



白河榮家 特色餐點營養豐富

白河榮家靈活運用輔導會的加菜金，增加住民膳食變化與溫馨氣氛。



(圖/白河榮家)

提升住民日常生活的滿意度與幸福感，靈活運用輔導會的加菜金搭配關懷活動，讓膳食變化，促進住民食慾，也溫暖住民內心。

餐點食物不僅是身體營養的來源，更是情感交流與生活儀式感的重要載體，對高齡住民而言，良好的飲食體驗有助於促進食慾、穩定情緒與提升生活滿意度。白河榮家認真規劃主題加菜活動，於日前提供特色食品，包含麥香魚、手捲、甜罐、亞培安素等，藉此增加膳食變化與溫馨氣氛。

其中麥香魚堡使用柔軟蒸麵包，中間夾有大塊魚排、外表酥脆，搭配切達起司，每口都可感受到飽滿扎實。餐點發放時段正值住民長輩午休、活動後，適時補充熱量及蛋白質，除了感到飽足外，魚排及起司含有鈣質、鐵質、鎂等礦物質，可補充所需營養素。住民長輩收到餐食那一刻，感到驚喜萬分，並立即歡喜享用。

白河榮家七月份推出臺南特色點心鮮奶布丁，產品使用鮮奶、奶粉、雞蛋等，兼負奶蛋多種營養素，每杯鮮奶布丁乳香濃郁、富水感，特別在夏季食用可感覺消暑及滿足。

榮家主任黃瑞鵬表示，透過計畫性增加菜色變化與地方特色食品，期望提升住民長輩用餐愉悅感，搭配榮家服務人員細緻、貼心的照護精神，可增加住民彼此家庭感與歸屬感，住民普遍給予好評，爾後將持續精進伙食的質與量。



白河榮家推出的特色餐點，兼顧美味與營養。(圖/白河榮家)

彰化榮家 動手做古早味美食

【本刊訊】在現代社會的快速步調中，仍有那麼一抹古早味，能輕易勾起人們心底最溫暖的記憶。而那金黃酥脆、內餡Q彈、帶著淡淡麵粉香與焦糖甜的麥仔煎，正是許多人頭腦難以忘懷的經典滋味。一口咬下，彷彿時光倒流，瞬間回到那個純真年代。

彰化榮家日照中心日前就舉辦一場懷舊的「古早味麥仔煎」美食活動，讓爺爺奶奶們在歡聲笑語中，親手重溫這份迷人的古早風味，現場氣氛熱鬧爆棚。

日照中心主任葉儒曼表示，為了讓學員們體驗最道地的麥仔煎滋味，工作人員卯足了勁，從嚴選優質麵粉受熱逐漸膨脹，爺爺小心翼翼地翻面，神情比專業廚師還到位。



(圖/彰化榮家)



學員品嚐出爐熱騰騰的麥仔煎，臉上露出滿足又幸福的笑容。

(圖/彰化榮家)

臉上洋溢著期待與興奮，藉由親手製作的過程，促進了爺爺奶奶們的感官刺激與手眼協調能力，也加深了彼此間的互動與情誼。活動進入高潮，學員們個個摩拳擦掌正式變身為「小廚師」，當熱鍋滋滋作響，將金黃色的麵糊緩緩倒入鍋中，一股誘人的香氣撲鼻而來，讓人忍不住深吸一口氣。有的爺爺奶奶小心翼翼地翻面，深怕破壞了完美的形狀，那專注的神情，比專業廚師還到位。有些學員則迫不及待地品嚐出爐熱騰騰的麥仔煎，臉上露出滿足又幸福的笑容，現場不時傳來歡樂的笑聲與讚嘆聲。

彰化榮家主任蘇再勝開心地表示，透過這樣的懷舊料理美食活動，不只讓學員們回味傳統小吃的美好，更促進了大家的交流與互動，未來還會舉辦更多類似的活動，讓長輩們在充滿溫暖與樂趣的環境中，健康快樂地度過每一天。

質麵粉、新鮮土雞蛋，到香氣撲鼻的芝麻花生糖粉，皆由工作人員至傳統市場精心挑選採買，每一個環節都力求完美。

活動中，爺爺奶奶們先化身為「小學徒」，參與食材的挑選與前置準備工作。只見他們仔細地將麵粉過篩、賣力地攪拌麵糊，

榮家慢食養生 美味健康兼顧



板橋榮家 重視長者吞嚥功能

【本刊訊】隨著社會高齡化，長者的飲食安全成為關注焦點。板橋榮家與國立陽明交通大學碩士班合作，共同研擬提升養護機構住民吞嚥功能，包括衛教、吞嚥肌肉訓練活動。

榮家臉書及官網宣導防範住民噎咳影片及海報，一起學習防止噎咳的安全進食技巧，針對住民與工作人員宣導預防噎咳注意事項，藉以提升長者及其照顧者的飲食準備意識，確保安全用餐環境。另照護者需事先確認長者的精神狀況及用餐時應坐在九十度的座椅上，避免坐臥不正以致影響吞嚥。在食物質的準備方面，選擇細碎的食物，或提供適合長者的食物大小及形狀，避免提供難以嚼嚥的食材，以減少窒息的風險。

在用餐器具及環境方面，避免使用吸管及高腳杯等容易造成意外



板橋榮家提醒長者「預防噎咳注意事項」。(圖/板橋榮家)

外的器具，應選擇平穩的餐具，保證穩定用餐。另於用餐過程中，應保持環境安靜，減少干擾。透過這些細節的考量和調整，長者的用餐安全將能大幅提升。若出現嘔吐、劇烈咳嗽情形立即停止進食或餵食，並告知護理師以進行後續處理與評估，確認完全吞嚥後再餵下一口。

榮家主任陳桂美指出，照顧者的每一步，都是長者安全的基礎，隨著高齡長者比例的增加，有必要加強對長者吞嚥問題的關注，這些簡單有效的建議將有助於保障長者的飲食安全，減少意外發生的可能性。她表示，榮家將繼續努力，為長者創造更安全的飲食環境。

岡山榮家 膳食多樣化

【本刊訊】時序進入盛夏，炎熱的天候常常影響長輩三餐飲食的胃口，岡山榮家為了住民長輩的每日三餐菜色設計，可說是費盡心神，想辦法將菜色多元變化，色、香、味及營養兼具，以滿足住民長輩三餐之所需。

每月一次的伙食檢討會，榮家副主任劉凡融一定親自主持。檢討會上委外廠商詳細聆聽各堂隊伙食代表對於三餐的建議，養護堂堂長也針對養護堂個案住民用餐的需要提出建議，副主任都會彙整會議上的建議事項，明確要求廠商依合約規範確實精進，並指示秘書室務必督導改進，委外廠商確實也能針對會議上的建議研究設計新的菜享用快樂餐，安養室長輩吃得津津有味。(圖/岡山榮家)



劉副主任表示，為引發長輩用餐的胃口，秘書室承辦人會利用下班時與委外廠商駐家經理及營養師共同設計新的菜色，像是日前推出的豬腳套餐、炸醬麵套餐等餐點，就確實滿足了長輩們的口慾之福，甚至有長輩表示餐點的內容不輸坊間的知名小吃，尤其用餐時段，承辦人跟駐家經理都會觀察長輩的用餐過程並詢問口味狀況。

駐家經理強調，辦好三餐不難，卻需要用心，看到長輩們將餐盤裡的菜餚給清光，就是給予團隊工作夥伴最大的鼓勵與肯定，一天下來的辛勞也都值得了。



委外廚工同仁認真精心準備長輩的每一道餐點。(圖/岡山榮家)