の持ち帰りを防止することができる。）

フェイズ 3（概ね2週間以降）復旧・復興期

	様式	問い合わせ先
☐ 状況把握		
☐ 避難所住民数	(様式1)	〇〇課
☐ 自宅等に留まっている被災者数		
☐ 食料・水 供給源の被害状況 （スーパー、コンビニエンスストア、市場 等）		
☐ 避難所の食事状況確認	(様式1)	
☐ 炊き出し等の支援		
☐ 食料支援物資の把握・提供依頼要望		
☐ 食中毒予防の周知		
☐ 食生活に対する注意喚起		
☐ 炭水化物過多への対応		
☐ たんぱく質、ビタミン、ミネラル不足への対応		
☐ 脂肪過多、塩分過多への対応 （出来合いの惣菜、レトルト食品、カップラーメンなどの 摂取量が増えるため）		
☐ 栄養相談（継続支援者の重症化予防、発症予防）の実施 ※ 被災者健康相談票（経過用紙）を活用し、多職種と 情報共有しながら支援	(様式2-2)	〇〇課
☐ 栄養教育の実地 ※ 避難所から仮設住宅や自宅へ帰る際に、震災前と同じ 食事作りが出来ない場合が想定されるため、調理の指導 を行う。		
☐ 簡単に作れるレシピの提供	(リーフレット7)	
☐ 調理の工夫の紹介	(リーフレット8)	
☐ 料理教室の開催		

指定避難所における調理設備状況一覧表（ ）

別紙1

※校区別に色分けする。

年 月現在

No.	名称	所在地	電話番号	鍵の所持者		収容 人数	平常時の調理設備の状況		
				名前	連絡先		ガスコン ロの口数	調理器具 の有無	冷蔵庫設 置の有無
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									

食料備蓄一覧表

別紙2

年 月 現在

備蓄場所	備蓄種類	備蓄量	仕分け

食料備蓄一覧表（記入例）

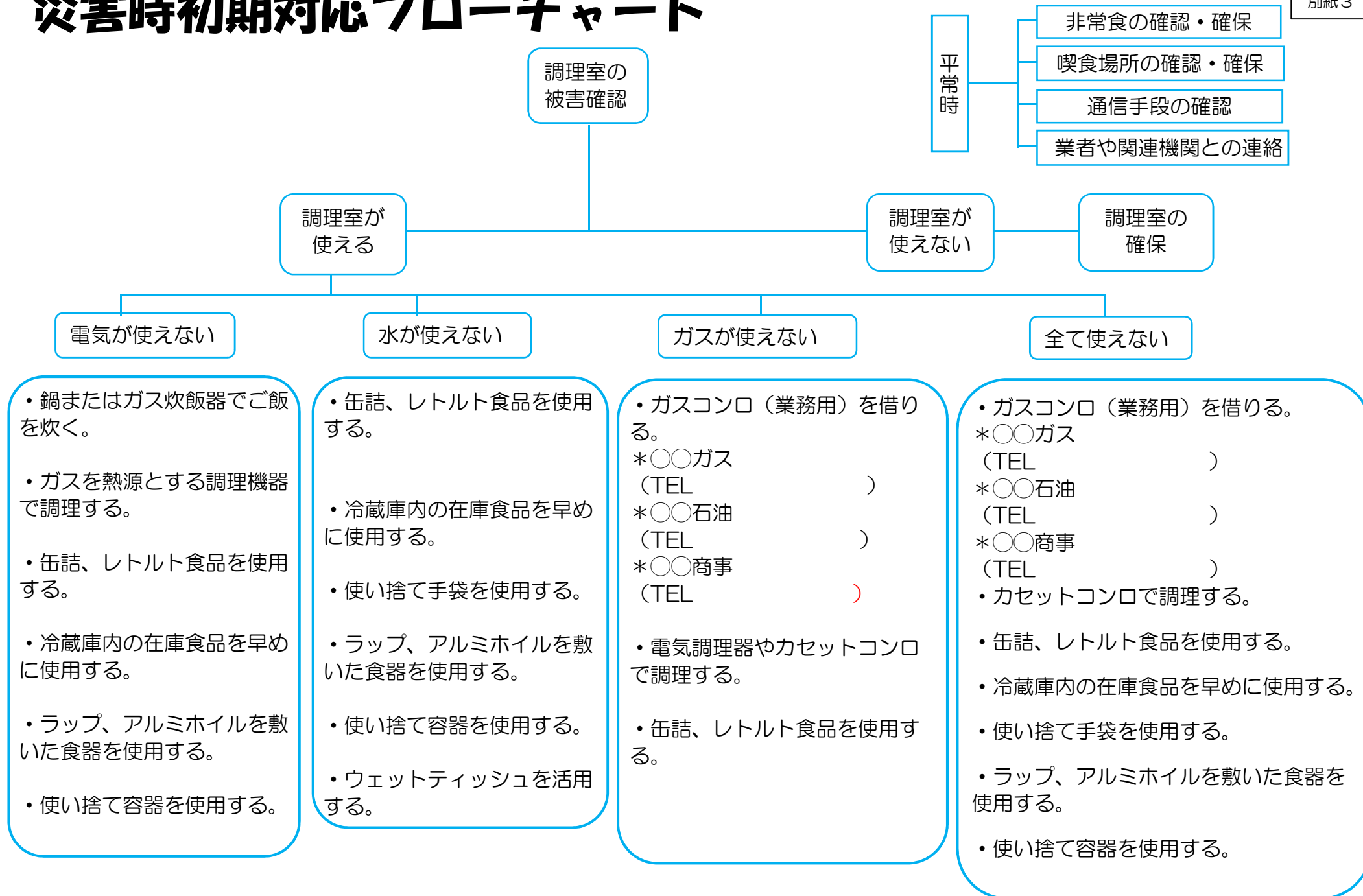
別紙2

年 月 現在

備蓄場所	備蓄種類	備蓄量	仕分け
〇〇公民館	水（2L）	6本×10ケース	飲料水
	無洗米（5Kg）	10袋	一般食用
	かゆ（レトルト）	100袋	高齢者用

災害時初期対応フローチャート

別紙3



1日目	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
	豚汁	豚肉	20		① ジャガイモ、人参、玉ねぎ、大根 豚肉を食べやすい大きさに切る。 ② 鍋にだしをとる。 ③ だし汁に①の材料を入れ煮込む。 ④ 煮えたら、みそを入れる。 ※豚肉と野菜を少量の油で炒め、水を加えひと煮立ちさせ、みそを入れてもよい。 ※みそは味をみて調整する。
		ジャガイモ	30		
		人参	10		
		玉ねぎ	15		
		大根	20		
		みそ	10		
		だし汁	適量		

2日目	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
	肉じゃが	豚肉	40		① ジャガイモ、玉ねぎ、人参は一口大に切る。 ② いんげん、糸こんにゃくは食べやすい長さに切る。 ③ 豚肉は食べやすい大きさに切る。 ④ 豚肉を油で炒め、①と②を炒める。 ⑤ 具が浸るぐらいに水を足し煮込む。 ⑥ 煮えたら、調味料で味つけする。 ※調味料は味をみて調整する。
		ジャガイモ	85		
		玉ねぎ	50		
		糸こんにゃく	15		
		いんげん	10		
		人参	15		
		しょうゆ	4		
		砂糖	1.5		
		酒	2		
		塩	0.3		
		だしの素	1		
		油	1		

3日目	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
	カレーライス	精白米	120		① 玉ねぎ、人参、じゃがいもは一口大に切る。 ② 豚肉は食べやすい大きさに切る。 ③ 豚肉を炒め、火が通ったら①を加えさらに炒める。 ④ 水を足して煮込む。 ⑤ 煮えたらカレールウを入れて煮る。
		豚肉	40		
		玉ねぎ	60		
		人参	15		
		じゃがいも	35		
		カレールウ	20		
		油	1		

4日目	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
	筑前煮	鶏肉	60		① じゃがいも、人参、ごぼうは乱切り糸こんにゃく、いんげんは食べやすい長さ、鶏肉は一口大に切る。 ② ①をだし汁で煮こむ。 ③ 煮えたら調味料で味付けをする。 ※味をみて調味料を調整する。
		じゃがいも	40		
		糸こんにゃく	30		
		人参	40		
		いんげん	20		
		ごぼう	15		
		しょうゆ	12		
		砂糖	8		
		みりん	4		
		だし汁	50		

	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
5日目	豚丼	精白米	120		① 玉ねぎはうす切りにする。
		豚肉	60		② 豚肉は食べやすい大きさに切る。
		玉ねぎ	40		③ 豚肉を炒め、玉ねぎを炒める。
		みりん	2		④ 火が通ったら調味料で味付けする。
		しょうゆ	3		※味をみて調味料を調整する。
		おろし生姜	0.5		
		油	2		

	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
6日目	すき焼き 煮	牛肉	40		① はくさい、長ねぎ、人参、しらたきは食べやすい大きさに切る。
		はくさい	45		
		長ねぎ	20		
		人参	15		② 牛肉は食べやすい大きさにする。 ③ ①と調味料をすべて鍋に入れ煮る。 野菜に火が通ったら②を入れ煮込み、肉の色が変われば完成。
		しらたき	20		
		しょうゆ	10		
		砂糖	5		
		みりん	4		
		酒	2		

	献立名	食品名	1人分 (g)	() 人分 (g)	作り方
7日目	しょうが 焼き	豚肉	80		① 玉ねぎ、人参はせん切りにする。 ② 豚肉は食べやすい大きさに切る。 ③ 豚肉を炒め、火が通ったら①を入れ炒める。 ④ 調味料で味付けをする。 ※味をみて調味料を調整する。
		玉ねぎ	20		
		人参	20		
		しょうゆ	10		
		酒	15		
		おろし生姜	3		
		おろしにんにく	3		

	1日目		2日目		3日目		4日目		5日目		6日目		7日目	
朝	パン・おにぎり、LL牛乳、野菜ジュースなどの支援物資													
昼	カレーライス		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯	
	精白米	120	精白米	100	精白米	100	精白米	100	精白米	100	精白米	100	精白米	100
	豚肉	40												
	玉ねぎ	60	しょうが焼き		野菜炒め		すき焼き煮		魚の甘辛煮		炒り豆腐風		肉じゃが	
	人参	15	豚肉	80	ﾗﾝﾁﾓｰﾄ	40	牛肉	40	白身魚（冷凍）	60	豚肉	25	牛肉	40
	じゃがいも	35	玉ねぎ	20	キャベツ	120	はくさい	45	濃口醤油	7	生揚げ	60	じゃがいも	85
	カレールウ	20	人参	20	ピーマン	30	長ねぎ	20	砂糖	2	キャベツ	50	玉ねぎ	50
	油	1	濃口醤油	10	玉ねぎ	25	人参	15	みりん	2	乾しいたけ	3	しらたき	15
			酒	15	人参	20	しらたき	20	酒	2	ピーマン	20	いんげん	10
	フルーツ缶		おろし生姜	3	塩こしょう	0.5	焼豆腐	10	大根	40	生姜	1	人参	15
	みかん缶	50	おろしにんにく	3	油	2	濃口醤油	10			味噌	6	濃口醤油	4
							砂糖	5	もやしニラ炒め		砂糖	4	砂糖	1.5
			キャベツの炒め物		味噌汁		みりん	4	もやし	60	酒	5	酒	2
			キャベツ	60	わかめ	0.3	酒	2	にら	15	油	1	塩	0.3
			ツナ缶	10	玉ねぎ	20			豚肉	20			だし汁	適宜
			コーン缶	10	味噌	10	すまし汁		塩	0.5	冬瓜の含め煮			
			ピーマン	20	だし汁	適宜	えのき	10	薄口醤油	1	冬瓜	80	味噌汁	
			塩こしょう	1			乾あおさ	0.7	油	1	みりん	2	豆腐	20
			油	2			だし汁	適宜			薄口醤油	2	わかめ	0.3
									味噌汁		塩	0.2	味噌	10
			味噌汁						なす	15	だし汁	適宜	だし汁	適宜
			大根	15					キャベツ	15				
			じゃがいも	15					味噌	10				
			味噌	10					だし汁	適宜				
			だし汁	適宜										
夕	ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		ご飯		牛丼		ご飯	
	精白米	100	精白米	100	精白米	100	精白米	100	精白米	100	精白米	120	精白米	100
											豚肉	60		
	鶏と野菜の煮物		麻婆なす		さばの味噌煮		牛肉とナスの炒め物		筑前煮		玉ねぎ	40	酢豚	
	鶏もも肉	40	なす	80	さば（冷凍）	60	なす	100	鶏肉	60	みりん	2	豚肉	50
	じゃがいも	50	玉ねぎ	20	大根	55	牛肉	50	じゃがいも	40	濃口醤油	3	片栗粉	3
	大根	30	長ねぎ	10	人参	30	ピーマン	20	糸こんにゃく	30	おろし生姜	0.5	玉ねぎ	60
	人参	20	ピーマン	15	生姜	2	赤ピーマン	20	人参	40	油	2	人参	30
	生揚げ	30	麻婆なすの素	1人分	味噌	8	絹さや	5	いんげん	20			パイン缶	20
	濃口醤油	3	油	2	みりん	3	濃口醤油	8	ごぼう	15	ポテトサラダ		ピーマン	20
	薄口醤油	5			砂糖	3	砂糖	3	濃口醤油	12	じゃがいも	55	乾しいたけ	3
	酒	2	かぼちゃの煮物		酒	4	油	2	砂糖	8	玉ねぎ	15	濃口醤油	6
	みりん	3	かぼちゃ	80					みりん	4	人参	15	砂糖	8
	砂糖	2	絹さや	2	にがうりの卵とし		大根のおかか煮		だし汁	50	ローズハム	5	酢	8
			薄口醤油	5	にがうり	35	大根	75			マヨネーズ	12	鶏がらスープの素	0.5
	なます		みりん	3	人参	10	人参	20	もやしの和え物		塩こしょう	0.3	ごま油	3
	大根	40	だし汁	適宜	玉ねぎ	10	かつお節	1	もやし	50				
	人参	8			卵	50	だし汁	20	乾わかめ	0.3	味噌汁		ジャーマンポテト	
	塩	0.7	中華スープ		砂糖	2	砂糖	3	きゅうり	10	キャベツ	15	ベーコン	5
	薄口醤油	4	人参	15	薄口醤油	2	薄口醤油	6	和風ドレッシング	10	大根	15	じゃがいも	65
	砂糖	8	ねぎ	1	塩	0.1					味噌	10	玉ねぎ	35
	酢	10	卵	50	油	1	卵スープ		そうめん汁		だし汁	適宜	塩こしょう	1
	だし汁	適宜	鶏ガラスープの素	2			卵	20	乾そうめん	5			油	1
			塩・こしょう	0.2	味噌汁		玉ねぎ	10	あさつき	1				
			ごま油	0.1	キャベツ	15	コンソメ粉末	2	薄口醤油	3			コンソメスープ	
				なす	15	塩・こしょう	0.2	だし汁	適宜			キャベツ	15	
				味噌	10							人参	15	
				だし汁	適宜							コンソメ粉末	2	

特殊食品（乳幼児・嚥下困難）の取扱店舗一覧

（ 年 月 日現在）

会社名	電話番号	FAX	住所	取扱商品

別紙6

[illegible]

支援活動必要物品チェック票（管理栄養士・栄養士用）

別紙7

＜常備しておくもの＞

チェック	物品
☐	所属及び職名が記されたベストや腕章
☐	リュックサック
☐	ウエストポーチ（貴重品入れ）
☐	フード付合羽（雨天時）
☐	安全靴（長靴）
☐	ヘルメット
☐	軍手
☐	懐中電灯（乾電池）
☐	

＜個人物品＞

チェック	物品
☐	健康保険証
☐	運転免許証
☐	常備薬
☐	携帯電話
☐	携帯電話充電器
☐	宿泊セット（泊がある場合）
☐	寝袋（泊がある場合）
☐	着替え
☐	タオル
☐	上履き
☐	ウエットティッシュ
☐	水筒（水）
☐	食料

＜災害支援時追加で準備するもの＞

☐	本人の名札
☐	保健活動支援マニュアル（栄養・食生活・衛生）
☐	記録用紙
☐	リーフレット（食中毒、感染症予防）
☐	関係機関連絡先
☐	地図（訪問指導時）
☐	使い捨てマスク
☐	使い捨て手袋
☐	手指用消毒剤
☐	絆創膏
☐	ごみ袋
☐	ビニール袋
☐	エプロン
☐	三角巾
☐	電卓
☐	はさみ
☐	ガムテープ
☐	ボールペン
☐	修正テープ
☐	マジック
☐	白紙
☐	ダブルクリップ
☐	決裁板
☐	付箋
☐	パソコン（保健師持参の場合有）
☐	デジタルカメラ（保健師持参の場合有）

食料供給支援要請票（特殊食品）

別紙8-1

地区名・避難所名

報告者名

年 月 日

支援要請項目		人数	食数・個数	備考（商品名など）
乳幼児用	粉ミルク（キューブタイプ）		個	
	アレルギー用粉ミルク		個	
	ベビーフード（レトルト） 7～8ヶ月		個	
	〃 9～11ヶ月		個	
	〃 12～15ヶ月		個	
	ベビーフード（アレルギー除去メニュー）		個	
	粉ミルク用水		本	
	ベビー飲料（ジュース）		本	
	哺乳瓶（使い捨てタイプ）		本	
高齢者用	ユニバーサルデザインフード		個	
	容易にかめる		個	
	歯ぐきでつぶせる		個	
	舌でつぶせる		個	
	かまなくてよい		個	
	とろみ調整		個	
	濃厚流動食（食べるタイプ）		個	
	〃（飲むタイプ）		個	
	水分補給ゼリー		個	
	とろみ調整品（小袋タイプ）		箱	
アレルギー用	アレルギー除去食（卵）		個	
	〃（乳）		個	
	〃（小麦）		個	
	〃（そば）		個	
	〃（ピーナツ）		個	
	〃（えび）		個	
	〃（かに）		個	
食事療養	低エネルギー（レトルトタイプ）		個	
	〃（ゼリー）		個	
	〃（飲む物）		個	
	たんぱく質調整（パックタイプごはん）		個	
	〃（レトルトタイプおかず）		個	
	〃（ゼリー）		個	
	〃（ドリンク）		個	

ユニバーサルデザインフード（区分表）

区 分		 容易にかめる ユニバーサルデザインフード	 歯ぐきでつぶせる ユニバーサルデザインフード	 舌でつぶせる ユニバーサルデザインフード	 かまなくてよい ユニバーサルデザインフード
かむ力の目安		かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安		普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい
かたさの目安 ※食品のメニュー例で商品名ではありません。	ごはん	ごはん～やわらかごはん	やわらかごはん～全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	調理例（ごはん）				
	たまご	厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	やわらかい茶わん蒸し（具なし）
	調理例（たまご）				
	肉じゃが	やわらか肉じゃが	具材小さめやわらか肉じゃが	具材小さめさらにやわらか肉じゃが	ペースト肉じゃが
	調理例（肉じゃが）				
物性規格	かたさ上限値 N/m ²	5×10 ⁵	5×10 ⁴	ゾル:1×10 ⁴ ゲル:2×10 ⁴	ゾル:3×10 ³ ゲル:5×10 ³
	粘度下限値 mPa·s			ゾル:1500	ゾル:1500

*とろみ調整食品

食べ物や飲み物に加え混ぜるだけで適度なとろみを簡単につけることができる粉末状の食品。



とろみの目安の表示例

とろみの強さ	++++	++++	+++++	+++++	
とろみのイメージ	フレンチ ドレッシング状	とんかつ ソース状	ケチャップ状	マヨネーズ状	
イメージ図					
使用量の目安	1g		2g		3g

食料供給支援要請票（一般食品、物品）

別紙8-2

地区名・避難所名

報告者名

年 月 日

支援要請項目		人数	食数・個数	備考（商品名など）
一般食品	水		本	2ℓ
	米（無洗米）		kg	※可能であれば強化米入り
	ビタミン剤		個	マルチビタミン
	野菜ジュース（パック）		本	200cc
物品	紙皿			
	紙コップ			
	割り箸			
	スプーン			
	ラップ			
	キッチンタオル			
	使い捨て手袋			
	ビニール袋			
	ハンドソープ			
	手指用アルコール			
	マスク			
	ウェットティッシュ			
	漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）			
	次亜塩素酸ナトリウム（スプレータイプ）			
	チャッカマン			

食事で特別な配慮の必要な方の人数確認表

別紙9-1

※様式1の「特別な配慮の必要な方」を転記する。日付： 年 月 日

食物アレルギー	卵 () 名	乳製品 () 名	小麦 () 名
	() 名	() 名	() 名
	() 名	() 名	() 名
	() 名	() 名	() 名
乳児	7～8ヶ月 () 名	9～11ヶ月 () 名	12～15ヶ月 () 名
嚥下困難者	UDF容易にかめる () 名	UDF歯ぐきでつぶせる () 名	UDF舌でつぶせる () 名
	UDFかまなくてよい () 名	UDFとろみ調整 () 名	
その他			

アレルギー種類と気をつける食材

別紙9-2

アレルギー	注意する食材
卵	マヨネーズ プリン アイスcream ふりかけ 焼き菓子 など
乳製品	チーズ ヨーグルト スkimミルク ケーキ ふりかけ など
小麦	パン うどん ラーメン カレーうどん など
甲殻類	海老 カニ 魚のすり身 ふりかけ など
さば	さば さば缶 ふりかけ 白だし など
そば	そば そばを使ったお菓子 など
落花生	ピーナツバター チョコレート など