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≫

災害時の位	保健活動(宋養・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 	РΙ
- 活動概要 ·	_	
平常時準備	構しておくこと	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	Р 3
	I (概ね災害発生後72時間以内)緊急対策期	P 4
	2(概ね4日から2週間まで)応急対策期	P 5
	3 (概ね2週間以降)復旧・復興期	P 7
別紙 I	指定避難所における調理設備状況一覧表	Р 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	PH
別紙4	災害時炊き出しレシピ(自治会用、自衛隊用)	PI2
別紙5	特殊食品(乳幼児・嚥下困難)の取扱店舗一覧	PI7
別紙6	関係団体名簿	PI8
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)	PIG
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 l	避難所食事状況調査	P25
様式2	被災者健康相談票	P27
1水八乙	被災者健康相談票(経過用紙)	P29
様式3	健康調查連名簿	P31
様式4	被災者支援対象者名簿(栄養)	P32
你工(4	似火往又汲刈豕往石净(木食)	F 32
リーフレ、	ットI 「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		P39
リーフレ		P40
リーフレ		P41
リーフレ		P42
·	避難所生活での運動のすすめ	P44
リーフレ		P45
リーフレ		P47
リーフレ		P50
参考資料	I 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		P53
少"了只们。	特殊食品の種類(乳幼児用、高齢者用)	P54
参考資料:		P55
参考資料。		P56
参考資料		P57
参考資料		P58
参考資料 '		P59
参 ′5 具科	/ 対形が光のかつ クト	P34
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	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おいて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	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	フェイズ 1	フェイズ 2	フェイズ 3			
7117	(震災発生から24時間以内)	(72時間以内)	(4日目~2週間)	(2週間以降)			
栄養管理 (1)	◎特殊食品の調達支援	◎炊き出し等の支援	②栄養相談 (避難所、自宅等巡回栄養相談) (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) ②栄養教育 (気数住宅、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	◎情報の共有(被災状況)(避難所の食事状況)			•			
	※ 衛牛管理に関しては、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
口 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		〇〇課
□ 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)	
口令以供養の郊児		
□ 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	(別紙2)	〇〇課
日 民科哺者がめる場合は、哺者場所、怪鬼、哺者重寺の内台を 把握し、一覧表を作成		
日 食料協定の有無の確認		〇〇課
□ 一般家庭における食料備蓄の促進	(リーフレット1)	
※ 広報誌等を活用して、備蓄の普及啓発を行う。		
ロ 炊き出し体制の整備		
ロ 炊き出し可能な調理施設の把握	(別紙1)	〇〇課
□ 災害時初期対応フローチャートの作成	(別紙3)	
口 炊き出し用の献立例の作成(1週間程度)	(別紙4-1、2)	
□ 食生活改善推進員へ炊き出し研修の実施		
ロ 災害時要配慮者等のうち「食事の配慮が必要な人」の把握		
□ 火品は安配慮もそのフラ・皮事の配慮の必要なべ」の記述 □ 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)		
口 特殊食品(乳幼児・嚥下困難)の取り扱い店舗の把握	4-111-5	
□一覧表の作成	(別紙5)	
(社名、所在地、電話番号、取り扱い品 等)		
□ 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	(リーフレット2)	00課
□ 次亜塩素酸の希釈方法及び活用方法	(リーフレット3)	0.00
□ 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)	
□ 火□呀又没□到炒女炒□♡√牛佣	ען אווויניני)	
	Ī	Ī

フェイズ 〇 (概ね災害発生後24時間以内) 初動体制の確立期

ノエースし、個個以合先工板と年時间以内)	様式	問い合わせ先
	12/12/	00課
□ 避難住民数		
ロ 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)		
□ 避難所の食事状況確認	(様式1)	
ロ ライフラインの被害状況		
ロ 炊き出しの有無		
□ 設備・環境		
□ 避難所住民数		
□ 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)	(別紙8-1)	
□ 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	(別紙5)	
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		
□ 備蓄食品の活用・分配		〇〇課
□ 熱を加えなくてもよいもの、調理しなくてよいもの		
(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)		

フェイズ 1 (概ね災害発生後72時間以内) 緊急対策期

クエーバー (風)な火日九工及 / と時間以 /	様式	問い合わせ先
□ 状況把握		〇〇課
□ 避難住民数		
口 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		
□ 避難所の食事状況の確認	(様式1)	
口 炊き出し等の支援		〇〇課
口 炊き出しの食事の摂取が難しい人の人数把握	(リーフレット4) (別紙9-1、2)	
□ 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	(参考資料1)	
□ 調理場内のライフライン使用不可の場合の代替案提案	(別紙3)	
□ 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		
□ 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	(参考資料2-1、2)	
□ 特殊食品の量及び内容の確認	(様式1)	〇〇課
□ 特殊食品の購入依頼(一覧表参照)	(別紙8-1)	
口 被災者の状況把握 (※保健師による聞き取り)	(様式3)	
□ 栄養・食生活支援対象者数及び支援内容の確認		
□ 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	(参考資料3)	
※ 対象:炊き出し従事者及び避難所利用者	(参考資料4)	
□食生活に関する注意喚起		〇〇課
□ 便秘予防、水分補給、食物アレルギー対策等、避難所での	(リーフレット5-1)	
食生活についての注意点を周知		

フェイズ 2 (概ね4日から2週間まで) 応急対策期

クエイグ と (成化中にからと危間など)	様式	問い合わせ先
□ 状況把握		
□ 避難住民数		〇〇課
□ 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)		
□ 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		
口 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	(様式3)	〇〇課
※ 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、	(様式4)	
被災者健康相票(様式2-1)を作成する。	(様式2-1)	
□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。	(4+Vent) = \	
口 行政、自衛隊以外で炊き出しを申し出た団体に対し、衛生	(参考資料5)	
管理の助言指導を保健所へ依頼		
□ 個別栄養相談実施	(様式2-1)	
□ 回別未食や設実施 □ 被災者健康相談票(様式2−1)を活用し、避難所及び自宅	(豫式/2一 /) (参考資料6、7)	
等へ巡回し、栄養相談を実施		
等へ巡回し、未食性談を実施 ※ 継続支援者は被災者健康相談票(継続用紙)(様式2-2)	(様式2-2)	
※ 極続交援自は被災首隣家怕設宗(極続角級)(塚ムと一と) を用いて多職種で経過観察を行う。		
でロバートグラス と できます こう しょう こうしょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう しょう		

□ 栄養相談窓□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

○ 災者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

(参考資料7)

(リーフレット5-2)

(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		
口 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		〇〇課
※ 被災者健康相談票(経過用紙)を活用し、多職種と	(様式2-2)	
情報共有しながら支援		
□ 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 電調	電話番号	鍵の所	鍵の所持者		平常時の調理設備の状況		
INO.	台例			名前	連絡先	収容 人数	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
ולזמע			

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
	水 (2L)	6本×10ケース	飲料水
0	無洗米(5Kg)	10袋	一般食用
〇〇公民館	かゆ(レトルト)	100袋	高齢者用
民			
比			



調理室が

使える

別紙3

非常食の確認・確保 喫食場所の確認・確保

通信手段の確認

業者や関連機関との連絡

調理室が 使えない

平常時

調理室の 確保

電気が使えない

水が使えない

ガスが使えない

全て使えない

- 鍋またはガス炊飯器でご飯を炊く。
- ガスを熱源とする調理機器で調理する。
- ・缶詰、レトルト食品を使用 する。
- ・冷蔵庫内の在庫食品を早めに使用する。
- ラップ、アルミホイルを敷いた食器を使用する。
- 使い捨て容器を使用する。

- 缶詰、レトルト食品を使用する。
- ・冷蔵庫内の在庫食品を早めに使用する。
- 使い捨て手袋を使用する。
- ラップ、アルミホイルを敷いた食器を使用する。
- ・使い捨て容器を使用する。
- ・ウェットティッシュを活用 する。

- ・ガスコンロ(業務用)を借り る。
- * \bigcirc ガス
- (TEL
- *○○石油 (TFI
- *()()商事
- (TEL
- ・電気調理器やカセットコンロで調理する。
- ・缶詰、レトルト食品を使用する。

- ガスコンロ(業務用)を借りる。
- *()()ガス
- (TEL
- *○○石油
- (TEL
- *○○商事
- (TEL)
- カセットコンロで調理する。
- ・缶詰、レトルト食品を使用する。
- 冷蔵庫内の在庫食品を早めに使用する。
- ・使い捨て手袋を使用する。
- ラップ、アルミホイルを敷いた食器を 使用する。
- 使い捨て容器を使用する。

	献立名	食品名	1人分 (g)	()人分 (g)	作り方
		豚肉	20		① じゃがいも、人参、玉ねぎ、大根
		じゃがいも	30		豚肉を食べやすい大きさに切る。
		人参	10		② 鍋にだしをとる。
1日目	豚汁	玉ねぎ	15		③ だし汁に①の材料を入れ煮込む。
	が入り	大根	20		④ 煮えたら、みそを入れる。
		みそ	10		※豚肉と野菜を少量の油で炒め、水を加
		だし汁	適量		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。

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

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

	献立名	食品名	1人分 (g)	()人分 (g)	作り方
		鶏肉	60		① じゃがいも、人参、ごぼうは乱切り
		じゃがいも	40		糸こんにゃく、いんげんは食べやす
		糸こんにゃく	30		い長さ、鶏肉は一口大に切る。
		人参	40		② ①をだし汁で煮こむ。
4⊟目	筑前煮	いんげん	20		③ 煮えたら調味料で味付けをする。
	外即点	ごぼう	15		
		しょうゆ	12		※味をみて調味料を調整する。
		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	
		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。	
5日目	豚丼	阪 [-]	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			
		おろし生姜	0.5		※味をみて調味料を調整する。	
		油	2			

	献立名	食品名	1人分 (g)	()人分 (g)	作り方
		牛肉	40		① はくさい、長ねぎ、人参、しらたき
		はくさい	45		は食べやすい大きさに切る。
		長ねぎ	20		② 牛肉は食べやすい大きさにする。
		人参	15		③ ①と調味料をすべて鍋に入れ煮る。
		しらたき	20		野菜に火が通ったら②を入れ煮込み、
6日目	すきやき	しょうゆ	10		肉の色が変われば完成。
	煮	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		
		豚肉	80		① 玉ねぎ、人参はせん切りにする。		
		玉ねぎ	20		② 豚肉は食べやすい大きさに切る。		
		人参	20		③ 豚肉を炒め、火が通ったら①を入れ		
7日目	しょうが	しょうが		しょうゆ	10		炒める。
	焼き	酒	15		④ 調味料で味付けをする。		
		おろし生姜	3				
		おろしにんにく	3		※味をみて調味料を調整する。		

<i>X</i> X														
	1日目		2日目		3日目		4⊟目		5日目		6日目		7日目	
朝		\° >	ノ・お に	"天"		十 ⁵	乳、野药	<u></u> さこ	<u> </u>	な	どの支持		 N資	
	/	\ <u></u>	7 9 0010	<u>-C</u>	ソ、	<u> </u>	チし、 ±」/ ラ	トン		<u>る</u>		タが		
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	ランチョンミート	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
				<u> </u>			砂糖	5	もやし二ラ炒め		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	. –	適宜	えのき	10	│ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○	1	冬瓜	80	味噌汁	
			塩こしょう	1	,,,		乾あおさ	0.7		1	みりん	2	豆腐	20
			油	2			だし汁	適宜	,		薄□醤油	2	わかめ	0.3
			/Ш	i –			72 071	~=	味噌汁		塩	0.2		10
			味噌汁						なす	15		適宜	だし汁	適宜
			大根	15					キャベツ	15		E D	12011	<u>e</u>
			じゃがいも	15					味噌	10				
			G	10					だし汁	適宜				
			に だし汁	適宜					12071	旭田				
			/20/1	旭日				! ! ! !						
								I		i		i		i
タ	ご飯		ご飯	<u>!</u> !	ご飯				 ご飯		上		ご飯	
タ	ご飯精白米	100	ご飯 精白米	100	ご飯 精白米	100	ご飯 精白米	100	ご飯精白米		牛丼 精白米	120	ご飯 精白米	100
タ	で飯精白米	100		100		100	で飯精白米	100		100	精白米	120 60	精白米	100
タ	精白米		精白米	100	精白米		精白米		精白米		精白米 豚肉	60	精白米	100
Я	精白米		精白米麻婆なす		精白米		精白米 特のとナスの炒め物		精白米筑前煮	100	精白米 豚肉 玉ねぎ	60 40	精白米	
Я	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉	40	精白米 麻婆なす なす	80	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍)	60	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす	100	精白米 筑前煮 鶏肉	100	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん	60 40 2	精白米 酢豚 豚肉	50
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉 じゃがいも	40 50	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ	80 20	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍) 大根	60 55	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 牛肉	100 50	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃがいも	100 60 40	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん 濃口醤油	60 40 2 3	精白米 酢豚 豚肉 片栗粉	50 3
Я Я	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉 じゃがいも 大根	40 50 30	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ 長ねぎ	80 20 10	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍) 大根 人参	60 55 30	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 牛肉 ピーマン	100 50 20	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃがいも 糸こんにゃく	100 60 40 30	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん 濃口醤油 おろし生姜	60 40 2 3 0.5	精白米 酢豚 豚肉 片栗粉 玉ねぎ	50 3 60
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉 じゃがいも 大根 人参	40 50 30 20	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ 長ねぎ ピーマン	80 20 10 15	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍) 大根 人参 生姜	60 55 30 2	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 牛肉 ピーマン 赤ピーマン	100 50 20 20	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃがいも 糸こんにゃく 人参	100 60 40 30 40	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん 濃口醤油 おろし生姜 油	60 40 2 3	精白米 酢豚 豚肉 片栗粉 玉ねぎ 人参	50 3 60 30
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉 じゃがいも 大根 人参 生揚げ	40 50 30 20 30	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ 長ねぎ ピーマン 麻婆なすの素	80 20 10 15 1人分	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍) 大根 人参 生姜 味噌	60 55 30 2 8	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 牛肉 ピーマン 赤ピーマン 絹さや	100 50 20 20 5	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃがいも 糸こんにゃく 人参 いんげん	100 60 40 30 40 20	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん 濃口醤油 おろし生姜 油	60 40 2 3 0.5	精白米 酢豚 豚肉 片栗粉 玉ねぎ 人参 パイン缶	50 3 60 30 20
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉 じゃがいも 大根 人参 生揚げ 濃口醤油	40 50 30 20 30 3	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ 長ねぎ ピーマン	80 20 10 15	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍) 大根 人参 生姜 味噌 みりん	60 55 30 2 8 3	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 牛肉 ピーマン 赤ピーマン 絹さや 濃口醤油	100 50 20 20 5 8	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃがいも 糸こんにゃく 人参 いんげん ごぼう	100 60 40 30 40 20 15	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん 濃口醤油 おろし生姜 油 ポテトサラダ	60 40 2 3 0.5 2	精白米 酢豚 豚肉 片栗粉 玉ねぎ 人 パイーマン	50 3 60 30 20 20
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏ももがいも 大根 人参 生揚「醤油 薄口醤油	40 50 30 20 30 3 5	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ 長ねぎ ピーマン 麻婆なすの素 油	80 20 10 15 1人分	精白米 さばの味噌煮 さば(冷凍) 大根 人参 生姜 味噌 みりん 砂糖	60 55 30 2 8 3	精白米 中肉とナスの炒め物 なす 中肉 ピーマン 赤ピーマン 続いさせ にはいる のはいる はいる はいる はいる はいる はいる はいる	100 50 20 20 5 8 3	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃこんにゃく 人参 いんぼう 濃口	100 60 40 30 40 20 15	精白米 豚肉 玉ねぎ みりん 濃口醤油 おろし生姜 油 ポテトサラダ じゃがいも	60 40 2 3 0.5 2	精白米 酢豚 豚肉 片栗粉 玉ねぎ 人パイマン 乾しいたけ	50 3 60 30 20 20
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏ももがいも 大人参 生揚口 選油 薄 四	40 50 30 20 30 3 5	精白米 麻婆なす なす 玉ねぎ 長ねマン 麻婆なすの素 油	80 20 10 15 1人分 2	精白米 さばの味噌煮 さばの味噌煮 さばん 大人参 生味噌 みりん 砂糖 酒	60 55 30 2 8 3	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 牛肉 ピーマン 赤ピーマン 絹さや 濃口醤油	100 50 20 20 5 8	精白米 筑前煮 鶏肉 じゃこかいにもく 人いでは みがいにもく がになるがいできる。 がいできるができる。 がいできるができる。 がいできるができる。 では、このできる。 はいできるができる。 はいできるができる。 はいできるができる。 はいできるができる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできる。 はいできるがいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできるが、はいできる。 はいできるが、はいできなが、はいできるが、はいできるが、はいできるが、はいできるが、はいできるが、はいできるが、はいできるが、はいできるが、はいできなが、はいできるが、はいできるが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいできなが、はいでものでは、はいでものでは、はいでものでは、はいでものでは、はいできなが、はいでものでは、はいでものでは、はいでは、はいでは、はいでは、はいでは、はいでは、はいでは、はいでは、は	100 60 40 30 40 20 15 12 8	精白米 豚肉 玉 ねがん 濃 おりん 濃 おうし生姜 油 ポテトサラダ じ 玉ねぎ	60 40 2 3 0.5 2 55 15	精白米 酢豚 豚肉 片栗ね 参 パイーマン 乾しいたけ 濃口	50 3 60 30 20 20 3 6
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 彩も がいも 大人 生 濃 回 醤油 酒 みりん	40 50 30 20 30 5 2	精白米 麻婆なす なす をするです をはずるです をはずるです をはずるです をはずるです なずるです をはずるです なずるです なずるできるできるできる。	80 20 10 15 1人分 2	精白米 さばの味噌煮 さばん 大人 生味 の かり がり がり がり がり がり がり がり がり がり がいます かい	60 55 30 2 8 3 3	精白米 中肉とナスの炒め物 なす 中の マンマン の おいでは、 はいでは、 はいではいいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいではいいでは、 はいではいいではいいではいいでは、 はいではいいではいいでは、 はいではいいでは、 はいではいいではいいではいいではいいではいいでは、 はいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいで	100 50 20 20 5 8 3	精白米 筑前煮 肉 じ こ 参 がいにゃ	100 60 40 30 40 20 15 12 8 4	精白米 豚肉 玉 かん 濃 おん 濃 おうし生姜 油 ポテト がいぎ よ 参	60 40 2 3 0.5 2 55 15	精白米 酢豚 豚肉 片玉んが、イーマンでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切のでは、一切では、一切では、一切では、一切では、一切では、一切では、一切では、一切	50 3 60 30 20 20 3 6
タ	精白米 鶏と野菜の煮物 鶏ももがいも 大人参 生揚口 選油 薄 四	40 50 30 20 30 3 5	精白米 麻婆なす なるするででは、 また では できません できません できません できません できません できません できません かい できません かい できません かい できません かい できません かい できません かい はい はい かい はい	80 20 10 15 1人分 2	精白米 さばの味噌煮 さばの味噌煮 さばん様 大人参 生く味いのいます。 みりん 砂糖 酒 にがうりの卵とじ	60 55 30 2 8 3 3 4	精白米 牛肉とナスの炒め物 なす 中内 マンマン 新さい 続いている。 はいている。 はいている。 はいているいるはいるはいるいるはいるはいるいるはいるはいるはいるはいるはいるいるはいるは	100 50 20 5 8 3 2	精 白 米 気 前 素 の や の が ん が に る が ん が に で る が が に で る が が に で が に で が に で が に で が に で が に で が に で が に で が に で が に で に で が に で が に で に で に で に で に で に で に で に で に で に で に で に に で に に に に に に に に に に に に に	100 60 40 30 40 20 15 12 8	精 病 あ ま み よ り 口 ろ は カ は も は も は も は も は も は も も は も も は も も も も も も も も も も も も も	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5	精白米 酢豚 豚肉 男 お 参 イ ー い で で で で で で で で で で で で で で で で で で	50 3 60 30 20 20 3 6 8
タ	精会 発 の は 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂糖	40 50 30 20 30 5 2	精白 麻婆なす まる で で で で で で で で で で で で で で で で で で	80 20 15 1人分 2 80 2 5	精白米 さばの味噌煮 さばん(冷凍) 大根 人参 生味噌 みりん 砂糖 酒 にがうりの卵とじ	60 55 30 2 8 3 4	精白米 牛肉とすす 内 マーマ マーヤ 醤油 神神 カカカカ オー ポーク は 日 は 日 は 日 は 日 は 日 は 日 は 日 は 日 は 日 は	100 50 20 5 8 3 2	精 前 鶏 の が が が が が が が が が が が が が	100 60 40 30 40 20 15 12 8 4	精 豚 玉 み 濃 お 油 ポ じ 玉 人 ロ マ と い で ま め に ま が ぎ ス ネ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5	精白米 酢豚 豚肉 片玉人パピマンで 乾口 でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた でい	50 3 60 30 20 20 3 6 8 0.5
Property of the state of the s	精白 発 の	40 50 30 30 3 5 2 3	精白 麻婆なする。 表はいるでは、 ではないるでは、 ではないるでは、 ではないるでは、 ではないるでは、 ではないるではないるではないるではないるではない。 ではないるではないるではない。 ではないるではないるではないるではないるではない。 ではないるではないるではないるではないるではない。 ではないるではないるではないるではないるではないるではないるではないるではないる	80 20 15 1人分 2 80 2 5 3	精白米 さばの味噌煮の味噌煮の味噌煮のはば根のはでは、大人を、までは、水の味噌煮のはでは、水のは、水のは、水のは、水のは、水のは、水のが、水のが、水のが、水のが、水のが、水のが、水のが、水のが、水のが、水のが	60 55 30 2 8 3 4	精白 特白 な中ピ 赤絹 濃砂油 大 大 人 大 大 人	100 50 20 5 8 3 2	精白 新 前 煮 肉 が が が が が が が が が が が が が	100 60 40 30 40 15 12 8 4 50	精豚 玉み 濃 お油 ポ じ 玉 人 ロマ 塩白肉 ねり口ろ トゥね 参 ーヨ こ サがぎ スネ しょうも しょうしょう しょく しょく はんしょく かんじょく かんじょく かんじょく かんじょく かんじょく かんじょく かんじょく かんしょう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5	精白米 酢豚 豚肉 片玉人 パーマンで 表の では できる かい マンマン では できる できる できる できる いっぱい いい いい はい はい いい はい はい はい はい はい はい はい はい	50 3 60 30 20 20 3 6 8
Я Я	精会 発見 は 大人生 濃薄酒 み砂ま 大人生 濃薄酒 み砂 ます 根 が は と は は は は は は は は は は は は は は は は は	40 50 30 30 3 5 2 3 2	精 麻 なするででは、 なすれるでは、 なすれるでは、 なすれるでは、 ないでは、	80 20 15 1人分 2 80 2 5	精白米 さばのはは、大人生味のないでは、大人生味のないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、	60 55 30 2 8 3 4 35 10	精白 スの炒め物 な 牛 ピ 赤 絹 濃 砂 油 大 人 か か か 煮 が か か が 煮 が か か か が か か か か か か	100 50 20 5 8 3 2 75 20	精白 新 前 鶏 じ 糸 人 い ご 濃 砂 み だ し も も も も も も も も も も も も も	100 60 40 30 40 15 12 8 4 50	精豚 玉み 濃 お油 ポ じ 玉 人 ロマ 塩白肉 ねり ロろト やね 参 ーヨ こサがぎ スネ しせがぎ スネ しょうちん はんびう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5	精白 解 豚 豚 豚 豚 肉 果 和 参 イ ー し し は き ン マ い を は も の た は し し し は も も も も も も も も も も も も も	50 3 60 30 20 3 6 8 8 0.5
Я Я	精 鶏 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 が は 醤醤 ん が は が は 醤醤 ん か か ま 大 人 が は か か か か か か か か か か か か か か か か か か	40 50 30 30 3 5 2 3 2	精 麻 な す な す な す れ ね し 要 な で な で な で で で で で で で で で で で で の や ち で で が に が に が に が の の の の の の の の の の の の の	80 20 15 1人分 2 80 2 5 3	精白はでは、大人生味み砂酒にがに人玉卵のののののののののののののののののののののののののののののののののののの	60 55 30 2 8 3 4 35 10 10 50	精 キ 内 は な 中 は は は は は に は は に は に は に は に に は に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20	精 前 鶏 じ 糸 人 い ご 濃 砂 み だ し や し の し の し し し し し し し し し し し し し	100 60 40 30 40 20 15 12 8 4 50 50 0.3	精豚 玉み 濃お油 ポ じ 玉 人 口 マ 塩 中の ね り 口ろ トゥ ね 参 ー ヨ こ ナがぎ スネ し けがぎ スネ し 汁 は かん ばん ばん ばん がいき カンズ う は は かん がいき かん ズ う	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5 0.3	精 酢 豚 豚 肉 果 和 参 イ ー し し は 悪 も と の の は ま も し し に は も し し に は も に も も も に も に も も も も も も も も も も も も も	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 3
Я Я	精 鶏 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 コ の 肉 い は が は 醤 醤 め か ま 大 人 塩 が は 醤 醤 ん は が は 醤 醤 ん な は か か ま れ 参 し か は か は か は か は か は か は か は か は か は か	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7	精 麻 な す な す な す れ れ し 変 な な な な な で な で な で の で が は の の で が の の で が の の の の の の の の の の の の の	80 20 15 1人分 2 80 2 5 3 適宜	精合 さ 大人生味み砂酒 に 人玉卵砂 かっかい がから がから がから がらから がん かいり	60 55 30 2 8 3 4 35 10 10 50 2	精 特 な 中 は は は は は は は は は は は は は	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3	精筋鶏じ糸人いご濃砂みだもも乾きのがんがらいにいるがらいにいるがいできないですがあります。	100 60 40 30 15 12 8 4 50 50 0.3 10	精豚玉み濃お油 ポ じ玉人口マ塩 噌キー のはり口ろ トゥね参ーヨこ 汁ャがぎ スネし 汁・ベルズう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 5 12 0.3	精 酢 豚 豚 肉 果 和 参 イーし 口 悪 き ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 3
タ	精 鶏 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 薄白 野 も ゃ 根 参 揚 口 口 り 糖 す 根 参 口 留 が は が は 潜 か か ま 大 人 塩 薄 か か ま れ 参 と 醤油 か か は か は か は か は か は か は か は か は か は	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4	精 麻 な す な す れ る で で で で で で で で で で で で で	80 20 10 15 1人分 2 80 2 5 3 適宜	精 さ 大人生味み砂酒 に 人玉卵砂薄のば根参姜噌の糖 かかっかっ ぎ を かのり がかめる じじ	60 55 30 2 8 3 4 35 10 10 50 2	精 キ 内 は な 中 は は は は は に は は に は に は に は に に は に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20	精	100 60 40 30 40 20 15 12 8 4 50 50 0.3	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 噌キ大白肉ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根米がぎ スネし ゲがぎ スネし ツッ	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5 12 0.3 15 15	精 を を を を を を を を を を を を を	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 3 65
タ	精発の大人生濃薄酒み砂ま大人塩薄砂白野もや根参揚口口の糖す根参口の糖がは、一種の物では、大人塩薄砂は、大人塩、土土、大人塩、土土、大人塩、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8	精 麻 な 玉 長 ピ 麻 油 ば が 絹 薄 み だ 華 人 ね で で が ら で が ら で が ら で が ら で が ら が ら が ら の も し に が ら の も る の も の も の も る る る の も る る る る る る る る る る る る る	80 20 15 1人分 2 80 2 5 3 00 15 1	精 さ 大人生味み砂酒 に 人玉卵砂薄塩 いばさ大人生味み砂酒 がに人玉卵砂薄塩 かがっからぎ を いりゅう ぎょ いん といり からぎ はいり かんしん いっちん かんしん いっちん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かんしん かん	60 55 30 2 8 3 3 4 35 10 50 2 2 0.1	精 特 な 中 と す 肉 っ に で り で り に で の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の も の は の の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の の は の は の は の の は の の の の の の の の の の の の の	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3	精 筋 鶏 じ 糸 人 い ご 濃 砂 み だ も も も も も も も も も も も も も	100 60 40 30 15 12 8 4 50 50 0.3 10	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味白肉ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌米 ぎん醤し サがぎ スネし ベード でいき スネし ベルーよ ダも ムズう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 12 0.3 15 10	特所所 <t< th=""><th>50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 3</th></t<>	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 3
タ	精 発 選 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 薄 砂 酢白 野 も ゃ 根 参 揚 口 口 り 糖 す 根 参 国 糖 の 肉 い は 当 と が は 醤 醤 ん が は 醤 醤 ん は 油油 油 か い は か は か は か い は は か い は は か い い は は か い い は は か い は は か い は は い い い い	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8 10	精 麻 な す な す れ は で で な で な で な で な で で で で で で で の で で の で で の の で の の に の の の の の の の の の の の の の	80 20 10 15 1人 2 80 2 5 3 0 15 1 50	精さ、大人生味み砂酒に人玉卵砂薄塩油のは根参姜噌の糖のが参ねりまいのがある。	60 55 30 2 8 3 3 4 35 10 50 2 2 0.1	精 特 な 中 は す 内 に す 内 に で に で に で に で に で に に で に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3 6	精	100 60 40 30 15 12 8 4 50 50 0.3 10	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味 ちら向ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌し米 ぎん醤し サがぎ スネし ハーようち は かい ぎんぶう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 5 12 0.3 15 15	精 が が が が が が が が が が が が が	50 30 30 20 30 60 80 50 50 65
9	精発の大人生濃薄酒み砂ま大人塩薄砂白野もや根参揚口口の糖す根参口の糖がは、一種の物では、大人塩薄砂は、大人塩、土土、大人塩、土土、大人塩、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土、土土	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8	精 麻 な 玉 長 ピ 麻 油 ば が 絹 薄 み だ 華 人 ね で で が ら で が ら で が ら で が ら で が ら が ら が ら の も し に が ら の も る の も の も の も る る る の も る る る る る る る る る る る る る	80 20 10 15 1人 2 80 2 5 3 0 15 1 50 2	精さ、大人生味み砂酒がに人玉卵砂薄塩油のば根参姜噌り糖のが参ね、糖団ののりつが多い糖ののりである。	60 55 30 2 8 3 3 4 35 10 50 2 2 0.1	精 特 な 中 と す 肉 っ に で り で り に で の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の も の は の の は の は の は の は の は の は の は の は の は の は の の は の は の は の の は の の の の の の の の の の の の の	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3	精	100 60 40 30 15 12 8 4 50 50 0.3 10	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味 ちら向ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌し米 ぎん醤し サがぎ スネし ハーようち は かい ぎんぶう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 12 0.3 15 10	特所所 <t< th=""><th>50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 35</th></t<>	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 35
9	精 発 選 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 薄 砂 酢白 野 も ゃ 根 参 揚 口 口 り 糖 す 根 参 国 糖 の 肉 い は 当 と が は 醤 醤 ん が は 醤 醤 ん は 油油 油 か い は か は か は か い は は か い は は か い い は は か い い は は か い は は か い は は い い い い	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8 10	精 な 玉 長 ピ 麻 油 ば か 絹 薄 み だ 華 人 ね 卵 鶏 塩 白 な す ね ね ー 婆 ち ぼ さ ロ り し 、ス 参 ぎ ・ラ こ い か は か け ・ ー ・ ・ ス し っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ	80 20 10 15 1人 2 80 2 5 3 0 15 1 50 2	精さ、大人生味み砂酒に人玉卵砂薄塩油のは根参姜噌の糖のが参ねりまいのがある。	60 55 30 2 8 3 3 4 35 10 50 2 2 0.1	精 特 内 は な 中 は で は で は で に で に で に で に で に で に で に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3 6	精	100 60 40 30 15 12 8 4 50 50 0.3 10	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味 ちら向ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌し米 ぎん醤し サがぎ スネし ハーようち は かい ぎんぶう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 12 0.3 15 10	精 が が が が が が が が が が が が が	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 35
9	精 発 選 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 薄 砂 酢白 野 も ゃ 根 参 揚 口 口 り 糖 す 根 参 国 糖 の 肉 い は 当 と が は 醤 醤 ん が は 醤 醤 ん は 油油 油 か い は か は か は か い は は か い は は か い い は は か い い は は か い は は か い は は い い い い	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8 10	精 麻 なすれる。 なすれる。 なすれる。 なすれる。 なすないでは、 ないのでは、 ないのでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは、 ないでは	80 20 10 15 1人 2 80 2 5 3 0 15 1 50 2	精さ、大人生味み砂酒がに人玉卵砂薄塩油味のば根参姜噌の糖りが参ね、糖口がのうが参ね、糖田ののりのうぎ、醤油・噌ののりがある。	60 55 30 2 8 3 3 4 35 10 50 2 2 0.1	精 特 本 な 中 と な 中 に で は で に で に で に で に で に に で に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3 6	精	100 60 40 30 15 12 8 4 50 50 0.3 10	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味 ちら向ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌し米 ぎん醤し サがぎ スネし ハーようち は かい ぎんぶう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 12 0.3 15 10	精 が が が が が が が が が が が が が	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 35
A	精 発 選 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 薄 砂 酢白 野 も ゃ 根 参 揚 口 口 り 糖 す 根 参 国 糖 の 肉 い は 当 と が は 醤 醤 ん が は 醤 醤 ん は 油油 油 か い は か は か は か い は は か い は は か い い は は か い い は は か い は は か い は は い い い い	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8 10	精 な 玉 長 ピ 麻 油 ば か 絹 薄 み だ 華 人 ね 卵 鶏 塩 白 な す ね ね ー 婆 ち ぼ さ ロ り し 、ス 参 ぎ ・ラ こ い か は か け ・ ー ・ ・ ス し っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ	80 20 10 15 1人分 2 80 2 5 3 適宜 15 1 50 2 0.2	精さ、大人生味み砂酒がに人玉卵砂薄塩油味のば根参姜噌の糖りが参ね、糖口がのうが参ね、糖田ののりのうぎ、醤油・噌ののりがある。	60 55 30 2 8 3 3 4 35 10 50 2 2 0.1 1	精 特 な 中 は で は で は で に で に で に で に で に で に に で に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3 6	精 筋鶏 じ糸人い ご濃砂みだ もも乾き和 う乾あ薄白 煮肉ゃこ参んぼ口糖りししやわゅ風 めそさ口 いんかうド んうつ醤 いにん 油 えめりい 汁めき油	100 60 40 30 40 20 15 12 8 4 50 0.3 10 10	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味 ちら向ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌し米 ぎん醤し サがぎ スネし ハーようち は かい ぎんぶう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 12 0.3 15 10	精 酢 豚 肉 果 ね 参 イ ー し し し に ま ー ー で は こ も し に は こ に は こ に は こ に は こ に は こ に は に は に に は に に は に に に に に に に に に に に に に	50 30 30 20 3 6 8 8 0.5 35
A	精 発 選 じ 大 人 生 濃 薄 酒 み 砂 ま 大 人 塩 薄 砂 酢白 野 も ゃ 根 参 揚 口 口 り 糖 す 根 参 国 糖 の 肉 い は 当 と が は 醤 醤 ん が は 醤 醤 ん は 油油 油 か い は か は か は か い は は か い は は か い い は は か い い は は か い は は か い は は い い い い	40 50 30 30 3 5 2 3 2 40 8 0.7 4 8 10	精 な 玉 長 ピ 麻 油 ば か 絹 薄 み だ 華 人 ね 卵 鶏 塩 白 な す ね ね ー 婆 ち ぼ さ ロ り し 、ス 参 ぎ ・ラ こ い か は か け ・ ー ・ ・ ス し っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ っ	80 20 10 15 1人分 2 80 2 5 3 適宜 15 1 50 2 0.2	精さ、大人生味み砂酒に人玉卵砂薄塩油、噌キのば根参姜噌の糖のかうが参ね、糖口・かんののりででは、水噌がである。	60 55 30 2 8 3 4 35 10 10 50 2 2 0.1 1	精 特 内 は な 中 は の に の は の に に の に の に の に の に の に の に の に の に の に の に の に に に の に に に に に に に に に に に に に	100 50 20 5 8 3 2 75 20 1 20 3 6	精 筋鶏 じ糸人い ご濃砂みだ やも乾き和 う乾あ薄白 煮肉ゃこ参んぼ口糖りししやわゅ風 めそさ口 いんかう いんうつ 醤ん汁 和しめりい 汁めき油も。	100 60 40 30 15 12 8 4 50 0.3 10 10 5 1 3	精豚玉み濃お油 ポじ玉人口マ塩 味 ちら向ねり口ろ トゃね参ーヨこ 汁ャ根噌し米 ぎん醤し サがぎ スネし ハーようち は かい ぎんぶう	60 40 2 3 0.5 2 55 15 15 12 0.3 15 10	精 酢 豚 肉 果 ね 参 イーし 口 糖 の 果 ね 参 イーし 口 糖 の ま マ コが ぎ し ス油 マ コが ぎ し スカ マ コが ぎ し スカ マ コが ぎ し スカ スカ マ コが ぎ し スカ スカ スカ スカ スカ スカ スカ スカ スカ スカ	50 30 20 3 6 8 8 0.5 3 5 6 5 35 1 1

別紙5

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

関係団体名簿

別紙6

年 月 現在

Г		<u> </u>	- 月 坑仕
団体名	代表者名	電話番号	備考
川薩保健所 健康企画課 健康増進係		0996- 23-3165	栄養関連
リ 衛生環境課 食品衛生係		0996- 23-3167	食品衛生関連
出水保健所 衛生環境課 食品衛生係		0996- 62-1636	食品衛生関連
川内地区栄養士会			
宮之城地区栄養士会			
出水地区栄養士会			
食生活改善推進員連絡協議会(川薩支部)			
食生活改善推進員連絡協議会(出水支部)			
食生活改善推進員連絡協議会(〇〇市・町)			
○○○市・町社会福祉協議会			
(公益社団法人)鹿児島県栄養士会		099- 256-1216	
		-	-

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)

く災害	『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)

<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

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) アレルギー用粉ミルク ベビーフード(レトルト) 7~8ヶ月		個 個 個 個 本 本 本	
高齢者用	ユニバーサルデザインフード 容易にかめる 歯ぐきでつぶせる 舌でつぶせる かまなくてよい とろみ調整 濃厚流動食(食べるタイプ) バ (飲むタイプ) 水分補給ゼリー とろみ調整品(小袋タイプ)		個 個 個 個 個 個 個 個 個 個 個 個	
アレルギー用	アレルギー除去食(卵) ハ (乳) ハ (小麦) ハ (そば) ハ (ピーナツ) ハ (えび) ハ (かに)		信 信 信 信 信	
食事療養	低エネルギー(レトルトタイプ) ハ (ゼリー) ハ (飲む物) たんぱく質調整(パックタイプごはん) ハ (レトルトタイプおかず) ハ (ゼリー) ハ (ドリンク)		信 信 信 信 信	

ユニバーサルデザインフード(区分表)

区	分	容易にかめる	歯ぐきでつぶせる	舌でっぷせる	かまなくてよい		
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		
	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	ベーストがゆ		
かたさの 目安 ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** ** **	調理例 (ごはん)		0	0	0		
	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	ベースト肉じゃが		
	調理例 (肉じゃが)						
物性 規格	かたさ上限値 N/㎡	5×10 ⁵	5×10⁴	ゾル:1×10⁴ ゲル:2×10⁴	ゾル:3×10³ ゲル:5×10³		
	粘度下限值 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	+444	++++	+++	++++
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	P	P	P	
使用量の目安	- 1	g	g	→ 3g

地区名•避難所名

報告者名			
年	月	В	

支援要請項目			食数•個数	備考(商品名など)					
	水		本	20					
	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					
般									
食									
品									
	紙皿								
	紙コップ								
	割り箸								
	スプーン								
	ラップ								
	キッチンタオル								
物	使い捨て手袋								
1/3	ビニール袋								
	ハンドソープ								
	手指用アルコール								
8	マスク								
	ウェットティッシュ								
	プェフィグイングュー 漂白剤(次亜塩素酸ナトイウム)								
	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	<u></u>	3	
		()名		乳製品	()	名	小麦	()	名
食物アレルギー		()名			()	名		()	名
及物プレルー		()名			()	名		()	名
		()名			()	名		()	名
乳児	_	~8 <i>!</i>	· . —		_		ヶ月)名		12	2~15	5ヶ月)名	
嚥下困難者	UDF哲	§易に)	かめる 名	3	UDF歯(ぐきで	でつぶ) 名	せる	UDFi	舌でこ)ぶt)名	せる
	UDFか	'まな< (くてよい)	UDF	とろ	み調整					
その他												

アレルギー種類と気をつける食材

アレルギー	注意する食材
<u>D</u> D	マヨネーズ プリン アイスクリーム ふりかけ 焼き菓子 など
乳製品	チーズ ヨーグルト スキムミルク ケーキ ふりかけ など
小麦	パン うどん ラーメン カレールウ 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	ピーナッツバター チョコレート など