



### 美味しく安全をモットーに

～当院の食事についてNo.3～

前号まで当院の食形態分類についてご紹介してきましたが、調理をするのが大変であるという方に今回はご家庭でも手軽に食形態を調整できる商品についてお知らせします。

**表1**のやわらか食品は、レトルトなので、開封してそのまま摂取可能な為、食材を洗う、切る等の工程や煮る蒸す等の調理する手間が省けます。咀嚼・嚥下能力に応じて選択できるよう、パッケージにユニバーサル・デザインフード(UDF)＊が表記されています。

**写真1**の栄養補助食品は、開封するとゼリー状になっているので、とろみ剤を使用しなくても物性が保てます。現在は味の改良もされており、バリエーションも豊富なので飽きずに毎日続けて摂取することも可能です。

咀嚼・嚥下機能が低下すると食欲も低下し低栄養を併発することがあります。食事のみでは、1日に必要な栄養が摂取できないこともある為、その際は少量で栄養補給できる栄養補助食品をお勧めします。当院では、患者様個々の病態に対応できるよう多種ご用意しています。

**写真2**の水分補給ゼリーは、中身は粉末状なのでお湯を加え、カップに移し替えて冷蔵庫で冷やし固めます。その他に、紙パックやレトルトパウチ内にゼリー状の物が入った商品もあります。食事が十分に摂取できない方は、水分摂取量も低下し脱水傾向になる為、当院では水分補給ゼリーの提供もしています。



ここまでレトルト食品を紹介してきましたが、宅配食においても食形態分類に応じたお弁当を提供している会社もあります。

ほとんどの商品が開封してそのまま摂取可能な為、調理する手間が省けてご家庭でも利用しやすいと思います。上記内容の詳細も含め、ご興味のある方は管理栄養士までお気軽にご相談下さい。

**表1 やわらか食品・UDF**

表1 やわらか食品・UDF			当院の食形態分類	
写真	 区分	写真	名称(分類) 加工状態	
	かまなくてよい <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">4</span>		<b>ミキサー食</b> (学会分類2021: 2-1、2-2) ミキサーにかけてペーストにした状態。 とろみ剤でゆるめと強めに調整。	
	舌でつぶせる <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">3</span>		<b>ソフト食</b> (学会分類2021: 3) おかずは委託給食会社の独自製造ムース食を使用。 とろみあんやドレッシング、マヨネーズを掛けて提供。	
	歯ぐきでつぶせる <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">2</span>		<b>細キザミ食</b> (学会分類2021: 4) 2mm角にカット。 咀嚼なくても飲み込める大きさ。	
	歯ぐきでつぶせる <span style="border: 1px solid black; border-radius: 50%; padding: 5px;">2</span>		<b>キザミ食</b> (学会分類2021: 4) 5mm角にカット。 多少の咀嚼は必要な大きさ。	

＊ユニバーサル・デザインフード (略称: UDF)

食品をかたさや粘度に応じて4段階に区分した日本介護食品協議会が制定する規格。この区分を目安に咀嚼・嚥下機能に応じて商品を選択することが可能。



**写真1 栄養補助食品**



**写真2 水分補給ゼリー**



## MEMBERS

### 摂食嚥下チームメンバー紹介



皆さまこんにちは。

歯科口腔外科の高梨園子です。  
この度蓮田病院摂食嚥下チームに参加させて頂きました。

ご存知のように高齢者特に入院介護を必要とする方々にとっての摂食嚥下障害の有無の程度はQOLを左右する大事な要因であり、それは同時に社会的にも注目されつつあるテーマでもあります。

また一方で歯科的口腔衛生管理の重要性も昨今巷間に広がりつつあり歯周病と、糖尿病を始めとした数多の全身疾患との関連性も広く周知が進んできています。

この様な情勢の中、摂食嚥下チームの一員として義歯管理や口腔衛生ケアその他歯科口腔外科の分野で出来る限り貢献できればと思っています。

宜しくお願い致します。

歯科口腔外科医師 高梨園子



### 雨を表すことば ～豆知識～

日本語にはたくさんの雨を表す言葉があります。

- 【白雨】はくう・・・白く見える雨のこと。夕立。にわか雨。
- 【黒雨】こくう・・・空を黒くするほどの土砂降りの大雨。
- 【紅雨】こうう・・・春、花に降り注ぐ雨。
- 【香雨】かうう・・・よい匂いのする雨。雨の美称。
- 【天泣】てんきゅう・・・晴れているのに雨が降る。お天気雨。狐の嫁入り。
- 【鬼雨】きう・・・鬼の仕業かと思うぐらい強く激しい雨。ゲリラ豪雨の和名。
- 【私雨】わたくしあめ・・・かぎられた地域にだけ降るにわか雨。山の上に降りやすい。
- 【青葉雨】あおばあめ・・・初夏の青葉に降り注ぐ雨。翠雨。緑雨。
- 【発火雨】はつかう・・・24節気の春分3/21～清明4/5頃に、やわらかく静かにそそぐ雨。
- 【洒涙雨】さいるいう・・・7月7日の七夕に降る雨のこと。
- 【雨催い】あめもよい・・・今にも雨が降り出しそうな空。雨模様。