

わたしから始まる高知の食育

～毎月19日は「食育の日」～



高知市では、新型コロナウイルス感染者の急増に伴い、自宅療養者の生活支援を行うため、食品や日用品の配送を行っています。

自宅療養中で支援を必要とする方に、極力、バランスの良い食事をとっていただいて、安心して療養に専念できるように…と考え、検討した提供食についてご紹介いたします。

◆提供した食品についてご紹介します。

【提供食の分類】5種類（基本食セット+個別対応セット4種類）を準備しました。

分類	Aセット 基本食 (6歳以上)	Bセット やわらか食 (咀嚼困難者)	Cセット 子ども食 (1～5歳)	Dセット 離乳食	Eセット アレルギー食
一般	○				○
高齢者	○	○			○
児童	○				○
幼児			○		○
乳児				○	○

(高知市災害時栄養・食生活支援活動マニュアル Ver.1「提供食の分類表」を準用)

表のセット以外に咀嚼や嚥下が困難な高齢者には、とろみ剤、濃厚流動食、高カロリーゼリー。著しい体調不良者には経口補水液（飲料・ゼリー）を、聞き取りにより追加します。

～提供食の内容の決定方法と配慮～

高知市の管理栄養士が、(公社)高知県栄養士会の助言をふまえ、食品を検討し、災害時の協定先の量販店等と協議を行い決定しました。

セットの内容は、常温保存可能な食品であり、味の濃いものがあるため、塩分を控える工夫やアレルギーの表示確認などの注意事項を含めたお手紙を同包しました。

また、子ども食セットには、“心の栄養も大切”との思いから、ご寄付いただいたお絵描きセットを入れています。このセットは保護者に喜んでいただいています。



「お絵かきセット」



【5種類の食品セット】※セットの食品の写真は一例です。



【基本食】



【やわらか食】



【子ども食】



【離乳食】



【アレルギー食】

【お届けする提供食の決定】自宅療養中の方に、適切なセットをお届けするために、物資配送担当者と栄養士が連携し、電話で聞き取りを行い、提供食セットを決定します。

【自宅療養者の方からいただいたお声(*^_^*)】

コロナに感染した際、食料品を迅速に届けてくださってありがとうございました。やはり一番食事の調達が大変で困っていたので大変助かりました。このサポートに多くの方が関わってくださっていると思いますし、全ての方にお礼をお伝えしたい。(略)

(前略)…支援物資も栄養士さんまでついてアレルギー対応をしてくださったり、日用品に関しては、ネットスーパーで欠品が相次いでいたため非常に助かりました…(略)

【栄養士 聞き取り内容】

- 年齢、食形態、食物アレルギーの有無、宗教上のタブー等の確認
- 各療養者に適した対応食（やわらか食、子ども食、離乳食、アレルギー食）の内容説明
- 特に配慮が必要な食品（とろみ剤、濃厚流動、高カロリーゼリーなど）やミルクの必要性を確認
- 生活用品(生理用品、紙おむつ、紙パンツ、おしりふき)の必要性を確認

※療養中の皆様のご回復をお祈りいたします※

【物資配送職員一同】

高知市食育推進委員会 発行

今月の担当 健康福祉総務課（記事文：高齢者支援課）