

推薦のこぼ

2011年3月の東日本大震災発生後、数多くのボランティアが被災地に赴きました。メディアで主に取り上げられたのは医師、看護師といった方々であったと記憶しています。

しかし、表舞台に現れることがなくとも、本書著者のような管理栄養士が現地で地道な活動を行っていました。管理栄養士は、早くから低栄養の危険性、支援食品による栄養の偏り、体調不良などを予見し、これらを支援・予防できるのは自分たちであることを即時に理解しました。そして、自ら赴いて活動することが使命であると察知したのです。

もちろん、すべての状態を防ぎ改善することは一朝一夕に行きません。勝手な行動も許されず、現地の医療チーム等と連携をとりながらの手探りの活動でした。このような経験を積んだ著者であればこそ、続く方々に貴重な時間を無駄にさせたくないという思いが全面にあふれているのです。

本書では、いかに迅速に栄養アセスメントを行い、栄養支援に結びつけるか、初期の炊き出しから、症例による栄養支援の具体策まで、ツボを押さえて解説されています。

せっかく役に立ちたいと思って被災地に赴いても、「何を行ったら良いかわからない」という状態を避けるために、ぜひ本書を一読の上、手を差し伸べていただきたいと思います。私も応援に行きましたが、現地の様子は報道以上あるいは報道されていない部分がありにも多く、支援を続ける方々の努力と苦労は筆舌に尽くしがたいものがありました。今この瞬間にも、体調不良を訴える方は確実に増え続けています。

今回、三陸沖で発生したマグニチュード9.0という未曾有の大震災は、この地域に住む人々の全てを、一瞬にして奪ってしまいました。私たちは、悩み、苦しむ人が存在すれば、自然にその人へ支援の手を差し伸べようとします。あなたが専門的知識を有していれば、より確かな手を差し伸べることができるのです。

本書を読んで、一人でも多くの方が、勇気をもって共に知恵を出し合い、より確実な支援の輪が広がられていくよう、望むものであります。

2011年8月

神奈川県立保健福祉大学学長 中村丁次

序文 はじめの一步

予期しない災害に遭ったとき、人はまず何を行うべきであろうか。まず生命の確保、次に将来へとつなげる方策を考えるかもしれない。しかし、実際には頭で考える余地がないほど瞬時の出来事が連続する可能性もある。

今、私たち管理栄養士・栄養士にできることは、実は僅かではないのかもしれない。しかし、食は生命の源であり、生の証である。食が確保でき、栄養が整えば、人は明日に向かえる、希望がもてるのではないかとささやかな貢献を目指して本書を企画した。

私たち日本人は団結力があり、支援を惜しまない。しかし、現地に入って驚きの連続であった。支援食品は、すべての方々に平等に配ることができるものと、目的別に配るべきものがあった。また、せっかく送られてきた支援食品の数々が、水や加熱設備がないなどで活用されない現状も少なからずみられた。だが、栄養の知識があり、ほんの少し機転を利かせることで、より効果的な活用の提案ができることが予測できた。「問題はないであろう」と思われる方も多いかもしれない。しかしそれは「健常者の日常生活であれば」という条件つきである。現場は被災地であり、乳幼児から体調の悪い高齢者までが決して整っていない環境のもとに生活している状況である。

疾患をもった方がいる、脱水状態を起こした方がいる、現在起こしていないとしても、近い将来起こしそうな危険な徴候を示す方もいる。また、運動部の中学生・高校生は、絶対的に栄養素が不足している。このような方々に、速やかに最もふさわしい食（栄養）を提供しなければならない、と私たちは瞬時に感じた。

ごく普通の生活であれば、それほど本書は活用できないものであろう。本書が活用されるということは、残念ながら被災なさった方々がいらっしやるという事実にもつながってしまう。しかし、今回、震災という現実に直面した。ともかく、私たちは踏み出さなければならない。一歩進めば新たな展開が見えて来ることもある。

被災地にいる仲間、自ら志願したボランティアの方々が、本書を参考に、決然として自分たちの使命を全うなさるよう、切に望んでいる。

平成23年8月

監修者

せんば東京高輪病院 栄養管理室長 足立香代子

川崎医療福祉大学 医療技術学部 臨床栄養学科 教授 寺本房子