

平成 29 年度京都市ホームヘルパー連絡協議会
第3回研修会（訪問介護員実技研修・訪問介護員基礎研修）開催要綱

「いつもの調理にひと工夫！バランスの良い食事づくり」

- 1. 趣旨** 限られた時間のなかで、1人で支援をするヘルパーの仕事。利用者さんの栄養状況や食べやすさ、好みについても考える必要があり、なかなか一筋縄ではいきません。今回の研修会では、利用者さんにとって食べやすく、バランスの良い食事づくりの基本を学びます。
- 2. 主催** 京都市ホームヘルパー連絡協議会
- 3. 日時** 平成 29 年 10 月 23 日（月） 11：00～14：30
- 4. 会場** 市民交流プラザふくちやま（福知山市立中央公民館）クッキングルーム
〒620-0045 京都市福知山市駅前町 400 番地（福知山駅前）
TEL：0773-22-9551 FAX：0773-45-8501
- 5. 参加対象者** ヘルパー経験 3 年未満程度のホームヘルパー
- 6. 定員** 30 名 ※申込状況によっては人数調整をお願いする場合があります。
- 7. 参加費（参加費は当日受付でお支払いください） ※材料費 500 円含む**
 - （1）京ホ連会員事業所のホームヘルパー等：1, 500 円
 - （2）会員事業所以外の方：3, 500 円

8. 実施内容

時間	内容
11：00～11：10	開会・オリエンテーション
11：10～12：00	【講義】 バランスのよい食事とは～決め手は食事バランスの“手”～
12：00～13：00	【調理実習】 旨味を活かした食事づくり …グループに分かれて、主食・主菜・副菜の 3 品を調理します
13：00～14：00	【発表・試食会】
14：00～14：30	【振り返り・まとめ】
14：30～	アンケート記入・研修会閉会

(講師紹介)

■ 野間 智子 氏 (奈良佐保短期大学 准教授)



専門分野…栄養教育

昨年度まで、福知山成美大学短期大学部に所属し、福知山市内にある高齢者サロンや保育園での食育を通して地域連携活動に取り組む。

成美大学短期大学部食育ボランティアと福知山市で共同作成した「虹色★バランスレシピ」の製作・普及に携わる。

9. 参加申込

別紙の申込用紙に必要事項をご記入の上、**10月16日(月)**までに京ホ連事務局宛てにお申込み下さい。(FAX 可)

お書きいただいた個人情報等につきましては、適正な研修の実施にのみ使用します。

8. 持ち物、服装等

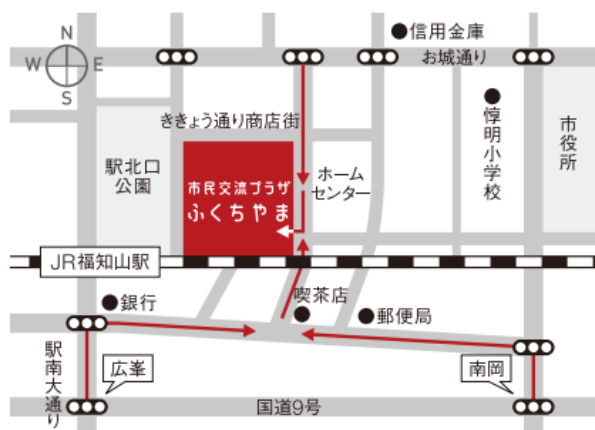
- ・エプロン、三角巾、お箸、飲み物
- ・調理実習を行いますので、動きやすい服装でお越しください。

9. その他

研修会当日は、調理したものを昼食とします。

会場に設置のIH調理器を使用します。

10. 会場地図



●福知山駅から駅北側出口を出て徒歩1分 ●専用駐車場(有料) 施設東側に併設する100台収容の平面駐車場。体の不自由な方のための車イス駐車場5台、屋根つき駐車場6台。※駐車場ゲートは南側が入口専用、北側が出口専用となっていますのでご注意ください。●無料駐輪場 28台

●京都府ホームヘルパー連絡協議会 事務局● (担当:鈴木)

〒604-0874

京都市中京区竹屋町通烏丸東入る ハートピア京都 5階 京都府社会福祉協議会 内

Tel:075-252-6294 Fax:075-252-6310