

—「食べる」を育てる・維持する・補う—

# 弁当プロジェクト5

日時:平成30年2月25日(日曜)

10:00~12:30

場所:水戸プラザホテル

水戸市千波町2078-1 電話029-305-8111

定員:一般 100名(先着順)

申込:1月29日(月曜) 9:30~

茨城県歯科医師会事務局(029-252-2561)に電話にてお申し込み下さい。



食べ方の経年変化に合わせた弁当づくりをめざす「弁当プロジェクト」。

今年度はやわらかく噛みやすい中にも食感があり、筋力を使うことで廃用萎縮を予防する『だしを楽しむ! 噛むかむ!! 楽食弁当』を提案します。

ライフサイクルの老年期に対応した食の体験を通して、予防の重要性を訴えていきたいと考えています。

多数の方の参加をお待ちしております。



## 内容

「だしを楽しむ! 噛むかむ!! 楽食弁当」を提案する

◇ 講演

「予防の領域; 弁当プロジェクトの経過報告」

「摂食嚥下障害の領域; 石巻市での取り組み発表」

◇ 試食

・やわらかい中にも食感のある食材を体験できる試食

・飲み込みやすさを目指す食材を体験できる試食



公益社団法人 茨城県歯科医師会

茨城県歯科医師会東西茨城地区 食文化研究会