

「111 年質地調整飲食服務案」輔導作業辦法（二）

全國「銀養餐食」創意料理示範社區

壹、辦理目的

「咬不動！」面對豐盛的美食，高齡長輩因咀嚼功能退化，容易造成「看得到，吃不到」的現象。然而攝取足夠的營養對高齡長者很重要，因此國民健康署透過本計畫開設「高齡餐食輔導課程」，教社區送餐人員透過挑選食材、切割大小與改變烹煮方式來調整食物軟硬度，製作讓高齡長輩「咬得動、吃得下、營養夠」的友善飲食創意料理，幫助長者吃得歡喜輕鬆、營養均衡，還能重溫記憶中的美味。

貳、辦理單位

指導單位：衛生福利部國民健康署

執行單位：開新創意策略股份有限公司

參、作業辦法

邀請有意願參與的社區報名參加甄選，通過審查後，將邀請專業講師（含營養師/社區營養推廣中心/種子學校教師/種子餐廳社區講師）前往該社區，並與專業講師討論，使用在地當季食材設計至少 1 套（3 菜 1 湯）適合牙口不好的長者食用料理（可參考附件一 最受男性、女性長輩喜愛美食之調查），並協助製作循環菜單供未來使用。未來亦可免費參與「111 年質地調整飲食服務案」系列行銷活動與媒體曝光。

一、申請資格

- (一) 全台地區的社區據點、綠色照顧站、伯公照護站、文化健康站等優先。
- (二) 未來將服務社區長青食堂、高齡共餐據點等單位。

二、輔導作業

- (一) 輔導名額：於全台地區評選社區共80處。
- (二) 輔導期程：自111年11月起，每個甄選通過的社區各輔導2周，每周4小時。
- (三) 輔導地點：申請單位需自備上課空間、廚房基本設備（請參考附件二）
- (四) 輔導對象與人數：每個申請單位上課人數至多為15人(為備餐人員、管理

者、有興趣之長者優先)。

(五) 輔導費用：全程免費，包括輔導期間的食材費用。惟受輔導的社區之上課學員因參與本案各項活動所產生之差旅費請自行負擔。另每個社區於輔導期間，需同意讓執行單位攝影記錄與推廣使用，並配合填寫課程回饋問卷。

(六) 免費參與國民健康署「111年質地調整飲食服務案」系列行銷活動媒體曝光。

三、輔導內容

(一) 輔導流程 (暫定)

時間	課程名稱	課程大綱	講師
第一周	60 分鐘	認識質地調整飲食 1. 上課前進行學前測驗 2. 簡要說明高齡飲食注意要點與烹飪技巧 3. 帶領學員體驗操作初步認識蛋白質如何攝取怎麼吃(1 早餐 1 點心)	社區營養推廣中心/種子學校教師
	140 分鐘	示範料理實作 料理示範與操作(3 菜 1 湯) 10 人份料理	種子餐廳社區講師
	40 分鐘	社區菜單發想 老師與社區學員進行下一堂課實作的菜單討論	社區營養推廣中心/種子學校教師/種子餐廳社區講師
第二周	240 分鐘	學員操作 1. 請學員實際操作上周與老師們討論出的菜單 2. 上課結束後進行學後測驗與意見回饋 3. 軟食代表你來畫	社區營養推廣中心/開新團隊

(二) 配合講師：將與全台社區營養推廣中心、種子學校教師、種子餐廳社區講師搭配。

五、申請方式

(一) 申請期限：即日起至111年11月11日 (五) 17:00止

(二) 申請文件：

- 1.簡章及線上說明網址（下載報名簡章）：<https://reurl.cc/aG5NeG>
- 2.自公告日起至截止日（111年11月11日）當天下午5時前，由申請單位將下列資料以寄發電子郵件、郵寄、傳真或親送等方式寄送至執行單位。

A.社區甄選報名表（附件二）

B.評分項目事蹟表（附件三）

C.評分項目事蹟佐證資料（附件四）

請依評分項目事蹟表記載事項附照片、報章雜誌或報導、會議紀錄等佐證資料，並盡量以A4紙張格式提供。

D.社區組織立案證明或其它佐證資料

E.社區供餐菜單或社區經常煮的供餐菜色10道

- 3.報名表傳送方式（3擇1）：

A.親送/郵寄：

請於111年11月11日（五）前，將報名文件郵寄至：**10457 台北市南京東路二段36號4樓 質地調整飲食小組收**，並請來電確認。

B.電子郵件：

請於111年11月11日（五）前將報名文件掃描 email 至：**kcurban20190115@gmail.com**，並於主旨註明「**單位名稱-申請111年質地調整飲食服務案業者輔導**」，並請來電確認。

C.傳真：

請將書面申請文件傳真至**02-2521-8086**，並請來電確認。

- (三) 執行單位將有專人審核文件，並於收件後2個工作天內回覆資料是否合格（完整性），若資料不齊則通知補件，若於截止日當日送件者，限於隔日（如遇假日則順延至下個工作日）中午前補件。合格後之資料將進行專家評選階段，獲選者將於9月中旬以電子郵件通知。

- (四) 所有申請資料概不退回亦不接受更換。

- (五) 連絡窗口：

石小姐 創意行銷規劃師；02-2521-7676 分機 802

開新創意策略股份有限公司

10457 臺北市南京東路二段36號4樓

肆、評選辦法

一、評選說明

(一) 邀集專家顧問團，依社區評選項目進行評選，另因應疫情衝擊，亦將社區因應疫情採取之措施列入考量。

(二) 為鼓勵積極投入公共參與之社區，若曾獲得國內外或政府之相關選拔獎項、認證或獎勵或參與本署其它相關計畫及推廣活動，將可列入評選項目之加分項目。

二、評選流程

項目	內容	期程
報名階段	公布招募辦法，受理報名。	即日起-111年11月11日(五)。
報名資料審查及專家評選	專家評選階段以書面審查為主，視實際情況進行實地訪視。資料未齊者，通知補件。資料完備者，由專家顧問評選80處做為本計畫之輔導對象。	評選會議預計於111年11月辦理。
公布入選名單	發送獲選通知，簽定合作同意書。	111年11月25日(五)前，以電子郵件通知入選單位。

三、評選項目

項目	權重	評分標準
社會貢獻與社會影響力	20%	<ul style="list-style-type: none"> • 提供高齡者在地化社區照顧服務 • 提供老人關懷訪視、電話問安諮詢及轉介服務 • 辦理老人共餐或送餐活動 • 其它高齡者公益服務事項
營運模式及未來發展力	20%	<ul style="list-style-type: none"> • 申請單位未來的發展目標 • 參與計畫和預定目標的發展相關性 • 申請單位如何達到預定發展目標 • 申請單位的外部資源媒合連結能力 • 如何因應疫情調整內部營運和管理
餐飲知識與學習能力	30%	<ul style="list-style-type: none"> • 認同高齡友善均衡餐飲原則 • 社區營養推廣中心營養師諮詢服務 • 宣導飲食均衡與健康觀念 • 採用在地產銷履歷農漁畜等食材 • 過往創新服務學習紀錄
硬體環境與衛生設備	20%	<ul style="list-style-type: none"> • 社區具有寬敞明亮的上課空間 • 具有乾淨衛生的廚房基本設備

		• 環境清潔工具擺放整齊
加分項目		
公共參與	10%	<ul style="list-style-type: none"> • 曾獲得國內外或政府之相關選拔獎項、認證或獎勵（需於報名資料說明） • 曾參與國健署相關計畫及推廣活動（需於報名資料說明）

伍、配合事項

- (一) 改良至少 1 套(3 菜 1 湯)符合高齡者「容易咬軟質食 (7 級)」、「牙齦碎軟質食 (6 級)」高齡友善之菜式（並符合當地、當季食材），並協助製作循環菜單。

註 1：第 7 級質地-牙齒功能不佳，但仍可咀嚼食物，且舌頭可推送食物幫助進食。

註 2：第 6 級質地-牙齒無法咀嚼，只能靠牙齦咀嚼食物和舌頭可推送食物幫助進食。

- (二) 全程出席輔導課程，輔導過程中將由團隊營養師協助填寫輔導成果紀錄表，並請配合本計畫辦理成效追蹤、相關成果發表、展示與推廣行銷等活動，並協助提供成果、產值等績效資料、相關回饋情形（例如：單位本身投入之資源及對地方之助益...等）輔導計畫結束後不定期派人抽查。
- (三) 參與單位所提供資料、料理設計等內容不得牽涉抄襲、模仿或剽竊他人之智慧財產權，若經發現者，除取消其資格及相關輔導權利外，並應賠償該期輔導費用，法律責任由店家自負。
- (四) 同意指導單位、執行單位於輔導過程中擁有文字、攝影、拍照與任何其它形式記錄之權利，並擁有所有相關產出物（包含操作方法、食譜..等）之永久無償使用權。

附件一 最受男性、女性長輩喜愛美食之調查

「109 年飲食質地推廣計畫」調查，最受男性、女性長輩喜愛的主食、主菜、副菜、湯品、甜品及其他類型，內容如下：

最受男性、女性長輩喜愛內容前三名：

	男性	女性
主食	地瓜粥、牛肉麵、肉燥飯	地瓜粥、麻油雞肉飯、鹹粥
主菜	白斬雞、蒜泥白肉、台式控肉	白斬雞、蒜泥白肉、燒酒雞
副菜	苦瓜鹹蛋、菜圃蛋、魚香茄子	菜圃蛋、苦瓜鹹蛋、魚香茄子
湯品	香菇雞湯、鱸魚湯、鳳梨苦瓜雞湯	香菇雞湯、鱸魚湯、鳳梨苦瓜雞湯
甜品	蓮子湯、紅豆薏仁湯、桂圓紅棗湯圓	紅豆薏仁湯、蓮子湯、桂圓紅棗湯圓

其他菜色：

主食	飯類	白粥、廣東粥、苦瓜粥、高粱粥、酒釀小米粥、白飯、丼飯、炒飯、素粽、素油飯、五穀飯、排骨飯、控肉飯、鴨肉飯、雞肉飯、鰻魚飯、海南雞飯、石鍋拌飯、苦瓜油拌飯、牛肉咖哩飯
	麵類	油麵、炒麵、肉羹麵、麻醬麵、陽春麵、餛飩麵、刀削麵、小卷湯麵、豬腳麵線、老酒麵線、蚵仔麵線、肉燥乾麵、炒米粉、小管冬粉、海鮮麵
	其他	壽司、披薩、饅頭、水餃、火鍋、米苔目、客家板條、紅蟳米糕、高麗菜酸菜包、蔬菜三明治
主菜	肉類	腸粉、肉捲、肉圓、豬排、炸雞、烤乳豬、瓜仔肉、三杯雞、東坡肉、水煮牛肉、梅干扣肉、鹹菜豬肚、糖醋排骨、醬瓜鴨肉
	海鮮類	螃蟹、蝦捲、花枝、土魷、生魚片、白肚魚、白帶魚、吳郭魚、吻仔魚、虱目魚、馬頭魚、檸檬魚、酥炸蝦猴、鐵板干貝、糖醋吳郭魚、破布子蒸虱目魚肚
	其他	豆包、素肉、滷味
副菜	肉類	西魯肉、麻辣鴨血、竹筍炒肉絲、冬瓜煮排骨酥
	海鮮類	炸蝦、烤蚵仔、番茄炒蛋、魚卵手卷、海鮮蒸蛋、豆鼓鮮蚵、生炒花枝、蛤蜊絲瓜、芹菜炒蝦仁
	蔬菜類	涼筍、秋葵、炒食蔬、韭菜茄子、涼拌泡菜、水煮毛豆、紅燒猴頭菇、蘆筍炒干貝

	其他	醬瓜、滷蛋、臭豆腐、炸豆腐、豆腐乳、茶碗蒸、水煮蛋、茶葉蛋、荷包蛋、蔥油餅、滷油豆腐、皮蛋豆腐、炒素什錦、鐵板蛋豆腐
湯品	肉類	羊肉爐、貢丸湯、牛肉清湯、麻油雞湯、四物雞湯、烏骨雞湯、山藥排骨湯、冬瓜排骨湯、白菜排骨湯、菜頭排骨湯、芋頭排骨湯
	海鮮類	魚翅湯、烏魚湯、味噌魚湯
	蔬菜類	赤瓜湯、絲瓜湯、南瓜湯、海帶湯、竹筍湯、豆筍湯、玉米濃湯、番茄蛋花湯
	其他	素湯、四神湯、豆腐湯
甜品	湯品類	豆花、米漿、西米露、杏仁茶、芝麻湯圓、芋頭甜湯、地瓜簽湯、珍珠奶茶、檸檬愛玉、摩摩喳喳
	糕點類	年糕、甜米糕、冬瓜糕、芋頭糕、黑糖糕、紅豆年糕、波士頓派、乳酪蛋糕、杯子蛋糕、蜂蜜蛋糕、海綿蛋糕、黑森林蛋糕、古早味蛋糕
	其他	龍眼、堅果、茶凍、麻老、麻糬、麻花捲、菊花餅、紅豆餅、白糖粿、草仔粿、紅龜粿、冰淇淋、椰子球、甜米粥、八寶粥、炒花生、炒栗子、花生糖、紅豆麵包、黑糖饅頭、綠豆粉粿、港式菜頭粿、高粱煮地瓜

附件二 社區甄選報名表

基本資料						
報名組別	<input type="checkbox"/> 社區據點組 <input type="checkbox"/> 綠色照顧站組 <input type="checkbox"/> 伯公照護站組 <input type="checkbox"/> 文化健康站組					
單位名稱						
聯絡地址						
立案日期		登記證號				
負責人		連絡方式	手機			
聯絡窗口			手機			
傳真號碼		電郵信箱				
供餐人數		疫情前供餐方式		疫情後供餐方式		
上課資料						
上課地址						
想學的料理						
可上課時間 (請勾選至少 3 個時段)	自 111 年 11 月起，每個通過評選的社區各輔導 2 周，每周 4 小時，故每個時段請預留 2 個小時以上。					
		一	二	三	四	五
	上午時段					
	下午時段					
應備文件 (請逐項核對)	<input type="checkbox"/> 社區甄選報名表 <input type="checkbox"/> 評分項目事蹟表 (提報評分項目事蹟數量不限) <input type="checkbox"/> 評分項目事蹟佐證資料 (請依評分項目事蹟表記載事項附照片、報章雜誌或報導、計畫書、會議紀錄等佐證資料，請盡量以 A4 紙張格式提供) <input type="checkbox"/> 社區立案證明或其它佐證資料 <input type="checkbox"/> 社區供餐菜單或社區經常煮的供餐菜色 10 道					

- 1.本社區秉持誠信原則，提供確實資料參加「111年質地調整飲食服務案」業者輔導甄選之用，若有不實資訊或有侵害他人智慧財產權等情事者，將無異議接受取消申請資格並自行負擔相關法律責任。
- 2.本社區若獲選參與本輔導計畫，同意提供相關資料予本署進行成效發表與推廣活動或文宣之用途。

(請蓋申請單位圖章)

此致 衛生福利部國民健康署

開新創意策略股份有限公司

(請蓋負責人圖章)

中華民國 111 年 月 日

附件三 評分項目事蹟表（提報事蹟以近三年期間者為佳）

*表格不足時請自行增列

社會貢獻與社會影響力					
服務/照顧/關懷方案	時間起迄	地點	經費/來源	受益人次	
範 例	老人共餐	109/1/1-6/30	板橋、土城	<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input checked="" type="checkbox"/> 外界贊助 50,000 元 <input checked="" type="checkbox"/> 團體自籌 136,000 元	120
	內容：於00里辦理老人共餐，於每周一至五中午供餐。				
1				<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元	
	內容：				
2				<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元	
	內容：				
3				<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元	
	內容：				
營運模式及未來發展力					
1	請說明貴單位參與計畫輔導的原因與未來發展目標？				
	參與目的、後續研發規劃、希望計畫提供的協助				
2	請說明貴單位參與計畫後，如何利用內部營運管理和外部資源連結方式達到預定目標？				
3	因應新冠肺炎（Covid-19）疫情，有做哪些內部管理措施？				

餐飲知識與學習能力					
創新服務/課程學習方案	時間起迄	地點	經費/來源	參與人次	
範 例	指導獨居老人透過 LINE 點餐	109/1/1-12/31	板橋、土城	<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元 <input type="checkbox"/> 不需費用	120
	內容：本會會員固定每周二、四訪視板橋、土城獨居長者，提供關懷送餐並指導獨居老人使用智慧型手機加入 LINE 關懷群組，透過 LINE 傳送問安或點餐服務（創新性），共服務 120 位長輩。				
1				<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元 <input type="checkbox"/> 不需費用	
	內容：				
2				<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元 <input type="checkbox"/> 不需費用	
	內容：				
3				<input type="checkbox"/> 政府補助_____元 <input type="checkbox"/> 外界贊助_____元 <input type="checkbox"/> 團體自籌_____元 <input type="checkbox"/> 不需費用	
	內容：				
硬體環境與衛生設備					
1	請具體描述社區裡可供上課的空間？				
	上課空間說明、可容納的人數（至少 15 位）、請附上至少 1 張照片 <div style="border: 1px dashed black; padding: 20px; margin: 10px auto; width: 80%;"> (照片) </div>				

請說明目前有的廚房設備與調味料內容?		
2	廚房設備	<input type="checkbox"/> 壓力鍋 (<input type="checkbox"/> 12L <input type="checkbox"/> 8L <input type="checkbox"/> 5L) <input type="checkbox"/> 瓦斯爐 (___組) <input type="checkbox"/> 平底不沾鍋 (___個) <input type="checkbox"/> 卡式爐 (___組) <input type="checkbox"/> 中華炒鍋 (<input type="checkbox"/> 尺2___組 <input type="checkbox"/> 尺3___組) <input type="checkbox"/> 電鍋 (___台) <input type="checkbox"/> 湯鍋 (<input type="checkbox"/> 大___個 <input type="checkbox"/> 小___個) <input type="checkbox"/> 烤箱 (___台) <input type="checkbox"/> 碗 (___個) <input type="checkbox"/> 微波爐 (___台) <input type="checkbox"/> 筷 (___副) <input type="checkbox"/> 悶燒鍋 (___個) <input type="checkbox"/> 其它器具_____
	調味料	<input type="checkbox"/> 鹽巴 <input type="checkbox"/> 胡椒粉 <input type="checkbox"/> 味精 <input type="checkbox"/> 米酒 <input type="checkbox"/> 沙拉油 <input type="checkbox"/> 醬油 <input type="checkbox"/> 其它_____
3	請說明課程完畢後的环境清潔方式?	
公共參與 (加分項目)		
1	請說明曾經獲得的國內外或政府之相關選拔獎項、認證或獎勵(若無寫無)	
	得獎 (認證) 年份	獎項 (認證) 名稱
2	請說明曾經參與的國健署相關計畫及推廣活動	
	參與年份	計畫/活動名稱

附件四 評分項目事蹟佐證資料

*表格不足時請自行增列

社區名稱			
服務/照顧/關懷方案	名稱		
	時間		地點
	說明		
活動照片一			
活動照片二			

社區名稱			
創新服務/課程學習方案	名稱		
	時間		地點
	說明		
活動照片一			
活動照片二			

社區名稱			
曾經獲得的國內外或政府之相關獎項、認證或獎勵	名稱		
	時間		地點
	說明		
照片一			
照片二			