2023 年 1 月 11 日

NPO パートナーシップ協力プログラム　事業終了報告書

団体名　特定非営利活動法人　りくカフェ
代表者名　　代表理事　鵜浦　章

1．事業名
東日本大震災の影響で深刻化した地域住民の健康課題を解決に導く食育・コミュニティ推進事業

2．事業カテゴリー
夢を応援・東北 NPO パートナー協働事業

3．事業期間　　2022 年 1 月 20 日　～　　2022 年 12 月 31 日　（　346 日間）

4．契約金額　　3,000,000 円

5．担当者名　　及川　恵里子

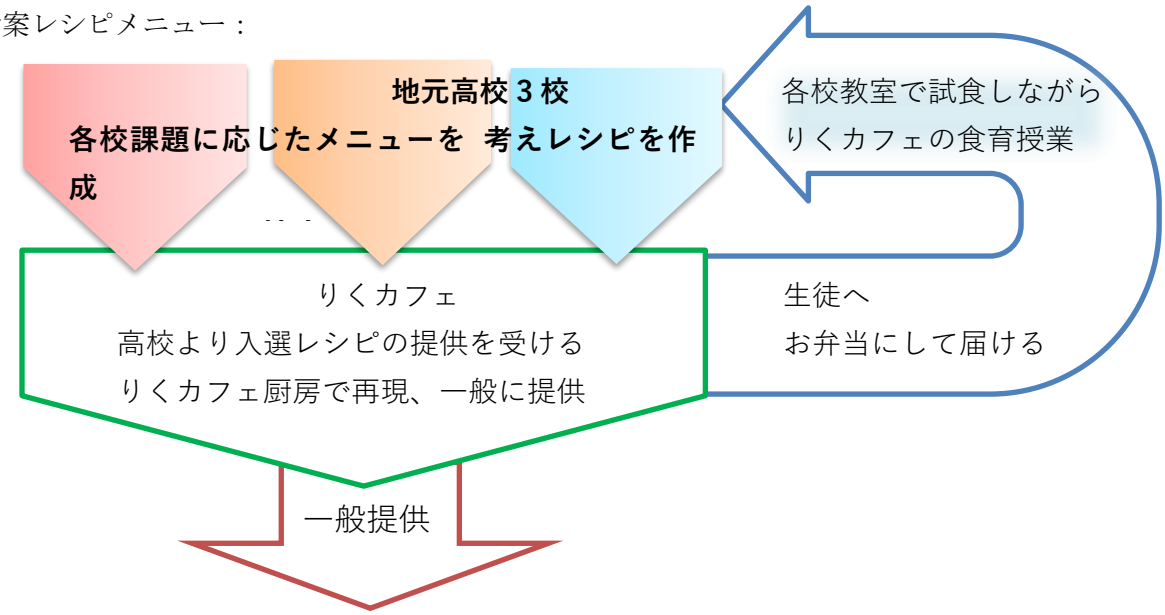
6．事業目的
東日本大震災の影響で深刻化した地域住民の健康課題を解決に導く食育・コミュニティ推進事業

7．事業の成果
・今回の活動で、食育・介護予防両事業を通じて、孤食・貧食に加え偏食の傾向を感じた。
　これはベジメータの測定で若い世代（高校生や 20 代）の約 80%が適正値に達しておらず、偏食の影響が数値的にもはっきりと現れた。
・更にシルバー人材センターのヘルパー対象に透析食の指導を依頼され　専門管理栄養士が在席しており料理教室にて対応。糖尿病予備軍に対する指導が必須である事を実感
・高校生メニューは地区全 4 校参加を目指していたが、うち 1 校は交渉するも時間を割けないとの事で断念今後は 3 校で実施。うち 1 校はコロナ蔓延により中止
・子ども食堂に代わる配食事業の食材提供者裾野広がる。企業協力で 1 月には寄付付き「パックご飯」発売
・通信の継続により、会員同士の話題提供にもなっている様子
・毎月の OB 会は、コロナ対応しつつ工夫を重ね継続出来ている

8．事業種別（コンポーネント）ごとの成果
（1）　コンポーネント①若い世代への食育事業
・市内の関係各所と連携し、子ども食堂に代わる、困窮世帯を優先（先行募集）する形で市内の子育て世帯を対象にした無料のお弁当配布活動
年 4 回（1 回あたり 3 日間、計 12 日間）実施　　延べ 155 世帯　589 食
体制：陸前高田市社会福祉協議会
　　陸前高田市子ども未来課
　　個人情報で守られている支援対象者に対し、先行募集
　　広報原稿作成・対象者への周知・当日現物配布

きらりんきっず　　→　一般募集受付・企業への声掛け・報告チラシお礼状等作成
りくぜんたかたまちづくり協働センター　→アンケート作成集計・食材調達・協働団体調整
りくカフェ　　→調理・食材募集調達・管理栄養士監修食育資料作成
もっちぃと森の仲間たち　　→食材調達

・高校生考案レシピメニュー：



高田高校メニュー一般提供・174 食　（その他高校へ　36 食）
大船渡高校定時制一般提供・277 食　（その他高校へ 155 食）
大船渡東高校は、今回コロナ蔓延により実現せず

・各世代への啓蒙活動
イベントに参加しての食育活動（ベジメータ測定・ふりかけ作りワークショップ・
1 日分 350ｇの野菜の計量・調理法アドバイス他　）
9/ 7「けんこうフェスティバル」　16 人（女 9 人、男 4 人、子ども 3 人）
若い母親の呟きに、思わず!?　家で教えられなかったの？食の貧困からの偏食？
私たちの普通は若い世代の普通ではないのか?　食育の必要性を実感した場面
9/10「ファミリーフェス」　約 500 人
高校生 10 人中　9 人が野菜不足、1 人標準、との結果に考えさせられた
11/ 6「べじたべるマーケット」　約 200 人
若い家族の参加が多く、野菜を 1 日摂取量まで秤に乗せてみたり、調理法を教えながら販売した。郷土食「すいとん汁」の販売もしたが、初めて食べるという家族も多く大好評だったが、お手伝いしながら食の継承があったものだが生活様式の変化も、食育の機会を無くしている要因ではと考えさせられた。

・健康バランス食実食提供　4,596 食（困窮家庭配食 589 食含み）
・レシピ配布　約 4,200 枚　他 SNS で発信
・料理教室　2 回
・栄養相談　4 人（コロナ蔓延により地域全体が対面での接触を避ける傾向にあったため）

（２） コンポーネント②介護予防事業

・スマートクラブＯＢ会支援　コロナ蔓延により１回中止　10 回・88 人参加(男性 8 人・女性 80 人)

・スマート通信　毎月発行　22 号 ～31 号　2,900 部発行

・出張スマートクラブ・百歳体操、コロナ対応により再開出来ず

・高齢者見守り配食事業参加　　513 食

９．事業全体を通じて得た教訓や課題等

・ベジメータ測定を 3 回実施したが、各回測定体験者は初めての方。その中で高校生 10 名を測定する機会を得たが、1 人しか目標値に達していない現状に愕然とした。近々の課題が出来てしまった。

・今年は、地域のイベントに積極的に参加し、出張講座が出来なかった分、屋外イベントで今まで接することの少なかった高校生・若い子育て世代にも食育アプローチ出来た。

・シルバー人材センターから依頼のあったヘルパーさんへの料理教室は、課題が「透析している方向けお料理」であった。糖尿病及びその予備軍が増えているのを肌で感じる事態となった。
せっかく専門管理栄養士が居るので、専門家による食事や料理へのアドバイスを行うなどの形で、地域の力になっていきたい。

・会場を確保していてもコロナ対応で閉館するとの連絡があったり、従来の会場が使えなかったり寒い時期の企画は、屋内となるため会場探しに苦労した。

１０．　協力体制の構築

・りくぜんたかたお弁当届けようプロジェクト
同じ課題に向き合い、毎月顔を合わせることで強い連帯感が生まれ、相談しやすい環境になっている。
行政・社協あっての困窮世帯への直接タッチが可能なので、それぞれの団体が持ち味を生かした本当に必要な世帯へ届けられる体制が出来た事を自負したい。
また食材等の協力者が会を重ねる毎に増えて来た事は、今後この取り組みが広がって行く兆しと感じる。
若い世代のプレイヤーと共に活動出来た事は、シビックフォースの後押しがあってこその事で、今後につながる土台づくりが出来たと感じている。

・高校生考案レシピメニューは念願の高校同士のコラボが実現し、今後の開発レシピの弾みになって欲しい。
各高校との協力体制は、回を重ね強くなったと感じるが、職員移動後の新体制になっても継続出来るよう申し入れしている所だ。

・

１１．　Civic Force との協働について

・子ども食堂に代わる支援の方法を模索していた時の協働の声掛けをいただき、他団体等有志にも安心して事業打診し第一歩を踏み出す事ができた。1 年を通して改善を重ね、ここまで認知も広げられたのも Civic Force の後ろ盾があってこそ出来た活動で、自立が目前と言う所まで来られたと感謝している。

・人件費を見て貰えた事で、コロナ対応により当施設で活動出来ない分を各方面へ出向き、各種イベントに参加し発信し続ける事が出来た。この事は目的の食育はもちろん新しい試みだった為 事前調整や準備当日対応と全員で話し合いながら進めなければならず、チームワーク強化にも繋がった。