

食べること・もの、お口のことを見直して健康に！

食べること なんでも相談・勉強会

楽しく 賑やかな二日間！

普段のお悩み解決に 最先端の情報収集に ぜひ足をお運び下さい！！

日時： 2019年 **10**月**12**日(土) **10:00~15:00**

会場： **だて食育レストラン Eスプーン**

伊達市梅本町71-8 総合体育館の並び 図書館のお隣

やさしい介護セミナー

11:00-13:00 (10:30 受付)

介護食チャレンジ★クッキング教室

管理栄養士がおすすめる
安全・安心な介護食づくり

《食卓を囲んで家族と共に簡単に栄養満点な介護食》

○コンビニ惣菜から簡単な介護食のリメイク法

手軽に変えるお惣菜のタンパク質アップ！
カロリーアップ！

○肉の柔らか加工術

鳥むね肉、ひき肉の下ごしらえ紹介

○野菜の力で免疫アップ

食育レストランでも紹介され
老化や様々な病気のリスクを軽減させる効果
が期待されている今注目のファイトケミカル
スープの作り方と活用法！！

事前申込が必要となります

材料費 500 円をお願いします

お問い合わせ先・**クッキング教室申込先**

伊達市社会福祉協議会 福祉グループ

電話：0142-22-4124

～ スペシャリストに聞こう！ 摂食嚥下・栄養サポート ～

お口の力を引き出すスペシャリスト

人気です！

言語聴覚士 **源間先生**のよろず相談コーナー

最近ちょっと飲み込みがわるくなってきた
お口が乾きやすくなってきた
においも気になってきた という相談から
口がちょっともつれるようになってきた～
というお口つながりのお悩みまで
きっと とても優しく教えてくれますよ♪
道内をとびまわる人気の先生です
この機会にぜひご相談にいらしてください

ミニ展示・説明会

数量限定ですが サンプル提供もあります

賞味期限の長い災害時に役立つモノもあります

- 「お口を元気に」口腔ケアグッズ
(株)ティーアンドケー
- 「試食あります♪」介護食品・栄養食品
(株)宮源 (株)ファイン
(株)クリニコ (株)フードケア



翌日 10月13日(日) 伊達市市民活動センターでも 10:00-16:00 にシンポジウム・相談会など開催！