

營養學院高齡營養研究中心舉辦「日本介護食講座及實作」



營養學院自 2017 年 1 月 4 日正式成立高齡營養研究中心後，就積極地進行各種提升年長者生活品質及營養照護的活動，特於 2017 年 12 月 20 日舉辦了日本介護食調理講座及實作課程，中心主任楊素卿教授特別邀請到來自日本醫療財團法人在宅醫療診所的安田和代管理營養士，及江頭文江管理營養士來本院進行日本介護食調理講座。



介護食（Universal Design Foods）源自於日本，是為了讓具有吞嚥咀嚼困難的年長者，也可以和一般人一樣享受到營養豐富的飲食，因此日本介護食品協議會便發展出各種食材處理的方式，讓食物軟化更易於年長者食用。

【圖：上午舉辦介護食講座（右圖），下午進行實作教學（左圖）】



高齡營養研究中心希望經由此次活動，讓學生能有機會實際製作介護食，藉以從中了解介護飲食之製作流程與重點。同時也讓學生更能了解「soft food and happy care 的精神」，期望學生們能將本次活動所學，運用於未來在高齡營養照護上，從給予年長者合適的飲食與照護，進而提供年長者更優質的生活品質。

臺灣逐漸邁向高齡化社會，統計發現臺灣亦是全球人口中老化速度最快的國家之一，隨著醫藥與科技不斷地進步，國人平均壽命也比過去增加，預計臺灣將於 2018 年進入「高齡社會」，面對越來越多的長者，高齡營養研究中心除了希望能讓他們擁有健康的身體外，同時希望能讓年長者擁有好的生活品質，而如何讓年長者能吃得營養又開心就是幫助他們提升生活品質中很重要的一部分。（文/營養學院）

【右圖：左起楊素卿主任、江頭文江管理營養士、實作原料廠商及安田和代管理營養士】

【下圖：實作完成大合影】

