

112 年度連江縣社區營養推廣中心

高齡友善共餐輔導集點辦法

一、前言：

為了提升馬祖四鄉五島地區高齡友善環境，連江縣社區營養推廣中心推動社區長者據點及長者共餐單位提供「衛生、均衡、美味」的餐食，誠摯邀請各位一同加入餐飲輔導，共同邁向高齡營養新食代。

二、活動資訊：

(一)參與對象：提供長者共餐之社區單位。

(二)活動期間：即日起至 112 年 10 月 31 日(二)止。

(三)輔導集點內容與規範：請參照附件 2。

(四)獎勵：集點統計截至 112 年 10 月 31 日(二)止，至少輔導 2 次、至多輔導 3 次，取成績最高的 2 次計算總和，其中點數總和最高的 3 組單位頒發金銀銅獎項。

金銀銅獎

1. 金獎：1 名，頒發價值 6,000 元等值禮品及獎狀 1 幀。

2. 銀獎：1 名，頒發價值 3,000 元等值禮品及獎狀 1 幀。

3. 銅獎：1 名，頒發價值 2,000 元等值禮品及獎狀 1 幀。

4. 凡參加但未得獎項之單位頒發感謝狀 1 幀及精美小禮物 1 份。

5. 得獎名單暫訂於 11 月中旬公告於連江縣衛生福利局網站，並行文至得獎單位。

特別獎

活動期間，若該次輔導點數(衛生安全與膳食營養)達 34 分(含)以上或與前次輔導相比點數和較高即獲得一份精美小禮物。

(五)注意事項：

1. 獲獎獎項依中華民國稅法規定辦理，獲獎單位須簽收領據。

2. 得獎單位之相關資料皆應正確並與報名資料相符，若得獎單位所繳付之文件及資料有不全、偽造或不實者，或違反本活動辦法，或未在主辦單位指定時間內提出相關證明，或為其他影響本活動公平性行為即視為入選無效，主辦單位得以取消其入選資格。該得獎者除應負法律相關責任外，如已領取獎項，主辦單位有權向其追繳已領取之獎項。

3. 本活動獎項以公告之獎勵為準，得獎單位不得自行要求更換其他獎項。

4. 主辦單位保有所有相關活動最終解釋權及活動修改、變更或取消之權利。

(六)報名方式：

1. 填具附件報名表，以郵寄、親送或傳真方式繳交資料。

2. 地址：209 連江縣南竿鄉復興村 216 號(保健科-社區營養推廣中心)。

3. 傳真：0836-22376。

※備註：非親送單位請來電與我們確認，聯絡電話 0836-22095 分機 8859、8869。

112 年度連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導集點 報名表

單位名稱		聯絡人	
地址		聯絡電話	
規模	共餐人數：_____ 人 備餐人員：_____ 人 共餐頻率：_____ 其他資訊：_____		

單位簽名：_____ 填表日期：112 年 _____ 月 _____ 日

連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導集點紀錄表

年度	共餐單位所在鄉鎮及村落	共餐單位名稱												
共餐輔導														
評核次數	輔導日期	集點項目												總計
		衛生安全 (20)						膳食營養 (20)						
		人員	環境器具			物料與製備品質			水果量 (2)	蔬菜質與量 (2)	全穀及未精製雜糧 (3)	豆魚蛋肉質與量 (3)	食物烹調 (10)	
		個人衛生 (6)	製備環境 (2)	廢棄物管理 (2)	清潔收納 (3)	物料保存 (3)	食材不落地 (1)	生熟食分開 (3)						
1														
2														
(3)														
小計														
加分項目 ➤ 社區營養訓練課程參與度：單位參與連江縣社區營養推廣中心所辦理的高齡友善共餐相關課程即可加總和 2 點。 ➤ 樂齡銀食享生活 LINE 群組分享：於指定區間上傳菜色照片並分享内容，年度達 4 區間上傳可加總和 2 點，3 區間可加總和 1 點。 指定區間： <input type="checkbox"/> 3-4 月區間 <input type="checkbox"/> 5-6 月區間 <input type="checkbox"/> 7-8 月區間 <input type="checkbox"/> 9-10 月區間 ➤ 據點帶領長者進行高齡營養相關活動或課程，強化長者營養認知，如：帶領長者認識食物六大類，即可加總和 1 點。 <input type="checkbox"/> 資料 註 1 ➤ 依長者需求進行客製化餐點：_____ (如：素食餐點)，每一不同性質之餐點設計皆可加總和 1 點。 _____ 註 1：須提供證明方可納入計算。														
集點項目總和 (2 次最高之點數總和) _____ + 加分總和 _____ = 點數總和 _____														

連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導集點說明

集點項目		點數	說明
衛生安全	人員	個人衛生	1 工作人員穿戴整潔之衣帽。
		1 不蓄留指甲、塗指甲油及配戴飾物。	
		1 工作人員穿著包覆性高的鞋，勿穿著拖鞋、涼鞋。	
		1 製備中不得吸菸、嚼檳榔、隨地吐痰、抓頭等可能污染食品之行為。	
		1 配膳者戴口罩。	
		1 正確洗手消毒，並保持手部清潔	
	環境器具	製備環境	2 地面、牆壁、管線或天花板保持清潔 <input type="checkbox"/> 地面無積水、無積垢1點 <input type="checkbox"/> 牆壁及天花板避免長霉、剝落、積灰或蜘蛛網1點
		廢棄物管理	2 垃圾桶與廚餘桶清潔： <input type="checkbox"/> 清潔無異味及孳生病媒1點 <input type="checkbox"/> 未使用期間完整覆蓋1點 註：注意垃圾廢料處理
		清潔收納	2 器具、容器清洗乾淨及收納完整 <input type="checkbox"/> 清洗乾淨1點 <input type="checkbox"/> 收納完整1點
			1 清潔用品(肥皂、洗潔精等)應有專用場所保存，勿與食品混用存放
	物料與製備品質	物料保存	1 冰箱存放空間不得太滿(7-8分滿)，避免影響溫度。 註：建議冰箱冷藏溫度保持在0-7°C；冷凍溫度保持在負18°C以下。
			2 貯存作業 <input type="checkbox"/> 依原材(物)料特性分類放置整齊並維持清潔1點 <input type="checkbox"/> 食材於保存期限內使用，且無發霉、發臭之情況1點 (隨機抽3樣：_____、_____、_____)
		食材不落地	1 食品器具容器、包裝材料等不得直接接觸地面，以防汙染食品 註：建議以棧板、層架、整理箱等方式存放食品
		生熟食分開	1 生鮮及熟食所使用之容器、刀具、砧板應分開。 註：建議可砧板分色或分形狀管理
			2 生鮮與熟食有效區隔，避免交叉汙染，煮好的熟食加蓋避免汙染 <input type="checkbox"/> 生、熟食分開1點 <input type="checkbox"/> 熟食加蓋1點
	膳食營養	水果量	2 水果供應： <input type="checkbox"/> 提供水果達1份(1點) <input type="checkbox"/> 每週2天(含)以上達1份 (1點) 註：非每日供餐之單位，每週部份不適用，該次輔導達1份即得2點

連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導集點說明

集點項目	點數	說明
蔬菜質與量	2	蔬菜供應： <input type="checkbox"/> 蔬菜量每餐達1.5份 (1點) <input type="checkbox"/> 蔬菜多樣化，至少有三種不同來源(1點)
全穀及未精製雜糧	3	全穀及未精製雜糧供應： <input type="checkbox"/> 添加全穀及未精製雜糧(1點) <input type="checkbox"/> 全穀及未精製雜糧佔比達1/3量(1點) <input type="checkbox"/> 1週至少1次添加全穀及未精製雜糧(1點) 註：每週供餐小於2次之單位，該次輔導提供即得2點
豆魚蛋肉質與量	3	豆魚蛋肉類供應： <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類每餐達2份(1點) <input type="checkbox"/> 至多提供1道超高脂肪肉類(1點) <input type="checkbox"/> 1週超高脂肪肉類菜色不超過2次(1點) 註：每週供餐小於2次之單位，若該次輔導符合至多提供1道超高脂肪肉類項目即得2點
食物烹調	1	<input type="checkbox"/> 烹調方式(蒸、煮、炒等)多元化，至少兩種。
	2	減少提供油炸： <input type="checkbox"/> 至多1道油炸(1點) <input type="checkbox"/> 1週不超過2次供應油炸菜色(1點) 註：每週供餐小於2次之單位，若該次輔導符合至多1道油炸項目即得2點
	1	油炸品與超高油脂肉類無同時供應。
	2	整體餐點風味 註：由中心營養師試吃 <input type="checkbox"/> 整體無太鹹2點 <input type="checkbox"/> 50%(含)以上菜色無太鹹1點 <input type="checkbox"/> 50%以下菜色無太鹹無點數 <input type="checkbox"/> 因遠距輔導無法評比無點數
	2	供餐單位人員主動關心長者食用喜好度 <input type="checkbox"/> 詢問1點 <input type="checkbox"/> 記錄1點
2	<input type="checkbox"/> 選用適合多數長者的烹調方式與食物質地 中心評核備註說明：_____	