2020

第1回

長崎嚥下食デザートコンテスト

レシピ集

レシピ企画・作成

ゆめカステラプロジェクト

NO FEAST. NO LIFE.

WE ENLIGHTEN ON SWALLOWING DISORDER AND CREATE NEW DYSPHAGIA DIET. YCP SINCE 2017

はじめに

私たち「ゆめカステラプロジェクト 」は２０１７年１月に発足しました。

“好きなものを食べて生きていく”を理念に、摂食嚥下（せっしょくえんげ）障害の啓発活動と美味しく食べやすい食品の開発活動を続けています。2018 年に舌でつぶせてとろける「なめらかすてら」をリリースし、2020 年にはそのぎ茶を使った抹茶味が加わりました。

これまでお祭りや市民講座など地域のイベントに参加しながら摂食嚥下障害の啓発を行って来ましたが、2020 年は新型コロナウィルス感染拡大防止のため多くのイベントが中止になりました。ただ、摂食嚥下障害から引き起こされる誤嚥性肺炎は日本人の死亡原因の 7 位となっており、年間約 4 万人が亡くなっています。摂食嚥下障害により食べたいものを食べられない方も多く、生命の質を下げる原因になっています。

摂食嚥下障害 を知り、誤嚥性肺炎を防ぐことは、新型コロナウィルスによる肺炎を防ぐことと同様に大事だと思います。その思いで第 1 回長崎嚥下食デザートコンテストを開催しました。幸い期待を上回る数の応募があり、素晴らしいレシピが集まりました。そして特に優秀な作品を選び本レシピ集にまとめました。多くの方が美味しく食べやすいデザートを食べて、楽しんでもらえることを心から願っています。

ゆめカステラプロジェクト　代表　**三串伸哉**

ゆめカステラプロジェクト公式ホームページ
https://yumecastella.com

目　次

はじめに …… 1
コンテスト概要 …… 3
学会分類 2013 早見表 …… 4

レシピ
スプーンでふわっとシースケーキ …… 5
あじさいもち～かんざらし風～ …… 6
雲仙やわらかレアチーズケーキ …… 7
みたらしいもきんとん …… 8
じげもんベジタブルデザート～きな粉を添えて～ …… 9
クリーミーチーズショートケーキ …… 10
甘いかぼ茶巾 …… 10
やわらかい　かんころもち風 …… 11
食物繊維たっぷり　わらび餅 3 種 …… 11

ゆめカステラプロジェクトとは？ …… 12

「第 1 回長崎嚥下食デザートコンテスト」の概要

主　催：ゆめカステラプロジェクト
共　催：公益社団法人認知症の人と家族の会長崎県支部 長崎地区 あじさい会

テーマ
飲み込みづらい方でも美味しく食べやすいデザート

応募資格
県内に在住、在職、在学している個人またはチーム

応募要件
日本摂食嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2013 のコード 0j～4 に該当し、摂食嚥下障害に配慮したデザート。

審査過程
応募用紙に記載された内容をもとに予選審査を実施（2020 年 10 月 8 日)。嚥下調整食分類への該当性、食味、食感、美しさを評価し、決勝に進む上位 5 件を選出。決勝審査は 11 月 8 日に長崎市東公民館で実施。レシピについてプレゼンの上、食べやすさ、味、見た目、食べやすくするための工夫について審査した。

審査員
伊藤慎吾 (ミカド観光センター)、呉田淳子 (Total Habilitation System)、深堀由樹子 (新里クリニック)、三浦英樹 (ハウステンボス)、三串伸哉(長崎大学)、渡邊ルミ (長崎大学病院)、松永俊彦（認知症の人と家族の会）、早野明

商品・賞金
グランプリ（1 点）／表彰盾＋2 万円、準グランプリ（1 点）／表彰盾＋1 万円、審査員特別賞（1 点）／表彰盾、優秀賞（2 点)。入賞者全員に表彰状を進呈。

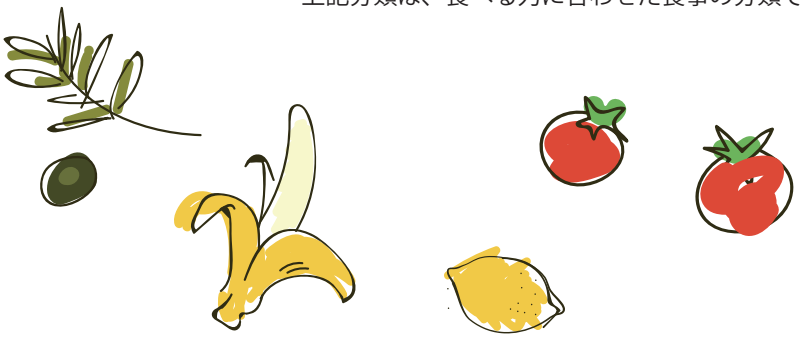
応募総数・・・35 件

嚥下調整食分類 2013 早見表

日本摂食嚥下リハビリテーション学会「嚥下調整食分類 2013」の分類分け

分類	説明	食品例	写真
嚥下訓練食 0j	ゼリー	ゼリー	
嚥下訓練食 0t	とろみをつけた液体	紅茶（とろみ剤入り）	
嚥下調整食 1J	プリン・ムース	プリン／とうふ／おもゆゼリー／茶碗蒸し（具なし）	
嚥下調整食 2－1	ペーストやミキサー状で、粒が全く無く、なめらかなサラサラし過ぎないもの	ほうれん草・かぼちゃなのどのピューレ／とろろ	
嚥下調整食 2－2	ペーストやミキサー状で、やわらかい粒を含むもの	つぶしたバナナ／パンがゆ／ヨーグルト／粒が残ったとろろ	
嚥下調整食 3	やわらかく押しつぶして食べられ口の中でまとまりやすいもの	アボカド／水ようかん／うどん／シチュー／七分粥	
嚥下調整食 4	箸で切れるやわらかさ	卵焼き／フレンチトースト／かぼちゃの煮物／煮魚	

上記分類は、食べる力に合わせた食事の分類です。



グランプリ

学会分類 3　※P4 参照

スプーンでふわっとシースケーキ

応募者　花村衣咲
長崎大学大学院医歯薬学総合研究科離島医療研究所

材料（2 人分）

■スポンジケーキ
- スポンジケーキ（市販品）4 枚（7×4cm）
- 牛乳　100ml
- 生クリーム　5ml
- ゼラチン（粉）　2g
- 水（ゼラチン用）　15ml

■パインゼリー
- パイン（缶）　100g
- パイン缶シロップ　20ml
- ゼラチン（粉）　3g
- 水（ゼラチン用）　15ml

■ホイップクリーム
- 生クリーム　100ml
- 砂糖　5g

■黄桃ゼリー
- 黄桃（缶）　100g
- ゼラチン（粉）　2g
- 水（ゼラチン用）　15ml

■カスタードクリーム
- 卵　50g
- 砂糖　25g
- 薄力粉　15g
- 牛乳　100ml

作り方

■スポンジケーキの作り方
①電子レンジ対応タッパーに牛乳、生クリーム、ゼラチンを入れて 500W で 30 ～ 50 秒加熱する。
②スポンジをタッパーに並べ、上から①を流してしみ込ませる。
③冷蔵庫で 30 分～ 1 時間冷やす。

■カスタードクリームの作り方
①耐熱ボウルに卵→砂糖→薄力粉→牛乳の順に入れてその都度混ぜ合わせる。
②5 0 0 W で 1 分 30 秒加熱して一旦レンジから出し、軽く混ぜ合わせた後、1 分加熱する。
③バットにラップをひき、その上にカスタードを平たくのせ、上からラップをかける。上に保冷剤を置き、冷蔵庫に入れておく。

■黄桃・パインゼリーの作り方
①黄桃・パインをそれぞれミキサーにかける。
②ゼラチンを 500W 20 ～ 30 秒で液状になるまで溶かす。
③①にそれぞれを混ぜる ※ ゼラチンを混ぜ合わせる際は、少量ずつ、手早く混ぜる。
④製氷器に入れて冷蔵庫で冷やす。

■ホイップクリームの作り方
①生クリームに砂糖を入れミキサーでホイップ状になるまで混ぜ、絞り袋に入れる。

最後に組み立てる。下からスポンジ、カスタード、スポンジを重ね、その上に生クリームを塗り、ホイップを絞る。製氷器から取り出した黄桃・パインゼリーを 3 等分にカットして交互に上に乗せる。

準グランプリ

学会分類４　※P4 参照

あじさいもち～かんざらし風～

応募者　宮 城 奈 々
長崎県立大学シーボルト校

材料（4 人分）

■もち

・白玉粉 60g
・水 1 8 0ml
・お茶パウダー　3 g
・紅芋パウダー 3 ～ 6g
・かぼちゃパウダー 3 g
・水（各パウダー用）各 5～10 m l

■シロップ

・グラニュー糖　26g
・水　100ml
・とろみ剤 1g 程度(TOPVALU とろみサポート使用。フレンチドレッシング状のとろみ。)

作り方

■色つきもちの作り方

①フライパンに白玉粉と水を入れ、よく混ぜる。
②よく混ぜながら中火にかけ、白玉から半透明にかわり艶が出てきたら火から下ろす。(1～2 分程度)
③もちを 4 つ程に分ける。
④パウダー（色づけ用）をそれぞれ同量の水で溶きペーストをつくる。紅芋ペーストは、1 / 3 と 2 / 3 程度の分量で分けておく。
⑤分けたもちにそれぞれペーストを混ぜる。(お茶、紅芋 1/3、紅芋 2/3、かぼちゃ)
⑥色づけしたもちをラップを敷いた平らな入れ物（バット等）に入れ、3 ～ 5mm の厚さに広げる。
⑦上からラップを被せ、冷蔵庫で 1 時間 30 分ほど冷凍する。(硬くなって型抜きができる程度)
⑧花の型を抜いて器に盛る。緑のもちは葉っぱに見立てる。(型抜きもしくは包丁でひし形に切る)

■シロップの作り方

①グラニュー糖と水を鍋に入れ、火にかける。
②ふつふつしてきてグラニュー糖が溶けたら火からおろす。
③火からおろして冷ました後、とろみ剤でとろみをつける。
④冷蔵庫で冷やす。

盛りつけ。色つきもちにシロップをかけて完成。

審査員特別賞

学会分類 2-2 ※P4 参照

雲仙やわらかレアチーズケーキ

応募者　小 林 芳 子
ベジドリーム

材料（8 人分）

■レアチーズケーキ
- クリームチーズ　200g
- きび糖　60g
- 生クリーム　100ml
- ヨーグルト　100g
- レモン汁　15ml

■人参グラッセ
- 人参　200g
- 砂糖 20g
- とろみ剤 0.5g（ﾄﾛﾒﾘﾝV）

■メロンジャム
- メロン　200g
- 砂糖 20g
- レモン汁 15ml
- とろみ剤 0.5g（ﾄﾛﾒﾘﾝV）

作り方

■レアチーズケーキの作り方
①生クリームにきび糖 30g を加え、つのが立つまでホイップする。
②軟らかくしたクリームチーズに残りのきび糖 30g、レモン汁を加え、よく混ぜる。
③②に①のクリームの 1 / 3 を加えてよく混ぜる。
④③を①に加え、ふんわり混ぜる。

■人参グラッセの作り方
①人参を 7 ～ 8mm の輪切りにする
②小鍋に①を入れ、かぶるくらいの水（分量外）を弱めの中火で煮る。
③煮汁が少なくなったら、マッシャーやフォークでつぶし、とろみ剤でまとめる。

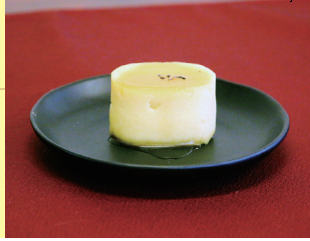
■メロンジャムの作り方
①メロンの身をスプーンで取り鍋に入れ、砂糖、レモン汁を加えて混ぜる。
②鍋に火をかけて灰汁を取りながら中弱火で煮詰め、とろみが出てきたら火を止める。
③メロンの塊をマッシャーかフォークでつぶし、とろみ剤でまとめる。

優秀賞

学会分類３　※P4 参照

みたらしいもきんとん

応募者　森山夏海・寺田　茜
長崎県立島原農業高校



材料（2 人分）

・さつまいも　中　200g 程度
・牛乳　70ml
・サラダ油　12ml
・砂糖　18g
・はちみつ　22g
・しょうゆ　12ml
・水　15ml
・ごま　適量

作り方

①さつまいもを切ってゆでる。串が通るくらいやわらかくなるまでゆでる。
②ざるにあげて皮をむく、マッシャーでつぶして、裏ごしをする。牛乳を加えて裏ごししたさつまいもをまとめる。
③セルクルで形を整える。
④タレは鍋にサラダ油、砂糖、はちみつ、しょうゆ、水を加え、弱火でとろみが出るまで加熱する。
⑤セルクルで形を整えたいもにタレをかけ、黒ごまをかけて完成。

優秀賞

学会分類 2-1 ※P4 参照

じげもんベジタブルデザート～きな粉を添えて～

応募者　池田亜依花・藤下琴音・吉田ひなた
長崎県立口加高校

材料（3 人分）

■じゃがいもペースト
- じゃがいも　100g
- マーガリン　6g
- 水　10g
- きび糖　3g
- 塩　ひとつまみ
- トレハロース　1g
- マシュマロ　10g
- 牛乳　45g

■かぼちゃペースト
- かぼちゃ　100g
- 水　20g
- きび糖　3g
- 塩　ひとつまみ
- トレハロース　1g
- 卵黄　1 個
- 牛乳　45g

■トマトソース
- トマトジュース（無塩）　50g
- 水　20g
- きび糖　10g
- とろみエール　適量

■きな粉
- きな粉　5g
- トレハロース　5g
- 塩　ひとつまみ

作り方

■じゃがいもペーストの作り方
①じゃがいも、マーガリン、水、きび糖、塩 ひとつまみ、トレハロースを耐熱容器に入れ、ラップをし、電子レンジに入れ加熱（600W・5 分）する。
②竹串で煮えたかどうか確認し、①にマシュマロを入れる。
③ある程度つぶして、人肌に温めた牛乳を少しずつ入れて混ぜる
④裏ごしをしてしぼり袋に入れる。
⑤容器に流し入れる。

■かぼちゃペースの作り方
①かぼちゃ、水、きび糖、塩、トレハロースを耐熱容器に入れ、ラップをし、電子レンジに入れ加熱（600W・5 分）する。
②竹串で煮えたかどうか確認し、①にゆで卵の卵黄だけ入れる。
③ある程度つぶして、人肌に温めた牛乳を少しずつ入れて混ぜる
④裏ごしをしてしぼり袋に入れる。
⑤容器に流し入れる。

■トマトソースの作り方
①トマトジュース（無塩）、水、きび糖を皿に入れ混ぜ合わせる。
②①にとろみエールをはじめに 1g 入れて、少しずつ足していき調整する。
③容器に流し入れる。

■きな粉の作り方
①きな粉、トレハロース、塩を良く混ぜ合わせる。
②トマトソースの上に半分だけきな粉をふりかける。

入賞

学会分類３　※P4 参照

クリーミーチーズショートケーキ

応募者　浅房青空
長崎県立島原農業高校

材料（4 人分）

・ビスケット　55g
・牛乳　65g
・無塩バター　10g
・クリームチーズ　90g
・豆腐　70g
・グラニュー糖　3g
・生クリーム　75g
・練乳　10g
・ゼラチン　5g
・水　20g
・いちごジャム　50g
・水　35g
・ゼラチン　3g
・水　10g

作り方

①ビスケットを粉々にくだく
②バターをゴムベラでクリーム状にし、牛乳・ビスケットと練り合わせる。
③型の底にビスケット生地を広げ、隙間のないようにスプーンで平にならして冷蔵庫に入れて冷やす。
④クリームチーズと水切りした豆腐をなめらかにし、練乳を加える。
⑤④にグラニュー糖を加えて混ぜ合わせる。生クリームは３～４回に分けて加えて、ゆっくりと混ぜる。
⑥水でゼラチンをふやかし、湯せんで溶かす。
⑦⑥と⑤に加えよく混ぜる。③を冷蔵庫から取り出し流し込む。
⑧⑦を冷蔵庫に入れている間に、いちごジャムと水を火にかけてのばす。
⑨水でゼラチンをふやかし⑧に入れ良く溶かす。
⑩⑦に⑨を入れ冷蔵庫で冷やす。
⑪ある程度固まったら⑦を流し込み、冷やす。
⑫型から抜き出し、完成。

入賞

学会分類３　※P4 参照

甘いかぼ茶巾

応募者　柳田修斗
長崎県立島原翔南高校

材料（4 人分）

・グラニュー糖 60g
・水１２０ｍｌ
・かぼちゃ 400g(皮なし)
・生クリーム２００ｍｌ
・砂糖 9g
・ラム酒 10g

作り方

①鍋にグラニュー糖と水を合わせて煮溶かす。
②かぼちゃは皮をむき、薄く（5mm ～ 10mm）切って耐熱皿に並べ、ラップをして竹串が通るまでレンジで加熱する。（600w で６分～７分）
③熱いうちに①のシロップにつけ、粗熱をとって１時間冷やす。
④かぼちゃを取り出しフードプロセッサーで攪拌する。
⑤生クリームに砂糖、ラム酒を加えて柔らかい角が立つ程度に泡立てる。
⑥かぼちゃをラップにのせ、茶巾の形にする。
⑦器に盛り、茶巾の上に⑤の生クリームを乗せて出来上がり。

入賞

学会分類 4　※P4 参照

やわらかい　かんころもち風

応募者　前田マツノ・藤田千佳
社会福祉法人秀峯会　特別養護老人ホームこえばる

材料（2 人分）

・さつまいも　65g
・米粉　4g
・砂糖　6g
・ハチミツ　2g
・ショウガ　少々（お好みで）
・白湯　適量

作り方

①さつまいもを湯がく。
②さつまいもが柔らかくなったら湯切りをし、米粉と混ぜる。
③②に砂糖・ハチミツ・ショウガ（白湯に溶いたもの）を混ぜ、まとまってきたら形を整える。
④オーブントースターにて表面に軽く焦げ目がつくまで焼く。
※口に入れるとふんわりショウガの香りあり、ほんのり甘くゆっくりと溶けていく味わいになっています。

入賞

学会分類 2-1　※P4 参照

食物繊維たっぷり　わらび餅 3 種

応募者　渡 邉 さ や
医療法人秋桜会コスモスガーデン桜の里

材料（4 人分）

■黒糖味

・オオバコ 4g
・おからパウダー 2g
・黒糖（粉）27g
・水 2 5 0m l
・きな粉 30g
・上白糖 18g
・塩少々

■ミルク味

・オオバコ 4g
・おからパウダー 2g
・上白糖 27g
・調整豆乳 2 0 0m l
・牛乳 5 0m l

■抹茶豆乳味

・オオバコ 4g
・おからパウダー 2g
・上白糖 27g
・抹茶 2g
・調整豆乳 2 0 0m l
・水 5 0m l

作り方

■黒糖味の作り方

①オオバコ、おからパウダー、黒糖（粉）を均一に混ぜておく
②鍋に水を入れ、①を混ぜてから弱火でゆっくりダマにならないようにヘラでかき混ぜながら粘りを出す。
③3 ～ 4 分で粘りがで、沸騰してきたら火を止め、1 分ほど混ぜダマを取る。
④ラップを敷いたタッパーに流し、粗熱を取り冷蔵庫で 1 時間以上冷やし固める。
⑤冷えたらラップごと取り出し、包丁を水で濡らし、好みの大きさにカットする。
⑥カットしたわらび餅を、混ぜておいたきな粉（きな粉、上白糖、塩）をまぶし、器に盛る。

■ミルク味の作り方

⑦オオバコ、おからパウダー、上白糖を均一に混ぜておく
⑧鍋に調整豆乳と牛乳を入れ、⑦を混ぜてから弱火でゆっくりダマにならないようにヘラでかき混ぜながら粘りを出す。
⑨③～⑤の工程を行う。

■抹茶豆乳味の作り方

⑩オオバコ、おからパウダー、上白糖、抹茶を均一に混ぜておく
⑪鍋に調整豆乳と水を入れ、⑩を混ぜてから弱火でゆっくりダマにならないようにヘラでかき混ぜながら粘りを出す。
⑫③～⑤の工程を行う。

ゆめカステラプロジェクトとは？

○ゆめカステラプロジェクトの理念

「好きなものを食べて生きていく」No Feast, No Life.

○ゆめカステラプロジェクトの活動

啓発活動
「摂食嚥下障害」を多くの人に認知してもらう。
開発活動
美味しく食べやすい嚥下食の開発・商品化・普及を行う。

○プロジェクトの参加者

2017 年 1 月の発足時は医療や介護従事者のみであったが、SNS や人づてに参加者が増えていき、カステラ･菓子職人、患者、学生、デザイナー、公認会計士、メディア関係、食品メーカー、販売流通に関わる人々などなど多彩なメンバーが参加しています。

○啓発活動 イベント参加

地域のいろいろなイベントに参加し、地域の人々に開発商品を試食をしてもらいながら摂食嚥下障害に関するクイズやアンケート、ゲーム、資料提供を行っています。その他市民公開講座や出張授業、Facebook、Youtube 等で啓発活動をしています。

ホームページ
https://yumecastella.com

Facebook グループ

Youtube チャンネル

○開発活動「なめらかすてら」

2018 年夏に「なめらかすてら」をリリースしました。水分含有量の少ないカステラを寒天等でしっとりアレンジ。施設入居者や地域の高齢者のモニタリングを何度も繰り返し、ハウステンボスシェフパティシエの監修受け、約 1 年半の開発期間の末に完成しました。パッケージは活水女子大学デザイン科の協力のもとデザインされました。
第 5 回介護食品・スマイルケア食コンクールにて農林水産省食料産業局長賞受賞。
長崎大学病院や長崎市内複数の病院、介護施設で採用されています。
2020 年には長崎そのぎ抹茶を使った「抹茶なめらかすてら」も開発しました。

なめらかすてらは、みかど本舗ホームページ
もしくは以下の場所で購入できます。

みかど本舗ホームページ
https://mikado-honpo.com/

①ローソン 長崎大学病院店（長崎市坂本１丁目７－１ 電話 095-849-7887）
②（株）メディウェイブ中島川薬局（長崎市諏訪町６－７ 電話 095-823-5110）
③赤迫薬局（長崎市中園町２２－２８ 電話 095-894-5522）
④Café Clover（長崎市柳田町 100 番 電話 095-832-5500）

人生の最後に食べたいものはなんですか？

（街頭でのアンケート（N=348 人、47±18 歳））

▼スイーツ・果物

カステラ、アイス、ケーキ・シースケーキ・モンブラン・ティラミス
果物（スイカ・桃・苺・イチジク・柿・メロン・パイン・マンゴー）、チョコ、プリン、あんこおはぎ、栗まんじゅう、リンゴのコンポート、ハイチュウ

▼ごはん関連

ごはん、おにぎり（塩・梅・のり）、卵かけご飯、赤飯、お粥、お茶漬け

▼魚介

寿司、刺身（鯵・鯛・イカ・伊勢エビ・エビ・大トロ）、かに、うなぎ、焼き魚

▼肉

お肉、ステーキ、焼肉、黒毛和牛、タン塩、ハンバーグ

▼飲料

ビール、ウイスキー、コーヒー、ミルクセーキ、酒、水、ワイン

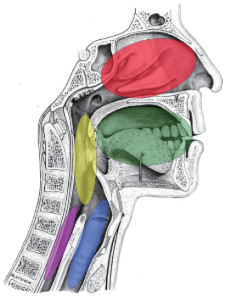
▼その他

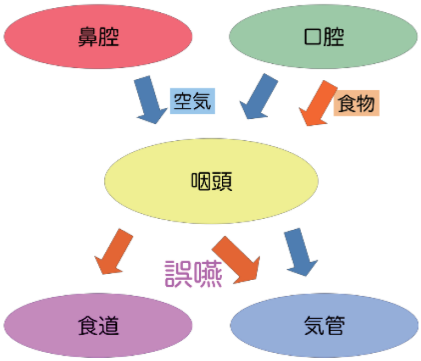
味噌汁、カレー、ラーメン、ちゃんぽん、たこ焼き、うどん、皿うどん、とんかつ、オムライス、ドリア、生ハム、親子丼、牡蠣フライ、かんざらし、カツとじ丼、片栗粉と砂糖をまぜたもの、カボチャの煮物、キャラメルポップコーン、キャロットケーキ、餃子、グリーンサラダ、玉子丼、担々麺、チーズ、茶碗蒸し、ちらし寿司、つけもの、妻の料理、すっぽん鍋、寄せ鍋、肉じゃが、パン、だし巻き

○摂食嚥下障害とは？

食物を見た目や匂いなどで認識し、口に入れ、食べやすい形に咀嚼し、ゴクンと飲み込む。意識せずに日 々何百回も行っている一連の動作も、脳梗塞や認知症など様々な原因で上手くできなくなる障害を摂食嚥下障害と言います。

食物が気管に入る「誤嚥（ごえん）」が起き、食物と一緒に細菌が肺に入ると誤嚥性肺炎、気管が詰まると窒息に繋がります。肺炎は日本人の死因の 3 番目であり、高齢者の肺炎の多くは誤嚥性肺炎とされています。窒息死も年間 4000 人を超え、今や交通事故による死者よりも多いのです。摂食嚥下障害はとても身近な問題であり、あなたやあなたの家族、そして未来のあなたにも起こり得る「自分事」の問題です。





誤嚥：食べ物や唾液などが気管に入ること

○「好きなものを食べて生きていく」

自分を含めみんながいつまでも美味しく食べ続けるためには、摂食嚥下障害をもつ人やその周りにいる人々が摂食嚥下障害や誤嚥を予防し、障害を持つ状態になってもより良い食物を食べる意識を持って、医療介護の専門家とともに立ち向かっていく必要があります。

いやむしろ、最後に食べる食物は自分で決める！そのためにすべきこと、出来 ることを医療や介護の専門家がしっかりと考えてくれ！という意気込みでいても らいたいと思います。

自分の食べるものを自分で決める、こんな当たり前のことが軽視されがちな世の中をみんなで変えて行きましょう。

MORIMOTO DENTAL CLINIC

森本歯科医院

〒852-8061　長崎市滑石5丁目11番66
（北陽小学校バス停前）
TEL 095-860-6100

＜診療項目＞
歯科・矯正歯科・小児歯科

＜診療時間＞
月 火 水 金　AM. 9:30〜12:30
PM. 2:30〜 6:30
木 土　AM. 9:30〜PM. 1:00

休診日　日・祝祭日

駐車場完備

三串歯科医院

〒861-0906
熊本県玉名郡和水町西吉地3425-1
☎0968-34-3066

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00 ～ 13:30	●	●	●	●	●	●
14:00 ～ 18:00	●	●	●	休診	●	休診

休診日：日曜・祝日・木曜午後・土曜午後

訪問診療（往診）始めました！
詳しくはお問い合わせ下さい。

☐ 介護老人福祉施設
☐ 短期入所生活介護事業所
☐ 通所介護事業所

社会福祉法人 秀峯会
総合ケアセンター こえばる

〒851-1132　長崎市小江原4丁目1番30号
TEL 095-814-8225　FAX 095-814-8227

美女・イケメン・イベント・グルメ・美容など

Good!

しまして

Download on the App Store　Google play

島原半島の
無料情報アプリ
「しまして」
好評配信中！

『第5回介護食品スマイルケア食コンクール受賞』
小さな子どもから高齢の方,嚥下障害の方へお届けするやさしいカステラ。
嚥下障害に対応できる社会を目指して,ゆめカステラプロジェクトが開発しました。

農林水産省 食料産業局長賞 受賞

なめらかすてら

お買い求めはこちらから▶　0120-010-119　みかど本舗

el panaly

4-7 hamamachi nagasaki city
tel：095-824-0241
open：10:30　close：19:30
https://www.instagram.com/elpanaly

nill style cafe

1-55 morimachi nagasaki city cocowalk 2F
tel：095-844-2237
open：10:00　close：20:00
https://www.instagram.com/nillstylecafe_cocowalk

un de plus
EL PANALY

2-25 hamamachi nagasaki city largo225 1F
tel：095-807-6083
open：10:30　close：19:00
https://www.instagram.com/undeplus_elpanaly

渡邉太平歯科

診療時間

（平　日）午前9:00～午後12:30
午後2:00～午後 7:00
※木曜午後1:00まで
（土曜日）午前9:00～午後12:30
午後2:00～午後 5:00

横尾郵便局上（2段目通り）

長崎市横尾3丁目5-13　TEL857-6484（ムシバヨ）

（株）メディウェイブはゆめカステラプロジェクトに参加しています

※なめらかすてら販売店舗

公式LINE
中島川薬局↓

友だち募集中！

QRコードで簡単登録
赤迫薬局↓

LINE

（株）メディウェイブ　中島川薬局
長崎市諏訪町6－7
TEL095－823－5110

（株）メディウェイブ　赤迫薬局
長崎市中園町22－28
TEL095－894－5522

介護のことでお困りではありませんか？

医療法人
秋桜会

真心のこもったご奉仕

介護老人保健施設
コスモスガーデン桜の里

長崎市さくらの里2丁目27番28号
☎095-840-1200
コスモスガーデン　検索
cosmos-garden

パッケージの企画・製造経験を活かし、
社会へ貢献する

sagasiki
Open Your Experience

ハコデガード　sagasiki

医療法人 常 葉 会

長与病院

Hospital

院　長　本多　光幸

西彼杵郡長与町吉無田郷647
TEL 095(883)6668

http://www.tokohakai.com

Liaison

社員募集!

介護スタッフ
ケアマネジャー
リハビリ職員
看護師・保健師

社会福祉法人春秋会

・ケアハウス
・ヘルパーステーション
・デイサービス
・グループホーム

リエゾン長崎
850-0992
長崎市江川町100-1
☎095-832-5500

Total Habilitation System株式会社

・デイサービス
・居宅介護支援事業所
・訪問看護ステーション
・コミュニティカフェ

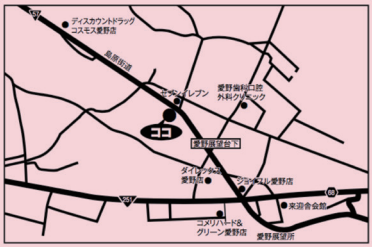
studio clover
850-0982
長崎市柳田町100
☎095-832-5500

【問い合わせ先】Liaisonグループ 総合事務局　☎095-879-7640／担当：川副

朝採れたまご 直売所

HANA TAMAGO
花たまご

アクセスマップ



住所：長崎県雲仙市愛野町乙5392
電話：0957-27-5700

[交通手段]
お車でお越しの方
57号線沿いセブンイレブンさん真向かい。

バスでお越しの方
「テク／パーク」バス停より徒歩３分。

電車でお越しの方
「愛野駅」下車後「雲仙・小浜方面」バスに乗車。「テク／パーク」バス停下車後、徒歩３分。

認知症専門事業所

「もしかしたら認知症？」
悩まず御相談ください。

通う・泊まる・住める

ぽーれぽーれ

総括責任者　川 﨑 ひ ろ み

〒850-0921 長崎県長崎市松が枝町 3-23

TEL 095-823-1886

メンバー募集中！

あなたもゆめカステラプロジェクトで一緒に活動してみませんか？
興味のある方は mailto:yumekasutera@gmail.com（三串）までご連絡下さい。お待ちしています！