

研修会報告書

「在宅訪問栄養指導に必要なスキルアップ」研修会 中部会場 高齢者の食支援編

講師：管理栄養士 関 明子 氏

日時：2022年11月5日 10時～12時30分
場所：男女共同参画センター「あざれあ」生活関連実習室
参加人数：15人

- 今回の研修はおよそ120分の研修時間の中で、講義⇒実習⇒講義の順で実施された。

講義

高齢者の現状や食についてのさまざまな情報や先生の豊富なご経験などのお話がありました。

- ・高齢化社会の現状
- ・高齢者の健康状態
- ・地域包括ケアシステム
- ・高齢者の保健事業と介護予防の取り組み
- ・高齢者の訪問事業について



①先生のお話熱心に耳を傾ける参加者

調理実習

電子レンジやパッククッキングを活用し、簡単に片付けも少ない様々な料理を実際に調理を実施いたしました。

- ・おひとりさま用だし巻きたまご
- ・電子レンジで温野菜
- ・袋で作るごはん
- ・袋で作るカレー
- ・袋で作る蒸しパン風(魚肉ソーセージ入り)
- ・袋で作る春雨サラダ
- ・袋で作る蒸し鶏
- ・味付け煮卵
- ・デモンストレーションのみ
もやしで巣ごもりたまご
ひとりさま用超高速弁当箱炊飯器



②調理実習で作った料理

報告者名：地域活動事業部 青島千恵 作成日：2022年11月7日