

27年度

「食べやすい食事の作り方と工夫」を  
希林館で体験してみませんか？

■重症心身障害児・者への支援者の育成事業【介護食調理講座】



みよ子さんの「ハッピークッキング」



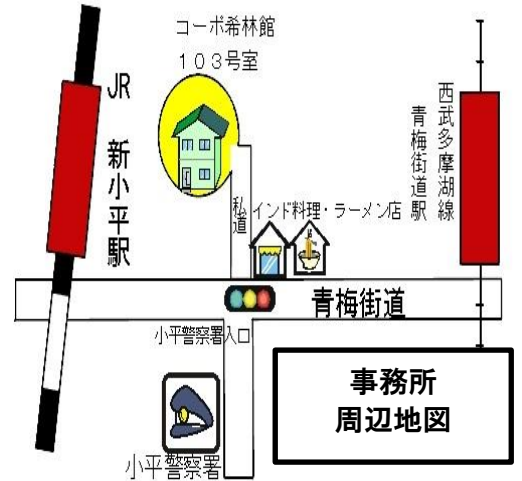
## おいしい食物形態別調理(介護食)の基礎と調理

おいしく食べることは、日々生活する上での大きな楽しみであり喜びです。それは重い障害のある方も高齢者も同じです。しかし、食べ物が気管に入る誤嚥の危険性もあって介護食では食べやすさを重視します。すると、食べやすいけれどおいしくないということが多くあります。

【介護食調理講座】では、健康な生活を維持するため、食べる機能にあわせた栄養バランスのよい食物形態別調理を学びます。おいしい食物形態別調理は、偏食や生活習慣病を予防し、食事を通して食べる喜び、味わう楽しさを知り、コミュニケーションを深める重要な調理法です。

講師は長年、東京都立特別支援学校の栄養士として児童・生徒の摂食機能の向上を目指し、「摂食機能獲得食」の普及に取り組まれた第一人者です。ご参加のほど、よろしくお願いします。

- 主催 特定非営利活動法人地域ケアさぼーと研究所
- 場所 特定非営利活動法人地域ケアさぼーと研究所・事務所  
東京都小平市小川町二丁目1915 コーポ希林館 103号室  
電話 042-403-3229  
JR 武蔵野線新小平駅徒歩3分  
西武多摩湖線青梅街道駅徒歩5分
- 講師 元東京都立特別支援学校栄養士 小暮美代子  
元東京都立特別支援学校教員 穴戸 芳子
- 定員 各回、8名  
対象者 保護者、介護職、栄養士、調理師、教員、  
その他介護食調理技術を身につけたい方 等



### 5 日時および内容

時間 10時00分～16時00分（昼食休憩含む）

NO	開催日	講座内容
①	平成27年6月20日(土)・21日(日)	安全に食べられるための基礎知識 食べる機能に応じた食形態別調理の基本
②	平成27年8月22日(土)・23日(日)	食べる機能に応じた食形態の工夫 主に魚、野菜・卵の別調理・再調理の実習
③	平成27年10月17日(土)・18日(日)	食べる機能に応じた食形態の工夫 主に主食、肉・豆腐の別調理・再調理の実習
④	平成27年12月19日(土)・20日(日)	No①②③回の講座のまとめ お弁当の再調理 非常時の調理の工夫（ポリ袋調理）と再調理

6 参加費用 4,000円（内訳 参加費3,300円 実習材料費等700円） ※原則、2日間参加

7 持参するもの エプロン、三角巾、筆記用具

あれば持参 「障害のある児童・生徒の食事指導の手引」（東京都教育委員会発行）

「ハッピークッキングの食形態別調理テキスト」（特定非営利活動法人地域ケアさぼーと研究所）  
（希望者には当日、1冊1000円で販売します）

## 8 申込みについて

- ・申込み項目を記入してメール又はファクシミリでご連絡ください。
- ・先着順とします。定員を超えた場合はお断りの連絡をさせていただきます。
- ・事前申し込み後のキャンセルは準備の都合上、講座開催の申込み締切日までにはお願いします。
- ・参加費は、当日会場でお支払いください。

### 申込み・問い合わせ先

特定非営利活動法人 地域ケアさぽーと研究所

担当：下川和洋

電話: 042-403-3229

FAX: 042-403-3229

Email: ccsupport@jcom.home.ne.jp

## 「介護食調理講座の申込み」

申込日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

(1) 氏名 \_\_\_\_\_

(2) 所属 \_\_\_\_\_

○をつけてください→保護者・福祉介護職・医療職・調理師・栄養士・教育職・その他 ( )

(3) 連絡先 ( 所属・自宅 )

(〒) \_\_\_\_\_ 住所 \_\_\_\_\_

電話番号 \_\_\_\_\_ ファックス番号 \_\_\_\_\_

e-mail \_\_\_\_\_

(4) 参加希望日

No	○をつけてください	開催日	申込み締切り
①		平成27年6月20日(土)・21日(日)	6月11日(木)
②		平成27年8月22日(土)・23日(日)	8月13日(木)
③		平成27年10月17日(土)・18日(日)	10月8日(木)
④		平成27年12月19日(土)・20日(日)	12月10日(木)

(5) 参加に当たってのご要望 (実習内容・摂食・嚥下に関わること・その他)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....