

講演

「発酵食品のちから」

講師：ナチュラルフードコーディネーター
大上 梢 氏

発酵食品について、日本の伝統食品である発酵食品(味噌・醤油・酢など)はその土地の気候風土により菌(微生物)が違い、その土地に住む人々にとっては理に適った食品に変化していきます。消化吸収が良く腸内環境を整える。免疫力を高め栄養価もプラスされます。食品の味や香りが変化し美味しさが増します。食品の保存性が高まる利点もあります。発酵食品に多く含まれている「酵素」の働きについてもわかりやすく教えていただきました。



講演

「摂食・嚥下のリハビリテーション」

講師：文屋内科消化器科医院
作業療法士 浅野友佳子 氏

摂食・嚥下のしくみとその障害の初期症状や起きやすい疾患について。また誤嚥を起こさないための予防対策として口腔ケアの必要性和嚥下体操について説明していただきました。最後に誤嚥した場合の対処方法を実演しながら教えて頂き参加者全員で対処方法を実際に体験してみました。とてもわかりやすく勉強になった講演でした。



当日スケジュール

- | | | |
|-------------|----------------------|------------------------------|
| 10:00~ | 開会 | 会長挨拶 空知知的しょうがい福祉協会 会長 三戸部 隆 |
| 10:15~11:50 | 講演 「発酵食品のちから」 | 講師 ナチュラルフードコーディネーター 大上 梢 氏 |
| 12:00~13:00 | 昼食休憩 | |
| 13:00~14:30 | 講演 「嚥下・摂食のリハビリテーション」 | 講師 文屋内科消化器科医院 作業療法士 浅野 友佳子 氏 |
| 14:30~閉会 | 当番事業所挨拶 | 雨竜町暑寒の里 施設長 米谷 義弘 |