

補助金対象事業報告書(平成24年度)

法人名	特定非営利活動法人 すぎなみ栄養と食の会 (平成 17 年 5 月法人設立)		
事業名	災害時の食事工夫 減塩料理教室		
事業費	664,377	補助金額	300,000

1 助成対象事業費内訳(実績)

収入		予算額	決算額	決算額内訳
	団体負担金	177,150	161,577	
	参加費・資料代等	226,800	112,600	防災食講習6,300 親子料理応援券50,000現金 減塩料理23,800
	その他の収入		90,200	防災食売上 @200 × 376=75,200 西荻運営協議会より15,000
	NPO支援基金助成	300,000	300,000	
	計	703,950	664,377	

支出	費目	予算額	決算額	決算額内訳
	報償費	20,000	25,000	講師謝礼 @20,000 × 1人 @5,000 × 1人
	旅費	2,000	2,000	講師車代 @2,000 × 1人
	備品費・消耗品費	145,600	298,807	消耗品・インク・用紙 他 65,187 防災用備蓄品 8,571 料理教室、試作用食材料 142,329 コピー・印刷・ポスター作製 37,820 塩分クリアファイル@200 × 152枚 = 30,400 イベント用容器、材料 14,500
	役務費	112,250	55,590	料理教室保険 17,760 運搬費 @800 × 35回 原稿料 9,000 郵送費 830
	使用料・賃借料	44,100	20,280	料理教室使用料 @1,365 × 1=1,365 @1,430 × 5=7,150 @1,950 × 1=1,950 @2,535 × 1=2,535 @3,640 × 2=7,280
	その他の経費	380,000	262,700	ボランティア活動費 @500 × 51人=25,500 @1000 × 1人=1,000 @1,500 × 2人=3,000 @2,000 × 77人=154,000 @2,200 × 36人=79,200
	計	703,950	664,377	

2 事業の目的・内容

目的	災害発生後、少なくとも3日間の食事自助の知恵と工夫を学ぶ 各テーマにそった料理を親子で調理し、子供の食に対する興味と知識を養う 食品の塩分量を知って、健康な食べ方を学ぶ料理講習会 各イベントに参加して、野菜計りゲーム、体脂肪測定、栄養相談を通して、健康への関心を広げる
計画内容	講演会、料理講習会、イベント、内部研修で互いに学び広めて行く H24 4月5月9月10月12月 H25 2月の6回の料理講習会を行う H24 6月8月10月11月12月の料理講習で減塩の必要性をわかり易く講義する 各イベントでパネルの展示、野菜計りゲーム、体脂肪測定、栄養相談を行う

3 事業の実施状況

	事業計画時(予定)	事業実施時
実施状況	8/31. 災害時料理講習会 7/5.27 8/3.16 9/21 10/4.22 11/13.22 1/18 2/2.19 打ち合わせ・研修会 4/28 5/19 9/8 12/ 15 2/16 親子料理教室 6/26 8/18 10/16 11/16 12/4 2/19 栄養バランスが良く減塩の美味しい料理講習会 各地域センターまつりで、野菜計りゲーム、体脂肪測定、栄養相談、防災食を行う NPOフェスタで「なみすけハンバーグ」を作る	災害時料理講習会 8/31 阿佐ヶ谷区民センター 9名 打ち合わせ、研修会7.8月に2回、9月に3回、10月に1回 11月に2回、1月に1回、2月に2回、3月に4回 親子料理教室(子育て応援券利用) 9:30~12:30 4/28 セシオン8名 9/8高井戸16名 12/15阿佐ヶ谷7名 2/16 高井戸30名 減塩のコツと実習の料理講習会 9:30~12:30 6/26 西荻 8/18,10/16阿佐ヶ谷6名・7名 12/4高井戸6名 研修会11/16 高井戸7名 荻窪、井草、高井戸、永福和泉、西荻、阿佐ヶ谷センターまつりで健康への関心と防災食の大切さを広める。 また、子供フェスタ、ミラクルタウン、NPOフェスタ、防災フォーラム、子育てメッセにも参加

4 実施事業の効果・成果

	事業計画時の「期待される効果」	事業実施後の「実際の効果・成果」
効果・成果	被災直後は支援をあてに出来ないで、家族の3日間の食料を備えておく。それも単品ではなく栄養が揃うような工夫を学ぶ料理講習会、展示会、試食会を通して、その知識が広がる。親子一緒に食に対する興味と調理技術の向上。 市販料理品の食塩含有量の多さを認識して買う事により、バランスのとれた食事の大切さを知り、その摂り方を知ってもらい、日常の食事摂取に生かしてもらう。 センターまつりやフェアにいらした大勢の方に健康の大切さや、災害時の食の工夫を広める	何をどれだけ備蓄したら良いかをイベント等で知らせる事ができた 又、それらの備蓄品の活用術と使い回しが出来る簡単料理の講習やライフラインが途絶えた時の知恵も広められた。 講習後には「勉強になった」「備蓄の大切さを知った」との声。 季節毎の行事食について知る。同じテーブルの親子と親しくなる。 自分で調理することにより苦手な食材も食べられるようになった。 減塩料理講習会を通して、減塩の必要性を充分認識してもらう事が出来た。食事作りに減塩で美味しく作る工夫をしているとの声も多く聞かれる。 野菜計りゲームや体脂肪測定で、個々の栄養相談が出来て、成果が上がり喜ばれた。

5 自己評価

自己評価 1	事業は当初の予定どおり実施できましたか
	<input checked="" type="checkbox"/> できた <input type="checkbox"/> 概ねできた <input type="checkbox"/> あまりできなかった <input type="checkbox"/> ほとんどできなかった 防災食では区から被災地に向かれた方の話や、ブース記念病院栄養科長様のお話を内部研修会で伺い、災害に備えた食情報を学べ、いざという時の備蓄等の準備や、それらの活用方法を話し試作して検討した。その結果を区民の方々に料理講習会や各センターのイベント等に参加して広めて行く事が出来た。親子料理教室・減塩料理教室は参加者が少なく中止する回があったのは残念でしたが、毎回出席する方もあってこちらが伝えたい事がしっかり伝わったと感じた。イベントに関しては、昨年に続き全地域で参加すること出来た。
自己評価 2	当初に想定していた「期待される効果」をあげることができましたか
	<input checked="" type="checkbox"/> できた <input type="checkbox"/> 概ねできた <input type="checkbox"/> あまりできなかった <input type="checkbox"/> ほとんどできなかった 備蓄食材を利用したの簡単料理の講習会には、多くの方の参加があった。参加者からは勉強になったとの声を多く頂いた。親子料理教室では子供たちが調理の楽しさを身につけて、家でもお手伝いするようになったとの嬉しい報告があった。減塩料理教室では減塩でも美味しい料理を味わうと共に、野菜を摂る事の必要性を理解してもらえた。
自己評価 3	今回行った事業を通して、理解者や支援者は広がりましたか
	<input checked="" type="checkbox"/> 広がった <input type="checkbox"/> 多少広がった <input type="checkbox"/> 広がらなかった 年配の方にはレトルト食品、缶詰、瓶詰、乾物などの長期保存可能な食材を備蓄し、それらを循環させながら使っていく事を理解してもらえた。若い方には、備蓄食材を利用した簡単料理に興味を持ってもらえた。防災食講習は、区民の皆様と共通の関心事でしたので、日頃漠然としていたのが、整理されて理解出来たと喜ばれた。親子料理、減塩料理講習では家庭料理の大切さを理解してもらえた。イベントは全区域で実施して、災害食、野菜測りゲーム、体脂肪測定、栄養相談などで、多くの方に楽しみながら食の大切さを広げる事が出来た。

6 今後の課題と活動について

今後の課題と活動	地震の恐ろしさは一昨年の東日本大震災の経験から理解されているが、「どのような物をどの位備えたら良いか」等がよく分からない方が多いようなので、1食500kcalとして<4人家族の1日分の例>等を参考に細かく具体的に伝えていきたい。又一方で個人の避難用リュックの備え等呼びかけていきたい。レシピ集も完成したので、それに沿って備蓄品のくりまわし活用術も伝えていきたい。 一番重要で難しいのは集客方法です。時流にあった広報活動を勉強する必要性を痛感。区民の方々が未病で快適な生活を営む為、食生活についての提案、食の大切さを周知してもらうための活動をしていきたい。
----------	--

7 普及啓発活動について

普及活動	毎月のチラシやイベントのポスターにNPO支援基金の「なみすけマーク」をカラーで表示し、教室の始めに、白板にNPO支援基金を頂いている事を書いて、紹介しています。
------	--

8 活動状況について

別紙に毎月のチラシ、イベント時のポスター、料理教室の写真(当日作った料理)を貼って提出致します。
--

