

## 第38回「すなっく(ˆoˆ)」WG 議事録

### 【開催概要】

- ・開催日時：2月22日（金）19時から
- ・開催場所：ふれあい歯科ごとうにて
- ・参加メンバー：登世子先生、板垣先生、村田さん（ライフデリ）、高瀬
- ・付帯資料：試食品や説明資料など

### 【主な議題】

- 議題 食支援スナックが外部イベント催事に出張してのコンテンツ提供（出展）
- ーコミュニティカフェ（みんなのリビング葛が谷）での試食会
  - ー新宿タベマチ祭り（新宿けやき園）でのブース出展

### 【次回予定】

- ・コミュニティカフェでの試食会（1コーナー）は、  
2月24日（日）11時から、みんなのリビング葛が谷にて
- ・次回すなっくのWGは、  
3月7日（木）20時から、ふれあい歯科ごとうにて
- ・新宿タベマチ祭りでのブース出展は、  
3月24日（日）時から、新宿けやき園にて

### 議題 新宿タベマチ祭り（新宿けやき園）でのブース出展

- すなっくではエイヨの子ども食堂と並んで、飲み物を中心に提供する
- ーセルフ型のドリンクコーナー（お茶やコーヒーなど）
  - ーとろみ剤の説明・体験コーナー（今回のものを流用する）
  - ーその他にムース食・ソフト食・甘酒など（ライフデリ、マルコメなど）

今回のコミュニティカフェでの説明・体験を流用して、具体的には  
3月上旬の打ち合わせで検討していく

## 議題 食支援スナックが外部イベント催事に出張してのコンテンツ提供（出展）

- ・出張先：コミュニティカフェでの試食会（別紙：案内チラシ）
- －日時：2月24日（日）11時からで、ランチ提供は12時から1時間前後
- －場所：みんなのリビング葛が谷にて
  - 道路からカフェがある住宅地への通路が分かりにくいので留意
  - 人を立って、誘導・受付案内する必要あり
  - 車での来場は近くのコインパーキング、バイク・自転車はOK

### 《事前情報》

- －来場者：カフェの関係者が10名、すなっくの関係者が5名で、計15名ほど
- －ランチの献立は、すなっくよりとろみをつけた副菜、デザート（別紙レシピ）
- －調理器具や食器類は、カフェのものをお借りする

### 《すなっくの役割分担》

- －誘導・受付案内：村田さん（ライフデリ）
- －副菜担当：高瀬
- －デザート担当：板垣先生
- －飲み物担当：登世子先生
- －とろみ剤の体験・説明：丸山さん（ヘルシーフード）
- －撮影：志垣先生

### 《食支援すなっくのコーナー》

来た人が順次、ランチを注文して食べながら話しているので、各テーブルごとに、食べ終わりそうなタイミングで声をかけて、次のような説明・体験をしてもらう

- －レシピを呈示して、とろみをつけた副菜、デザートの紹介（とろみを付けた方がおいしい）
- －説明シートを呈示して、嚥下の説明（飲み込みのチェック、メカニズム、リスク）
- －とろみ剤を使って、試してみる（とろみ剤の使い方、とろみ有/無で、せんべい食べ比べ）
- －リーフレットやパンフレットなどでも案内する

コミュニティカフェのお客さん（まだとろみ材を使っていない高齢者）の目線で、かんたんに嚥下の問題やとろみ剤の必要性などを説明していく

（時間がない人には、資料を渡す程度で済ませる）

### 《その他に用意する備品など》

- －食材・領収書
- －エプロン・バンダナ（三角巾）
- －名札（あれば良い）

## 参考情報、商品例

**みんなのリビング葛が谷**  
2月のご案内  
コミュニティカフェ「こみちをぬけて」  
**2/24(日)**  
11:00~16:00

**食支援すなっく presents スペシャルランチ**

「高齢者の6人に1人は飲み込みが注意！」  
誤りでも起こりうる。飲み込みの課題を  
身近な食パター・飲み物から取り上げる。  
食支援のミニコーナーも開催します。  
専門職に依頼し相談して、話も聞けば  
只償：最新食支援研究会 すなっく宛

「こみちごはん」(予約制)  
ボランティアの「ほん」出店がある。  
平素の「こみち」食から受ける。  
(12:00-14:00まで)  
※前日までLINEかお電話で「予約  
ください」  
※当日でもお問合せ下さい  
※ランチ 500円  
※今回はすなっくオリジナルランチです。

TEL: 050-3632-3570  
E: living.kazuyae@gmail.com

【お問い合わせ先】  
葛が谷地区センター  
〒201-8501 東京都葛飾区葛が谷1-1-1  
TEL: 03-5621-1111  
【お問い合わせ先】  
葛が谷地区センター  
〒201-8501 東京都葛飾区葛が谷1-1-1  
TEL: 03-5621-1111

トロミ剤を活用したレシピ

**とろみ付きおでん【みそ田楽風】**

＜使った商品＞

**レトルトおでん**  
コンビニや量販店で売られて  
いるもの

＜材料(1人分)＞

- ・レトルトおでん: 1袋
- ・うどんだしの素: 1包
- ・トロミ剤: 1包
- ・八丁味噌: 大さじ1杯
- ・みつば少量

＜作り方＞

- ①レトルトおでんを選せんして、具材を取り分ける
- ②鍋でお湯にうどんだしの素を入れてスープを作り、ポ  
ウルに1人分を取り分けて、トロミ剤を混ぜる
- ③皿に①の具材を盛り付け、②のとろみスープをかける
- ④みじん切りにしたみつばを散らして八丁味噌をのせる

※食べる方に合わせて、具材ととろみ具合を調整する

**簡単フルーツポンチ【とろとろ豆乳ノスがけ】**

＜使った商品＞

**フルーツ缶・糖甘酒**  
コンビニや量販店で売られて  
いるもの(甘酒はアルコールなし)

＜材料(1人分)＞

- ・フルーツミックス缶: 小1/4缶
- ・糖入り甘酒: 1/4カップ (50cc)
- ・トロミ剤: 1/2包 (1/2g)
- ・あんこ: 小さじ1
- ・季節のフルーツ(苺・キウイ)

＜作り方＞

- ①フルーツ缶をシロップと分ける
- ②糖にフルーツ缶、あんこ等を盛りつける
- ③缶のシロップと糖甘酒を合わせ、トロミ剤を少し  
ずつ入れ混ぜる
- ④②に③のとろみシロップをかける

※食べる方に合わせて、具材ととろみ具合を調整する

**嚥下食 まるわかりBOOK**

飲み込みやすい条件をクリアできる  
“ひと手間”はこちら!

- ✓とろみをつける
- ✓ゼリーにする



## コミュニティカフェでの様子

