

# 113 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 113 年 10 月 31 日(四)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 113 年 10 月 31 日(四)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(國民健康科-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 劉小姐、8868 林小姐、8869 李小姐。

## 113 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<br>備餐人員：_____人<br>共餐頻率：_____<br>其他資訊：_____ |      |  |

單位簽名：\_\_\_\_\_填表日期：113 年 \_\_\_\_ 月 \_\_\_\_ 日

## 連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導集點說明

附件 2

輔導單位：\_\_\_\_\_

| 集點項目 |         | 第一次輔導<br>113年 月 日 | 第二次輔導<br>113年 月 日 | 第三次輔導<br>113年 月 日 | 點<br>數 | 說明                                                                                                                              |
|------|---------|-------------------|-------------------|-------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|      |         |                   |                   |                   |        |                                                                                                                                 |
| 衛生安全 | 人員      | 個人衛生              |                   |                   | 6      | <input type="checkbox"/> 工作人員穿戴整潔之衣帽1點                                                                                          |
|      |         |                   |                   |                   |        | <input type="checkbox"/> 不蓄留指甲、塗指甲油及配戴飾物1點                                                                                      |
|      |         |                   |                   |                   |        | <input type="checkbox"/> 工作人員穿著包覆性高的鞋，勿穿著拖鞋、涼鞋1點                                                                                |
|      |         |                   |                   |                   |        | <input type="checkbox"/> 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點                                                                        |
|      |         |                   |                   |                   |        | <input type="checkbox"/> 配膳者戴口罩1點                                                                                               |
|      |         |                   |                   |                   |        | <input type="checkbox"/> 正確洗手消毒，並保持手部清潔1點                                                                                       |
|      | 環境器具    | 製備環境              |                   |                   | 2      | 地面、牆壁、管線或天花板護清潔<br><input type="checkbox"/> 地面無積水、無積垢1點<br><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：<br><input type="checkbox"/> 清潔無異味及孳生病媒1點<br><input type="checkbox"/> 未使用期間完整覆蓋1點                                     |
|      |         |                   |                   |                   |        |                                                                                                                                 |
|      |         | 清潔收納              |                   |                   | 3      | 器具、容器清洗乾淨及收納完整<br><input type="checkbox"/> 清洗乾淨1點<br><input type="checkbox"/> 收納完整1點                                            |
|      |         |                   |                   |                   |        | <input type="checkbox"/> 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1點                                                                       |
|      | 物料與製備品質 | 物料保存              |                   |                   | 3      | <input type="checkbox"/> 冰箱存放空間不得太滿(至多7分滿)，避免影響溫度1點<br>註：建議冰箱冷藏溫度保持在0-7℃；冷凍溫度保持在負18℃以下                                          |
|      |         |                   |                   |                   |        | 貯存作業<br><input type="checkbox"/> 依原材(物)料特性分類放置整齊並維持清潔1點<br><input type="checkbox"/> 食材於保存期限內使用，且無發霉、發臭之情況1點(抽3樣：____、____、____) |
|      |         | 食材不落地             |                   |                   | 1      | <input type="checkbox"/> 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 1 點<br>註：建議以棧板、層架、整理箱等方式存放食品                                               |
|      |         | 生熟食分開             |                   |                   | 3      | <input type="checkbox"/> 生鮮及熟食所使用之容器、刀具、砧板應分開1點 註：可砧板分色或分形狀管理                                                                   |
|      |         |                   |                   |                   |        | 生鮮與熟食有效區隔，避免交叉污染，煮好的熟食加蓋避免汙染<br><input type="checkbox"/> 生、熟食分開1點<br><input type="checkbox"/> 熟食加蓋1點                            |

## 連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導集點說明

附件 2

輔導單位：\_\_\_\_\_

| 集點項目   |          | 第一次輔導    | 第二次輔導    | 第三次輔導    | 點數               | 說明                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------|----------|----------|----------|----------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |          | 113年 月 日 | 113年 月 日 | 113年 月 日 |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 膳食營養   | 水果量      |          |          |          | 2                | <input type="checkbox"/> 提供水果達1份(1點)<br><input type="checkbox"/> 每週2天(含)以上達1份 (1點)<br>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                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|        | 蔬菜質與量    |          |          |          | 2                | <input type="checkbox"/> 蔬菜量每餐達1.5份 (1點)<br><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                | <input type="checkbox"/> 添加全穀及未精製雜糧(1點)<br><input type="checkbox"/> 全穀及未精製雜糧佔比達1/3量(1點)<br><input type="checkbox"/> 1週至少1次添加全穀及未精製雜糧(1點)<br>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                | <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類每餐達2份(1點)<br><input type="checkbox"/> 至多提供1道超高脂肪肉類(1點)<br><input type="checkbox"/> 1週超高脂肪肉類菜色不超過2次(1點)<br>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     |          |          |          | 10               | <input type="checkbox"/> 烹調方式(蒸、煮、炒等)多元化，至少兩種1點<br>減少提供油炸：<br><input type="checkbox"/> 至多1道油炸(1點)<br><input type="checkbox"/> 1週不超過2次供應油炸菜色(1點)<br>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<br><input type="checkbox"/> 油炸品與超高油脂肉類無同時供應1點。<br>整體餐點風味(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<br><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<br>供餐單位人員主動關心長者食用喜好度<br><input type="checkbox"/> 詢問1點<br><input type="checkbox"/> 記錄1點<br><input type="checkbox"/> 選用適合多數長者的烹調方式與食物質地2點 中心評核備註說明：_____ |
| 集點項目小計 |          |          |          |          | 40               | 輔導點數達34點(含)以上或較前次輔導點數和較高，即獲得一份文宣品                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| 集點項目總和 |          |          |          |          | 集點項目小計中2次最高點數之總和 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|        |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 加分項目總和 |  | <input type="checkbox"/> 社區營養訓練課程參與度，加總和2點。<br><input type="checkbox"/> 在指定區間於樂齡銀食享生活群組上傳菜色照片並分享內容，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：○ 3-4月區間 ○ 5-6月區間 ○ 7-8月區間 ○ 9-10月區間。<br><input type="checkbox"/> 帶領長者進行營養相關活動加總和1點 ○資料。<br><input type="checkbox"/> 增加輔導面向，且最後一次輔導達該面向項目說明50%標準時，每一面向加總和2點，面向：<br>○質地調整飲食 ○用餐環境 ○服務流程 ○用餐餐具 ○外袋包裝<br><input type="checkbox"/> 客製化餐點 _____(如：素食)，每一不同性質之餐點設計皆可加總和1點。 |
| 年度總和   |  | 集點項目總和＋加分項目總和                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

**連江縣社區營養推廣中心高齡友善共餐輔導-增加輔導面向說明**

| 集點項目   | 第一次輔導    | 第二次輔導    | 第三次輔導    | 點數 | 說明                                                                                   |
|--------|----------|----------|----------|----|--------------------------------------------------------------------------------------|
|        | 113年 月 日 | 113年 月 日 | 113年 月 日 |    |                                                                                      |
| 質地調整飲食 |          |          |          | 3  | <input type="checkbox"/> 具質地調整飲食知能，質地識能小測驗正確率達75%                                    |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 每月至少1次提供包含如全穀及未精製雜糧類、豆魚蛋肉類或蔬菜類符合容易咬軟質食或牙齦碎軟質食之餐點，可分散於不同時間提供 |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 針對據點內有質地調整飲食需求之長者，可提供符合個別化需求之餐點                             |
| 用餐環境   |          |          |          | 7  | <input type="checkbox"/> 導引及動線標示清楚                                                   |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 台階有標示警語，有防滑設計                                               |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 張貼洗手海報                                                      |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 營養宣導相關海報                                                    |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 餐椅及餐桌高度適當，餐椅有椅背及軟墊                                          |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 用餐區空調溫度適當                                                   |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 用餐區燈光照明達200米燭光                                              |
| 服務流程   |          |          |          | 3  | <input type="checkbox"/> 依長者需求，提供去骨、分切的服務                                            |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 服務人員能關懷用餐者                                                  |
|        |          |          |          |    | <input type="checkbox"/> 餐點溫熱服務，提供溫水                                                 |
| 用餐器具   |          |          |          | 1  | <input type="checkbox"/> 餐具防滑、防燙，安全、易使用                                              |
| 外袋包裝   |          |          |          | 3  | <input type="checkbox"/> 用餐器具 包裝具開封標示及容易開啟                                           |