

十島村食生活改善推進員連絡協議会が
「令和3年度栄養関係功労者（食生活改善事業功労者・地区組織）
厚生労働大臣表彰」を受賞しました！

栄養改善及び食生活改善事業の普及向上等に功労のあった優良な地区組織等に贈られる賞です。
各島の食改さんが、それぞれの島で十島村の食を支える活動に熱心に取り組んでくださっています。



口之島の食改の皆さん



中之島の食改の皆さん



宝島の食改の皆さん



小宝島の食改の皆さん



悪石島の食改さん



諏訪之瀬島の食改さん

口之島 「食」の支援 のご紹介

「住み慣れた地域・自宅で、いつまでも生活したい」という住民の共通の願いを実現するため、高齢者の「食」の支援を行っています。

「食」の支援 で行っていること

「食」の支援員が、週に1回、お食事を作り指定の場所まで配達しています。
また、安心して支援を受けて頂く為に様々な取り組みを行っています。



- ① 安否確認
- ② 短時間のお話し相手となります
- ③ 「食」に関するさまざまな支援
(栄養バランスのとれた食事・衛生面の安心・調理・配食・回収など)
- ④ 対象者の状況の記録及び報告
- ⑤ 緊急時における連絡
- ⑥ 高齢者や認知症に関する知識を習得する為に研修を受ける

「食」の支援 の流れ

なごみの里でのお食事風景
ご自宅への配達も可能です

主菜・副菜・汁物を調理し、配達を行います。
対象の方のリクエストで献立を決めることもあります。
調理されたばかりの温かいおかずを、ご自身の使い慣れた食器へ盛り付けをさせていただきます。
白ごはんはそれぞれの対象の皆様に準備をお願いしています。
固めのごはんの好きな方、柔らかいごはんを好まれる方。
お口のトラブルでお粥を食べたい時も有ると思います。
ごはんの炊き方ひとつとっても、
長年培われてきた食習慣が有り、その方の習慣を大切にしています



「食」の支援 を受けるには

食の支援員が
おいしく調理しています

対象の方には、介護認定の有無により、一人一食あたり
200円もしくは300円の食事負担金を頂いています。

このような方にご利用頂いています。

- ① 村の区域内に住所を有する方
- ② 介護保険の要介護認定において
要支援又は要介護認定を受けた方、
身体障害者手帳の交付を受けている方
- ③ 地域ケア会議において必要性が認められる方



「厚生労働大臣賞を頂いて」

十島村食生活改善推進員連絡協議会

若松 蘭子

この度の受賞のご報告に、十島村食生活改善推進員一同胸があつく
なる思いであります。
最初の頃はわけも分からず、「廃棄率」って何だろうと勉強していた
ものです。そして少しずつさまざまな活動に参加させて頂きました。
まず、まだ初めの頃、自分たちでアイデアを出し合い「食事バランス
ガイド」を布で立体的に作った事です。これは、大好評で、色々な所に
旅に出され「食」のバランスの大切さをわかりやすく広めてくれました。
又「長命草」という島で自生している野草を粉にしたものをうどんに
練り込み「長命草うどん」を作った事です。きれいな緑色で、名前のご
とく命を伸ばしてくれそうな麺に仕上がりました。食堂がない島で「食
改食堂」を開いた所、多くの島民の方々が足を運んでくださり「こんな
おいしいうどんは食べた事がない！」と言ってくれました。
続いて鮮明に記憶に残っているのが、「トカラマロン」での「サネ
ン葉お弁当」といって、島で採れる「サネン葉」にお弁当をくるんだア
イデアお弁当です。お弁当の横にマロンランナーさん達の疲れをとる
様にあつあつの豚汁を添えました。食材も自分達で山に行き大名竹やツ
ワビキを調達した事は楽しくもあり大変でもありましたが、成し上げた
事に得も言われぬ感動がありました。
このように小さな島ではありますが、日本国の一民として何かお役に
立てたのなら幸いです。
コロナの時代ではありますが、ピンクのTシャツに負けない元気と明
るさで、これからもさまざまな「食」を通じて皆様の健康寿命に貢献でき
たらと思います。最後になりますが、受賞に際しまして御尽力賜りまし
た皆様方に深く御礼申し上げます。