

# 第三屆有事青年行動競賽展版內容

## 一、團隊名稱

食食在在－食農與衛教的先鋒

## 二、團隊 LOGO 跟團體照片

### LOGO



### 團體照



## 三、指導老師

國立嘉義大學 蕭至惠 教授

國立嘉義大學 張宏義 教授

## 四、團隊成員

國立嘉義大學 許宸睿

國立嘉義大學 吳芊

國立嘉義大學 白惠凱

國立嘉義大學 陳兆志

## 五、請為本展版標題出一個最精彩的大標，來呈現你們的行動主題

從「食農教育」到「吞嚥照護」的整合

## 六、行動簡介

從吞嚥困難患者、家屬、醫護人員的需求出發，設計食農、衛教講座及食譜等，教導民眾自食材選購、清洗至烹調，從根本原因著手，進而改善吞嚥的問題，並結合吞嚥檢測輔具的研發，提供量化數據與實質效益。

## 七、行動實踐模組

<b>1. 想要幫助的議題</b>	高齡者吞嚥障礙已是長期照護的一道課題，除了哽噎判斷，從食材的挑選及烹調進行瞭解，更能提升生活品質。
<b>2. 如何發想行動方案</b>	協助吞嚥困難患者及其家屬、醫療照護人員改善吞嚥困難程度評估方式，並且輔以食農、飲食知識來推廣。
<b>3. 實際執行內容與方案</b>	<p>一、研發吞嚥輔具</p> <p>協助醫護人員運用輔具在吞嚥照護上，能即時掌握被照護者吞嚥與咀嚼狀況，並邀請 108 位民眾協助測試吞嚥輔具的運作，讓檢測系統功能更完善，準確度達 80% 以上。</p> <p>二、有意識的吃</p> <p>設計五場食農與衛生教育講座、活動與參訪讓民眾瞭解生活習慣、飲食、健康的密切關係，瞭解從產地到餐桌的過程。</p> <p>三、與食的連結</p> <p>與營養師、料理職人合作，運用當季在地食材，推出三部好食材料理影片，提供兼具易吞嚥、營養美味與美觀的食譜，創造與飲食的連結。</p>
<b>4. 行動造成的改變</b>	團隊建立吞嚥輔具的操作說明，並輔以食農教育教學，設計出適合吞嚥的食譜與教材，患者飲食不再侷限於液狀食物，可兼具美味與方便吞嚥，增加飲食樂趣與提高生活品質。此外將學校試驗與實習延伸到教室外，有助於學生的課外能力發展，師生結合校內研發能力解決社會議題，善盡大學社會責任外，有助於照護產業的發展。

## 八、感想

食物是維持生命的重要支柱，過去長者因吞嚥困難害怕吞嚥，選擇液狀食物，導致肌肉更加退化，再也無法食用固態食物，生活變得可有可無。

與長者接觸的過程，成員被長者開朗的笑容影響，課餘時間更與長者交流。許多人認為長者的處境為弱勢，但長者所經歷的比年輕人多，與其利用對待弱者的角度相處，我們認為以求知者更有收穫。

## 九、最具代表性的行動照片

照片說明：實際體驗，瞭解食物從產地到餐桌的過程。



照片說明：吞嚥輔具測試，讓輔具辨識更加精確。

