



相談

この選び方(仮称)にかかわらず、**食べることに**ついて気になることがあれば、**まずは専門職(医師、歯科医師、管理栄養士等)にご相談ください。** 医師等の指導に従い選択してください。歯科治療、口やのどの動きの訓練などにより、他区分の食事が食べられるようになる場合もあります。

* 分類のO、「A~C」、「D~F」は異なる色で区別する予定

分類	学会分類2013	規格					食べる力の目安	形態等	エネルギー・栄養素
		硬さ (N/m ²)	付着性 (J/m ³)	凝集性	噛む力	飲み込む力			
○(介護予防のための食品)	-	-	-	-	☺ (問題なし)	☺ (問題なし)	栄養管理栄養士等への相談の結果を受けて、個別に対応。	<u>エネルギーやたんぱく質の1日の推奨量(栄養素等表示基準値エネルギー2,100kcal、たんぱく質75g)に対して、当該食品がどれくらい含まれているのかを表示することが望ましい(食事摂取基準(2015年版)でも、特に高齢者の適切なたんぱく質摂取の重要性を指摘)。</u> <u>表示の際には、棒グラフで1日の推奨量の何%に当たるのかを示す等するとわかりやすい。</u> また、通常の商品よりたんぱく質の含有量が多いこと等を強調表示する際には、食品表示のルールに従う必要がある。	
A (弱い力で噛める食品)	嚥下調整食4	-	-	-	☺ (やや弱い)	☺ (やや弱い)	かたさ・ばらけやすさ・貼りつきやすさなどのないものであって、弱い力で噛める程度のもの。		
B (歯ぐきでつぶせる食品)	嚥下調整食4	-	-	-	☹ (弱い)	☺ (やや弱い)	かたさ・ばらけやすさ・貼りつきやすさなどのないものであって、歯ぐきでつぶせる程度のやわらかさのもの。		
C (舌でつぶせる食品)	嚥下調整食3	-	-	-	☹☹ (とても弱い)	☹ (弱い)	形はあるが押しつぶしが容易、舌と口蓋間で押しつぶしが可能なもの。離水に配慮した粥など。		
D (ペースト状の食品)	嚥下調整食2	3 × 10 ² ~ 2 × 10 ³	1.5 × 10 ³ 以下	-	☹☹ (とても弱い)	☹☹ (とても弱い)	スプーンですくって食べることが可能なもの。学会分類では、2-1(粒がなく付着性の低いペースト状の粥)、2-2(粒がある離水もなく付着性も低い粥)の2種類ある。		
E (ムース状の食品)	嚥下調整食1j	1 × 10 ³ ~ 1.5 × 10 ⁴	1 × 10 ³ 以下	0.2 ~ 0.9	☹☹ (とても弱い)	☹☹ (とても弱い)	均質で、付着性、凝集性、かたさ、離水に配慮したゼリー・プリン・ムース状のもの。おもゆゼリー、粥のゼリーなど。		
F (ゼリー状の食品)	嚥下訓練食0j	2.5 × 10 ³ ~1 × 10 ⁴	4 × 10 ² 以下	0.2 ~ 0.6	☹☹ (とても弱い)	☹☹ (とても弱い)	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリー。離水が少なく、スライス上にすくうことが可能。		

* 日本摂食リハビリテーション学会嚥下調整食分類2013を合わせてご覧ください。

分類	学会分類2013	他の分類との対応	該当する主な商品名
○(介護予防のための食品)	-	嚥下食ピラミッド L5	やわらか百菜(やわらか常食タイプ)
A (弱い力で噛める食品)	嚥下調整食4	嚥下食ピラミッド L4 UDF区分1 高齢者ソフト食1	やさしい献立、食事は楽し、明治やわらか食、聘珍茶寮、メディケア食品、思いやり堂本便、ホスピタグルメ、おいしく惣菜等(別紙参照) やわらか百菜(やわらか常食、きざみ食タイプ)
B (歯ぐきでつぶせる食品)	嚥下調整食4	嚥下食ピラミッド L4 UDF区分2 高齢者ソフト食2	やさしい献立、食事は楽し、メディケア食品、明治やわらか食、やさしくラクケア、やさしくサポート、やわらか亭、思いやり堂本便、ホスピタグルメ等(別紙参照) あいーと やわらか百菜(きざみ食タイプ)
C (舌でつぶせる食品)	嚥下調整食3	嚥下食ピラミッド L4 UDF区分3 高齢者ソフト食3	やさしい献立、食事は楽し、明治やわらか食、メディケア食品、やさしくラクケア、やわらか倶楽部、おいしくサポート、明治メイバランスビタミンゼリー、明治メイバランスたんぱくゼリー、煮ごりシリーズ、トウフィール、エネプリン、エンジョイおかずゼリー、やわらか倶楽部、やわらか倶楽部HOT、ソフリ、やわらかあいディッシュ、エバースマイル、葛ごり、らくらく食パン、ホスピタグルメ等(別紙参照) あいーと やわらか百菜(ミキサー食)
D (ペースト状の食品)	嚥下調整食2	嚥下食ピラミッド L3 UDF区分4	やさしい献立、食事は楽し、メディケア食品、やさしくラクケア、おいしくミキサー、とろとろ煮込み、明治やわらか食、聘珍茶寮、和風ぷりん等(別紙参照) あいーと やわらか百菜(とろみ食)
E (ムース状の食品)	嚥下調整食1j	嚥下食ピラミッド L1・L2 UDF区分4	やさしい献立、食事は楽し、メディケア食品、やさしくラクケア、おいしくミキサー、とろとろ煮込み、明治やわらか食、聘珍茶寮、和風ぷりん等(別紙参照) やわらか百菜(とろみ食)
F (ゼリー状の食品)	嚥下訓練食0j	嚥下食ピラミッド L0	