

よこすか栄養まつり

～元気なからだは食事から！～



測定・体験コーナー

身体測定
筋力測定
血管年齢測定
手洗いチェック
高齢者疑似体験
歯科コーナー
こどもコーナー など

展示コーナー

学校給食
介護用食器
介護食
非常食
横須賀の食事情
地元専門店の取組
横栄協の活動 など

参加費
無料

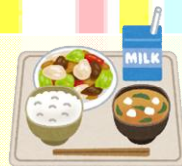
申込み
不要

個別
相談可



講演・実演プログラム

- 11:00 命とところを守る防災食
- 11:40 介護食実演（高齢者）～手軽な介護食の作り方～
- 12:30 認知症と口腔・栄養についての関係～認知症の方と上手く付き合うには～
- 13:20 介護食実演（障害児）～まとめりペースト食の作り方～
- 14:00 介護食実演（高齢者）～手軽な介護食の作り方～
- 14:30 「お口」から「元気」を考える～オーラルフレイルって何ですか？



日時：2019年3月23日（土）

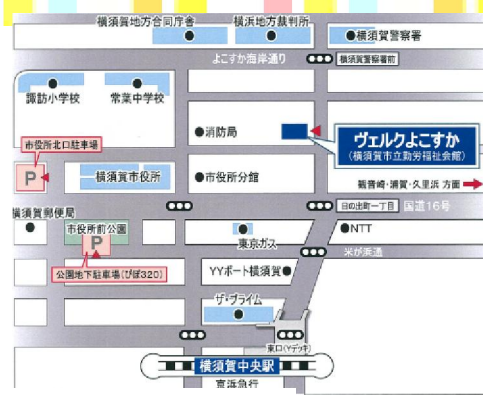
10:30～15:30

場所：ヴェルク横須賀6階



【問い合わせ先】シャローム給食センター TEL:046-842-1039

後援 横須賀市、神奈川県栄養士会、横須賀三浦地区ST交流会、
神奈川摂食嚥下リハビリテーション研究会横須賀地区、
横須賀市医師会、横須賀市歯科医師会、横須賀市薬剤師会



横須賀地区
栄養士連絡協議会



講演・実演プログラム 詳細

11 : 00

命とところを守る防災食

日本栄養士会災害支援チーム（JDA-DAT）リーダー
向井洋子 先生・高田千春 先生



どれくらいの備蓄が必要なの？ガスや電気が止まった場合に食事は作れるの？おいしい非常食はあるの？災害に備える食の情報をお伝えします。

11 : 40

介護食実演（高齢者）～手軽な介護食の作り方～

ニュートリー株式会社 関裕子 先生

12 : 30

認知症と口腔・栄養についての関係
～認知症の方と上手く付き合うには～

神奈川歯科大学 高城大輔 先生



認知症の人はお口や食事に問題を抱える方がたくさんいます。また、それらの人たちをケアしようとしても上手くいかない事例も多く経験するかと思います。

今回は歯科の立場から認知症の人におけるお口の機能や栄養について、認知症の人にも“伝わる”ケアをおこなうにはどうすれば良いかを私自身の経験と最新の知見を交えてお話させていただきます。

13 : 20

介護食実演（障害児）～まとめりペースト食の作り方～

株式会社フードケア 在川一平 先生

14 : 00

介護食実演（高齢者）～手軽な介護食の作り方～

ニュートリー株式会社 関裕子 先生

14 : 30

「お口」から「元気」を考える
～オーラルフレイルって何ですか？

リハビリセンター悠ハッピーマウス 森 桃子 先生



手足の筋力低下は気になっても、お口の筋力低下を気にしたことはありますか？「お口の元気が身体の元気を作ります！この機会に「お口」のことを楽しく学びましょう♪

子供から高齢者まで楽しめる「コグニサイズ」
介護予防運動指導員 遠藤崇晃お兄さんと一緒に楽しくやってみましょう！！

コグニサイズとは・・・体を動かしながら脳を鍛えるトレーニングです

