

# 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 「嚥下調整食学会分類に基づいた講義と調理実習」

講師：金谷栄養研究所所長 金谷節子 氏

日 時：2024年 9月 8日

場 所：静岡県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：21人

県栄養士会副会長 若林の挨拶の後、金谷氏の講義。その後、7グループに分かれて調理実習を行った。その後、試食、休憩を経てもう一度金谷氏からまとめの講義をいただき、質疑応答。最後に県栄養士会副会長 久保田の閉会の挨拶で締め括られた。

講義では…

- 嚥下食を考える上での心構えと考え方
- 生体構成成分に学び、機能性を重要視する
- 嚥下食学会分類と、調理実習との整合性
- 実習の解説



その後、L0～L5までをカバーした多種の調理や、防災食にもなるパッキングの実践を勉強した。中でも、「75℃ハンバーグ」は絶品であった。

緑茶カテキンやエゴマオイルなどをうまく使い、脂っこくなく高齢者でも食べやすいような嚥下食が出来上がった。少しの手間を惜しまないことで、嚥下食もおいしく頂けることを実感した。

訪問栄養指導によって、高齢者の食生活の改善点を、その方によってしっかりみきわめ、その方が美味しくめしあがれるように導く。長年、栄養士の先頭に立って走ってくださった金谷氏の強いメッセージもいただくことができた。

参加者アンケートでは、全員から「今後活用できそう」との感想をいただき、栄養ケアステーション登録にもつながると考えている。実習ができる対面研修は非常に有意義だと思った。



報告者名：フリーランス・栄養関連企業等事業部 白石明子

作成日：2024年 9月 16日