

～栃木市ふるさと応援基金利用事業～

高齢者向け料理レシピコンテストの開催について

1 趣旨・要旨

市民の方が「食べること」を通して、高齢化を「我が事」として考える機会を創出するため、高齢者向けの料理をテーマとしたレシピコンテストを開催いたします。そのほか、コンテストに入賞したレシピをまとめたレシピ集も制作いたします。

地域共生社会の実現、即ち“人が世代や分野を超えて支え合う地域づくり”を目指すには、全世代的にそれぞれの立場や価値観を知り、理解した上で、希薄化しつつある地域の相互扶助や家族同士の助け合いを再構築していくことが肝要です。

高齢者世代とその他世代間の違いに着目すると、例えば食事の問題が挙げられます。この「食べること」は、生命活動の維持のみならず、他者とのコミュニケーション、楽しみのために必要不可欠であります。高齢者にとっては、加齢により食事形態や分量の変化が生じることから、高齢者自身、更には介護者双方の悩みになっていることが多く見受けられます。

高齢者にあっては「何を食べれば良いか分からない」、介護者にあっては「どんな料理を作れば良いか分からない」といった不安を解消しつつ、全ての人が食を楽しめ、笑顔で食卓を囲めるようレシピの普及を目指します。

2 概要

(1) 高齢者向け料理レシピコンテスト

募集部門：A「おうちの味部門」

及び対象 …県内在住、在勤、在学である個人の方。

B「プロの技部門」

…県内に店舗や事業所のある料理店や介護施設等。

募集内容：以下を全て満たすこと。

①料理1皿。(複数応募可)

②箸やスプーンで容易に切れ、呑み込みが容易であるもの。

※「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2013」に規定されるレベル4よりも柔らかいもの。(レベル4…全粥、軟飯、軟菜食)

③下味つけや解凍等の時間を除き、1時間以内で作れること。また、1人分あたり500円以内で作れるもの。

審査行程：①書類確認…応募用紙の内容を確認。要項に該当しないもの(硬いもの等)を取り除く。インターネット等より盗用がないかもここで確認する。

②審査…審査委員（下記）による書類審査。25～30品程度を入賞としてレシピ集掲載想定。うち各部門最優秀賞1品、優秀賞2品を選ぶ。入賞者にのみ連絡する。

③表彰式…1月中旬に表彰式を予定しており、最優秀賞および優秀賞6名を招待。この際、最優秀賞2名には、表彰式前に調理をしていただき、実食の時間を設ける。

応募方法：所定の応募用紙に必要事項を記入し、完成写真を添付し提出。

審査委員：県南健康福祉センター 主幹 様

栃木県栄養士会様より 1名

特別養護老人ホーム養護老人ホーム連絡協議会様より 1名

栃木市シルバー人材センター様より 1名

栃木市地域包括ケア推進課長

賞品：最優秀賞…賞状、記念品

優秀賞…賞状、記念品

入賞者…賞状

※賞品は、食材詰め合わせや調理器具を想定。

(2) レシピ集作製

上記入賞レシピをまとめたレシピ集を作成する。発行部数は6,500部を予定。完成後、

市内の公共施設、スーパーマーケット、介護施設等に設置のほか、希望する市民の方へ配布する。

3 スケジュール

9月下旬 レシピ募集開始

11月下旬 募集締め切り、書類確認

12月中旬 審査

1月中旬 表彰式

2月中旬 レシピ集完成予定