

# 第8回 かむかむクッキングコンクール

## 安全で美味しい「介護食」を大募集!!

■応募条件 応募作品は、次の条件が満たされていることとします。

(1) 高齢者向き「介護食」とする。形はあるが歯がなくても押しつぶしが可能で、一般的にやわらか食、ソフト食などといわれるものであること。増粘剤を使用しても差し支えない。

参考：農林水産省「スマイルケア食」黄色のB(歯ぐきでつぶせる食品)またはC(舌でつぶせる食品)程度。

(農林水産省ホームページ <http://www.maff.go.jp/j/shokusan/seizo/kaigo/pdf/sumile.pdf>)

調理例：肉団子 箸で切れるやわらかいスープ煮なら「黄色のB」、スプーンで潰してトロミづけすると「黄色のC」になります。

卵焼き だし巻き卵なら「黄色のB」、スクランブルエッグにすると「黄色のC」になります。

(2) 低栄養に陥りやすい高齢者の栄養バランスに配慮していること。

(3) 材料費や調理時間が適切であり、家庭や施設等において手軽に作れる一品として普及性があること。

(4) 三重県の農水産物をなるべく利用していること。

■審査 1次審査 9月15日(木)書類・写真審査

2次審査 10月10日(月・祝)プレゼンテーション・実食審査

時間 午後1時～2時15分 会場 三重県歯科医師会館



■表彰 平成28年度食と健康フォーラム 10月10日(月・祝)

時間 午後2時25分～4時30分 会場 三重県歯科医師会館

特別講演 講師 地域栄養ケアPEACH厚木 代表 江頭 文江 先生

(管理栄養士・摂食嚥下アドバイザー・食育アドバイザー)

表彰式 最優秀賞1点 優秀賞2点 審査員特別賞数点

入賞者(1次審査通過者)に賞状、副賞及び記念品(楯)、

**参加者全員に参加賞を贈呈**します。



記念楯

■応募資格 三重県内に在住の方 ※共同制作歓迎(グループ・親子・サークル・職場など)

■応募方法 所定の応募用紙に、1人分の献立、PRポイント、使用している三重県の農水産物を記入のうえ、完成品1人分の写真(L判)を添え、下記応募先まで郵送してください。

尚、PRポイントには、食材や調理法の工夫点等を記入してください。

(例：家族に作る食事やおやつを元に、調理法等にどのような工夫を加え介護食にしたか。)

1人何点でも応募は可能ですが、未発表のものに限ります。応募用紙は、三重県歯科医師会事務局に電話(059-227-6488)で申し込むか、ホームページ(<http://www.dental-mie.or.jp>)からプリントアウトしてください。

**応募期間 平成28年7月1日(金)～9月5日(月)当日消印有効**

■その他

(1) 著作権は主催者に帰属します。

(2) 応募作品については、広報用として広く活用を図ります。

(3) 審査結果については、職業(在学者は学校名・学年)、名前がホームページ、マスメディア等で公開されることがありますのでご了承ください。

(4) 応募に伴う個人情報は、今回の目的以外では使用しません。



応募先・問合せ先

〒514-0003 津市桜橋2丁目120番地の2

三重県歯科医師会事務局 かむかむクッキングコンクール係

TEL 059-227-6488 FAX 059-227-0510



主催 三重県/三重県歯科医師会

後援 三重県教育委員会/三重県栄養士会/三重県歯科衛生士会/三重県食生活改善推進連絡協議会/全国健康保険協会三重支部