

介護食士って どんな資格？



コツを学べば
もっと気軽に
もっと楽しく
作れるかも！

いつもより
少し細かく刻んだり



少し柔らかく
煮てみたり

盛り付けも
大事なポイント！



最近こんなこと
ないですか？

おばあちゃんが、
ごはんをあまり
食べてくれないけど
どうすればいいのかな...



介護食って難しそう...

詳しくは裏面へ



介護食士とは？

教えて!!



受講された方に
聞いちゃいました!!

専門知識を学ぼう！

年齢を重ねると、誰もが**固いものが食べにくく**

なったり、**飲み物がむせ易く**なったりします。

そんな時に工夫して食べやすくした料理を

「介護食」と言います。決して特別な料理ではなく、**知識と技術と技能**があれば誰でも作ることができます。

それを学ぶ講座が

「介護食士 3 級取得講座」です。



「食」

に関心を
お持ちの方なら

どなたでも

受講いただけます!!

まずは
3 級から
挑戦！

全国の会場にて、調理技術の実習はもちろん医学・栄養学・高齢者の心理など、それぞれの分野の専門家を講師に迎え、多面的に学ぶカリキュラムとなっています。講座を修了されると全国調理職業訓練協会より「介護食士 3 級資格」が交付されます。

科目	時間数	受講内容
介護食士概論	2時間	介護食士が求められる現状。介護食士の心構え
高齢者の心理	4時間	高齢者の心理の理解。高齢者の食への支援
医学的基礎知識	4時間	高齢者の身体の変化、加齢に伴う疾患と食事療法 口腔内科の基礎知識
栄養学	6時間	栄養学基礎。高齢者の栄養学
食品学	5時間	食品学概論。食品の特徴
食品衛生学	4時間	食品衛生とは。食中毒概論
調理理論と 調理実習	47時間	1. 日本料理・西洋料理・中国料理から、 調理の基本を学ぶ実習 2. 旬の食材(春夏秋冬)を使って、高齢者が好む 季節の料理を学ぶ実習 3. 高齢者の喜ぶお菓子を学ぶ実習 4. 軟食の調理実習 5. すぐ実践できる軟食実習 6. 生活習慣病などの予防食

授業科目及び
内容と時間数

※上記は 3 級の受講内容です

- **“介護食”**とは高齢者だけの為に手間をかけて調理するものと考えていたが、受講して特別に作らなくても**少しの工夫**で家族全員が同じ料理を美味しく食べる事ができると分かった。
- 介護食の大切さはもちろん、**問題を知ることで**自分にも出来る事があるのではないかと思います。
- **調理の基本**から学べてよかった。
- 食中毒や衛生管理の**知識**を学ぶことが出来てとてもよかった。
- とても身になる講座内容でした。年をとっても楽しく、**美味しく食べる工夫**をしていきたいです。



まるでレストラン！？
盛り付け方を変えるだけで
こんなに素敵に

彩りも大切に!



スプーンに
のせて
食べやすく!

たとえば、こんな感じ。。。
見た目もオシャレで美味しそう



季節に合わせた
食材をチョイス!



ホウレンソウ

パッと華やかな和食膳!
のどごしや栄養も考え、
バランスの取れた組合せに
なっています。

詳しくはこちら



公益社団法人

全国調理職業訓練協会

〒101-0041 東京都千代田区神田須田町1-24 神田AKビル3F

TEL 03-6206-0051 FAX03-6206-0052 MAIL info@kaigosityokushi.jp

※受付時間 10:00~15:00