

「湖東・食と栄養を 考える会」

食形態一覧表の活用～病院・施設・在宅～

第53回 ことう地域チームケア研究会
令和4年1月20日

湖東・食と栄養を考える会



～本日のお品書き～

- 湖東食と栄養を考える会について
- 食事形態一覧表
- 日本摂食嚥下リハビリテーション学会
嚥下調整食分類2021
- 炭酸とろみのつけ方

活動の経緯

- 平成20年(2008年)

嚥下食の均一化を目指し、
4病院が中心となり、保健所にも協力を求め、
関係者の嚥下食や栄養への理解を深めることを
目的にスタート

- 平成26年(2014年)

高齢者施設の栄養士もメンバーに加わる

- 令和2年2月(2020年)

「湖東・食と栄養を考える会」
として独立し現在に至る



活動目的

医療・福祉に従事する栄養士・管理栄養士が

食と栄養に関する理解を深め、

資質を向上し、地域住民に貢献できること

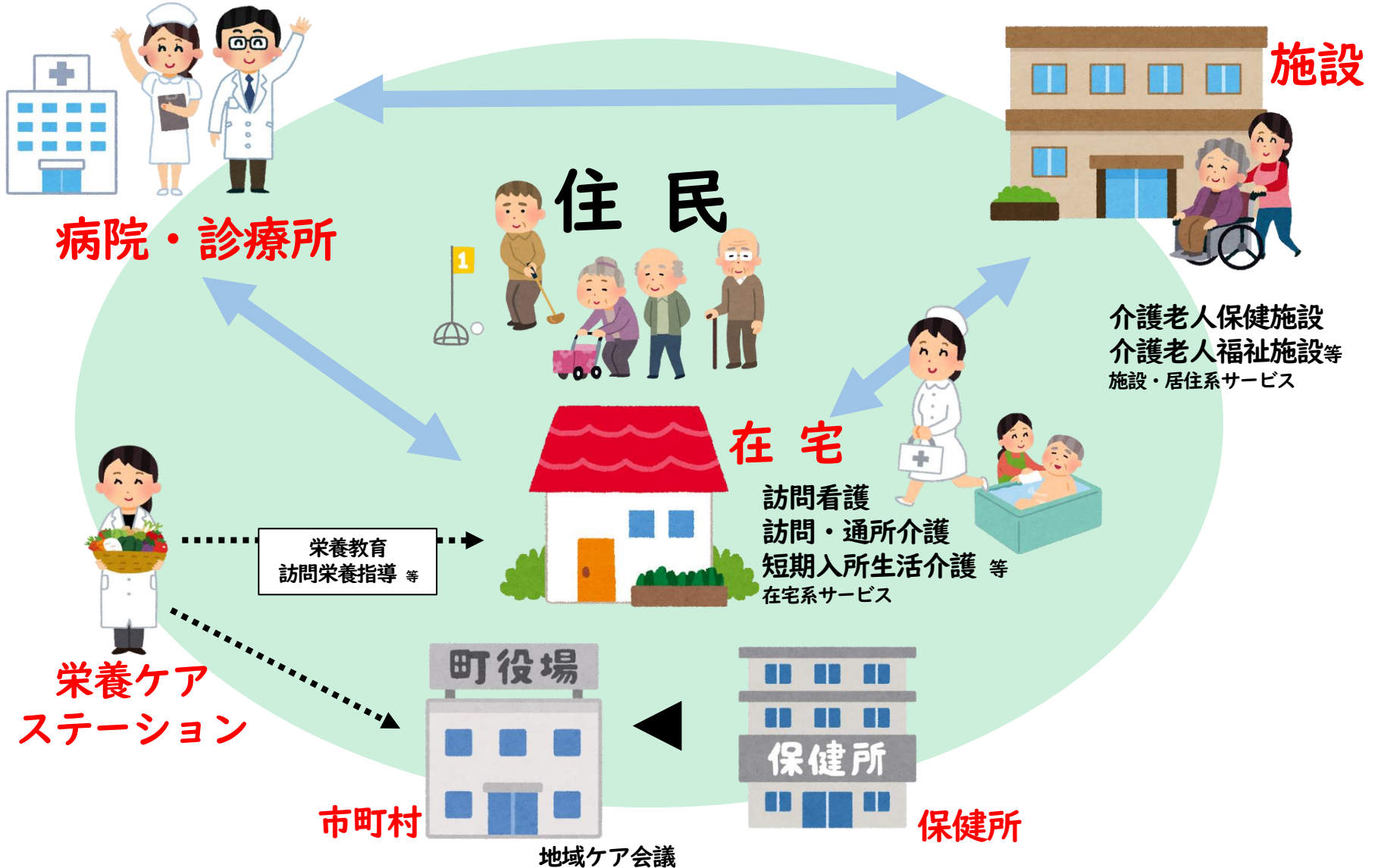
事業内容

- (1) 栄養・食事に関する研修会の開催
- (2) 情報を共有できるツールの作成
- (3) 地域の医療・福祉に従事する方への情報提供

目指す住民の姿



どこにいても自分に適した食事ができ、QOLが維持・向上できる



前の病院（施設）では
どんな食事だったの？

今提供している食事を
退院後も継続できる？

転院先ではどんな食事
が提供されているの？

病院で提供されていた
食事をもっと細かく知り
たい。



お助けマン

食事形態一覧表



在宅医療福祉情報の森



在宅医療福祉情報の森

病院・診療所の情報

歯科医療機関の情報

薬局の情報

訪問看護の情報

介護保険のサービス

市町の相談窓口

読み上げる



在宅医療・介護・福祉に関する お役立ち情報

在宅療養を支える地域での活動・その他
くすのき情報BOX

市町の高齢者等福祉サービスの概要

医療福祉情報マップ

医療福祉関係者向け
ことう地域チームケア研究会

医療福祉関係者向け
医療機関の協働

医療福祉関係者向け
連携のための各種共通シート

医療福祉関係団体ホームページ



新着情報&トピックス くすのき根っと

一覧を見る

2021年10月19日 医療福祉関係者向け
「第52回ことう地域チームケア研究会」を開催します！

2021年08月24日 医療福祉関係者向け
第51回ことう地域チームケア研究会を開催します！

2021年08月19日 医療福祉関係者向け
第50回ことう地域チームケア研究会を開催しました

2021年06月22日 医療福祉関係者向け
第50回ことう地域チームケア研究会を開催します！

2021年06月22日 医療福祉関係者向け
第49回ことう地域チームケア研究会を開催しました

2021年06月09日 医療福祉関係者向け

退院時	<p>供する</p> <p>リハサマリー</p> <p>●病院リハビリスタッフから訪問リハビリスタッフへリハビリの情報を提供する</p>	—	病院リハスタッフ	訪問リハビリ事業所
	<p>湖東地域連携診療計画書 (脳卒中地域連携パス)</p> <p>●脳卒中の治療は、急性期の病院での治療から、病院や施設・在宅での回復期・維持期のリハビリテーションを中心とした介護まで一貫した計画のもとに行われ、切れ目なく患者さんの状態を伝達するため湖東地域で統一した様式で作成した情報提供書を提供する</p>	<p>湖東地域連携診療計画書</p> <p>▶ PDF</p> <p>湖東地域連携診療計画書 (その2)</p> <p>▶ PDF</p> <p>滋賀県脳卒中地域連携パス</p> <p>▶ PDF</p> <p>滋賀県脳卒中地域連携パス (その2)</p> <p>▶ PDF</p>	<p>急性期病院 ↔ 回復期病院・診療所</p> <p>回復期病院 ↔ 維持期病院 老人保健施設 診療所 ケアマネジャー</p> <p>維持期病院 ↔ 診療所 ケアマネジャー</p>	
	<p>診療情報提供書 (歯科口腔外科)</p> <p>●退院後も多職種が連携して適切な口腔機能評価と口腔ケアを継続的に実施するため診療情報提供書を活用する。</p>	▶ PDF	病院 (歯科)	歯科診療所 ケアマネジャー
入退院時・介護保険サービス利用時	<p>食事形態一覧表</p> <p>●湖東圏域内の各病院および入所施設における食事形態を示している。病院間での転院や介護保険サービスの調整時に、転院(施設利用)早期からスムーズに食事提供が行えるよう、食事内容の検討をするために用いる</p>	<p>食事形態一覧表</p> <p>▶ PDF</p> <p>病院・施設別食事形態詳細情報</p> <p>▶ PDF</p> <p>使用栄養剤一覧</p> <p>▶ PDF</p>		
訪問看護利用時	<p>訪問看護指示書</p> <p>●医療機関医師から訪問看護師に訪問看護をする際に指示書を発行する</p>	<p>特別訪問看護指示書・在宅患者訪問点滴注射指示書</p> <p>▶ Word</p> <p>介護予防訪問看護・訪問看護指示書</p> <p>在宅患者訪問点滴注射指示書</p>	医師	訪問看護ステーション 訪問看護師

入退院時・介護保険サービス利用時

- ◇食事形態一覧
- ◇病院・施設別食事形態詳細情報
- ◇使用栄養剤一覧



		規格(食品の刻む大きさ)										
		①普通形態	②2~3cm	③1.5~2cm	④1~1.5cm	⑤5mm~1cm	⑥3~5mm	⑦3mm以下	⑧ペースト状	⑨ゼリー状	⑩再形成	
アロフエ ンテ 彦根	老人食 中刻み								ペースト 		超刻み 	
ハ ス ト ー ル と よ ま と	普通			一口大 			きざみ 		ペースト 			
い や し の さ な	普通		一口大 ユニットにて 個別対応	きざみ 				極きざみ 		ペースト 		
近 江 ふ る さ の 郷	普通食					粗刻み食 	細分食 		ミキサー食 		ムース食 	
近 江 第 一 ふ る さ	普通食		一口大 			粗刻み食 	細分食 		ミキサー食 		ムース食 	
遊 遊 の 郷	普通			一口大 				極刻み 	ペースト 		魚のみムース 	
さ ざ な み 苑	普通		あら刻み 				刻み 		ペースト 			
多 賀 清 正 の 里	普通			一口大 		粗刻み 	刻み 			ゼリー食 		
千 松 の 郷	普通		ユニットにて 個別対応							ペースト食 		ソフト食
犬 と ハ ー ト フ ル	普通		あら刻み 			手切り 		刻み食 	ペースト食 			

✓ 施設・病院で提供されている食形態が見て確認できる

✓ 施設により使用している食事形態ごとの食事の名称が分かり、食事対応が適切にできる





病院



【名称】
軟菜食
一口大きざみ菜

デイサービス等



施設B

【名称】
一口大



利用者



在宅

調理後のお食事を1.5
cm~2cmにきり、
食べやすくします

短期入所等

施設A



【名称】
中刻み

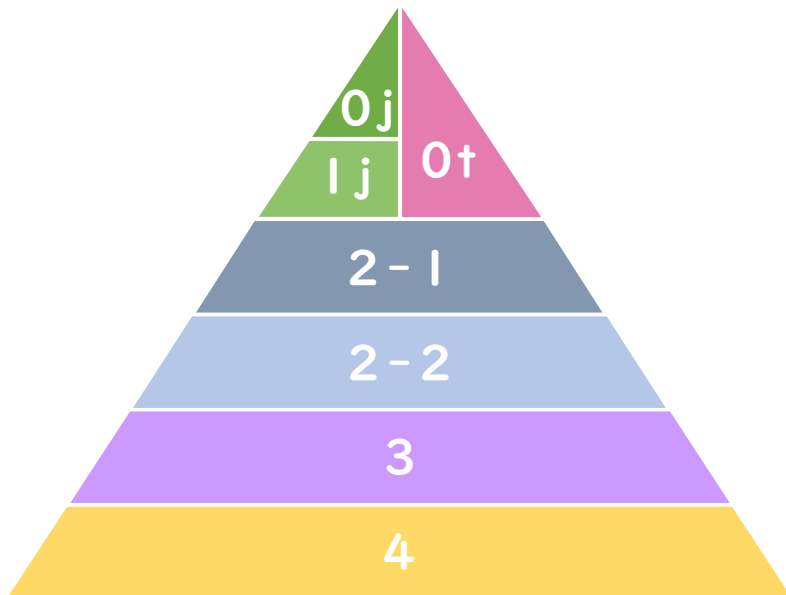
事業内容

- (1) 栄養・食事に関する研修会の開催
- (2) 情報を共有できるツールの作成
- (3) 地域の医療・福祉に従事する方への情報提供

摂食嚥下分類とは

病院・施設・在宅医療および福祉関係者が共通して使用できる
食事（嚥下調整食）およびとろみについての段階分類

嚥下食を嚥下のレベルによって
5段階に分類



とろみ付き液体を3段階に分類



嚥下調整食分類2021と他介護食分類の対応

学会分類2021

0j, 1j
物性に配慮した麗水の少ないもの

0j
嚥下訓練食品 0j
たんぱく質含有量が少ないゼリー

1j
嚥下調整食 1j
たんぱく質含有量は問わないプリン・ゼリー・ムースなど

0t
嚥下訓練食品 0t
「ゼリー」：jelly
「とろみ」：thickness

学会分類 2021(とろみ)の中間～濃いとろみたんぱく質含有量が少ないこと

2-1
嚥下調整食 2-1
均質でなめらかなもの(あまりさらさらしすぎないこと)

2-2
嚥下調整食 2-2
やわらかい粒等を含む不均質なもの

3
嚥下調整食 3
形はあるが、歯や入れ歯がなくとも口腔内で押しつぶし、食塊形成が容易なもの

4
嚥下調整食 4
形があり、かたすぎず、ばらけにくく、貼りつきにくいもの。箸で切れるやわらかさ

他分類

学会分類2021	嚥下食ピラミッド	特別用途食品	UDF	スマイルケア食
0j	L0 (開始食)	特別用途食品 I	—	0
0t	L3の一部 (とろみ水)	—	—	0
1j	L1・L2 (嚥下食I・II)	特別用途食品 II	含まれていない	1
2-1	L3 (嚥下食III)	特別用途食品 III	含まれていない	2
2-2	L3 (嚥下食III)	特別用途食品 III	含まれていない	2
3	L4 (移行食)	—	舌でつぶせる	3
4	L4 (移行食)	—	舌でつぶせる 箸でつぶせる	4
			箸でつぶせる 箸で切れるやわらかさ (一部)	—

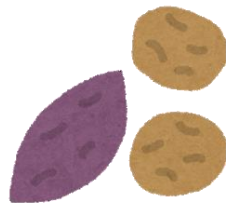
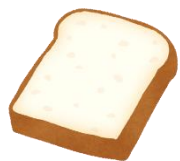
学会分類に対応した他分類 (UDF、スマイルケア食) も掲載

日本摂食嚥下リハビリテーション学会の嚥下調整分類2013のコード別にイメージ写真を取り入れた。
(株)ヘルシーネットワーク在宅通信販売カタログより

むせたりのどに詰まりやすい食べ物

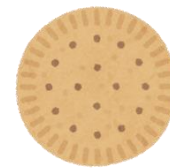
ぱさつきやすい

パン、カステラ
イモ類など



ばらけやすい

ごはん粒、そばろ、ナッツ類、
ビスケット、クッキーなど



むせやすい

水、お茶、ジュースなど
(さらさらした液体)



はりつきやすい

のり、わかめ、もち
ウエハース、もなか、
青菜類 など



飲み込みやすくするポイント



1. 適度な水分を含ませてぱさつきを防ぐ

2. ツルンとさせてのどごしをよくする



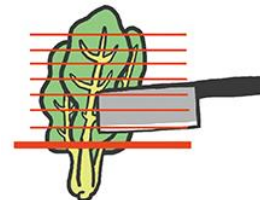
3. とろみをつけたり、油脂やつなぎでまとめてばらけるのを防ぐ



4. 液体にはとろみをつけてむせを防ぐ



5. 食べやすい形状にする



6. やわらかく煮込む



ダマになりにくいコツ

乾いたコップに先にとろみ調整食品を入れておき、
後から飲み物を勢いよく注ぐ。



スプーンを左右に往復させとろみ調整食品を散らすよう
にかき混ぜる。



スプーンのかわりに小型の泡立て器や
フォークを使って混ぜる。



いずれの場合も30秒程度混ぜてください。

炭酸とろみのつけ方

ペットボトルでのつけ方

☆用意するもの

- ・ 500mlの炭酸飲料（ペットボトル）
- ・ 普段使用して頂いているとろみ剤

（例：フードケア ネオハイトロミールⅢ2.5g 分包2本）

ペットボトルでのつけ方

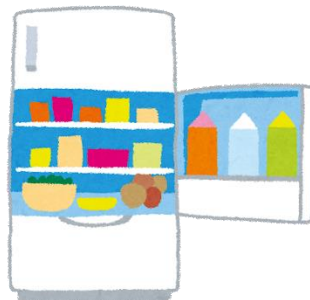
①炭酸飲料に規定のとりみ剤を入れる



②しっかり蓋を閉めて十分に振る



③一晩冷蔵庫で横向きに静置する



コップでのつけ方

☆用意するもの

- ・ 炭酸飲料250ml
- ・ 普段使用して頂いているとろみ剤
(例：フードケア ネオハイトロミール2.5g分包1本)
- ・ コップ
- ・ スプーン

コップでのつけ方

①コップに炭酸飲料を半分注ぐ



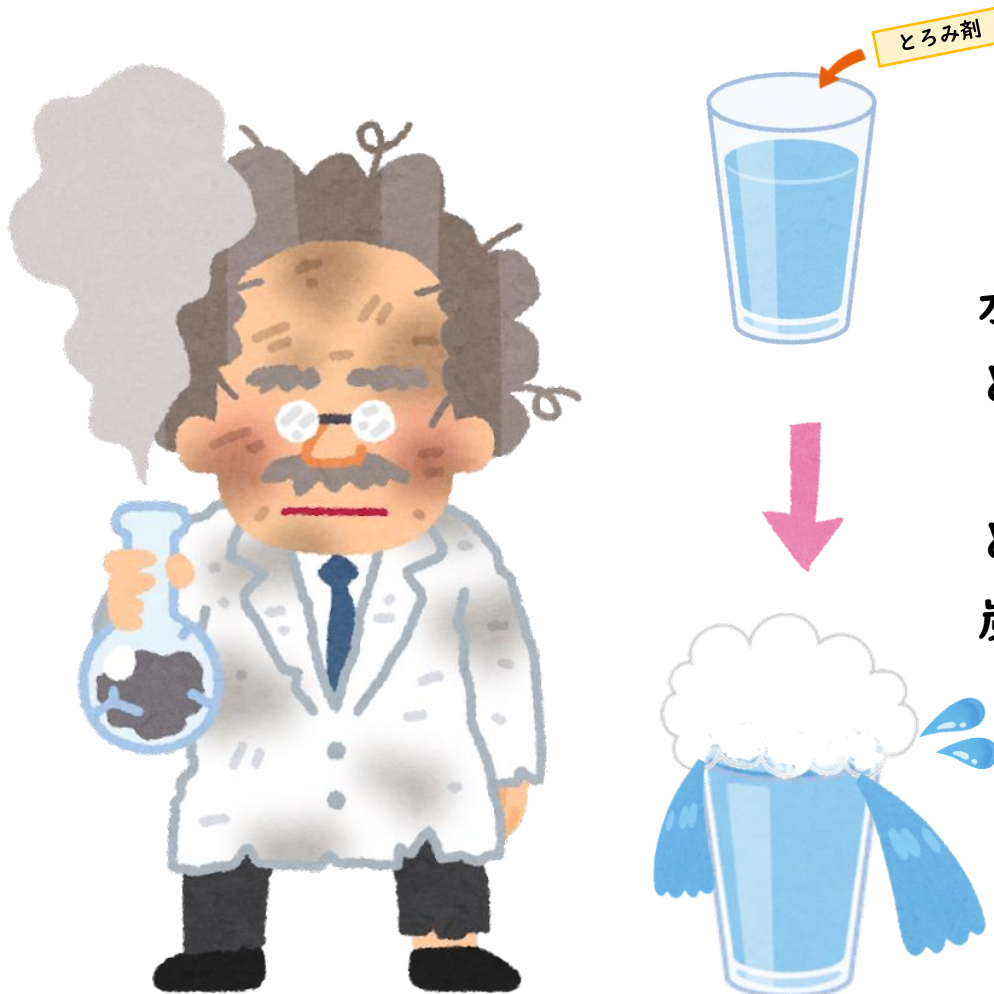
②コップに注いだ炭酸飲料にとろみ剤を入れて、よく混ぜる



③30回以上混ぜてとろみがついてきた頃に、残りの炭酸飲料を加え全体をなじませるように混ぜる



よくある失敗例



水やお茶にとろみをつける要領で
とろみ剤を入れると・・・

とろみ剤を入れた瞬間、コップから
炭酸飲料が溢れ出します ⚠

学会分類2021(とろみ)に基づく使用目安量一覧

(水100mlあたり)

個人のお客様もご自宅でのとろみづけの際、参考としてお使いください。

商品名	使用目安量 (g)	薄いとろみ 	中間のとろみ 	濃いとろみ 
トロミスマイル		0.6 ~ 1.2	1.2 ~ 2.0	2.0 ~ 3.1
トロミパワースマイル		0.5 ~ 1.0	1.0 ~ 1.6	1.6 ~ 2.4
トロミクリア		0.5 ~ 1.1	1.1 ~ 2.0	2.0 ~ 2.9
トロミアップパーフェクト		0.5 ~ 1.0	1.0 ~ 1.7	1.7 ~ 2.4
つるりんこ Quickly		0.8 ~ 1.6	1.6 ~ 2.6	2.6 ~ 3.3
トロミアップエース		0.5 ~ 1.1	1.1 ~ 2.0	2.0 ~ 3.2
ソフティアS		0.7 ~ 1.4	1.4 ~ 2.3	2.3 ~ 3.2
明治かんたんトロメイク		0.7 ~ 1.5	1.5 ~ 2.4	2.4 ~ 3.5
新スルーキング i		0.6 ~ 1.3	1.3 ~ 2.2	2.2 ~ 3.4
ネオハイトロミールR&E		0.6 ~ 1.4	1.4 ~ 2.2	2.2 ~ 3.2
ネオハイトロミールⅢ		0.4 ~ 0.8	0.8 ~ 1.4	1.4 ~ 2.1
トロメリンV		0.6 ~ 0.9	0.9 ~ 1.4	1.4 ~ 1.9

- 県立広島大学 栢下淳教授 監修
- 測定方法・条件：とろみ調整食品を蒸留水(20°C±2.0°C)に添加し、3回/秒の速さで30秒間攪拌。その後、30分間設定温度20°Cでインキュベート。インキュベート終了後にコーンプレート型回転粘度計(設定温度20°C、ずり速度50s⁻¹における1分後の粘度:学会分類、コーンアングル1°直径35mm)で粘度を測定。
- 使用量は飲料により異なりますのであくまでも参考としてください。また、各社の測定値と異なる場合がございます。
- とろみ調整食品の種類によって、粘度以外の特性(付着性等)が異なるため、使用に際しては、まず試飲していただくことをお願いいたします。
- 本表は商品の優劣を決定するものではありません。実際の使用量、使用方法は、医師、栄養士等の指導に従ってください。

栄養に関する相談は！

- ◆施設入所の方・施設併設の通所施設利用の方
⇒ 施設の管理栄養士
- ◆病院にかかっている方 ⇒ 病院の管理栄養士
- ◆診療所やデイサービス、訪問看護を
利用している方
⇒ 認定栄養ケア・ステーション 彦根中央



ご清聴ありがとうございました



「湖東・食と栄養を考える会」コアメンバー

介護老人保健施設 パストラールとよさと 安田 篤生
友仁山崎病院 不破 佳子
豊郷病院 篠原 ひづき
彦根中央病院 中原 はる恵
地域活動栄養士 松本 富
彦根市立病院 大橋 佐智子、福永 あゆ、寺坂 菜摘

(協力：彦根保健所 医療福祉連携係 杉原 未奈)



当会へのお問い合わせは



koto-shoku-eiyou@outlook.jp

まで、御気軽にご連絡ください

当会で一緒に活動していただける栄養士募集中！