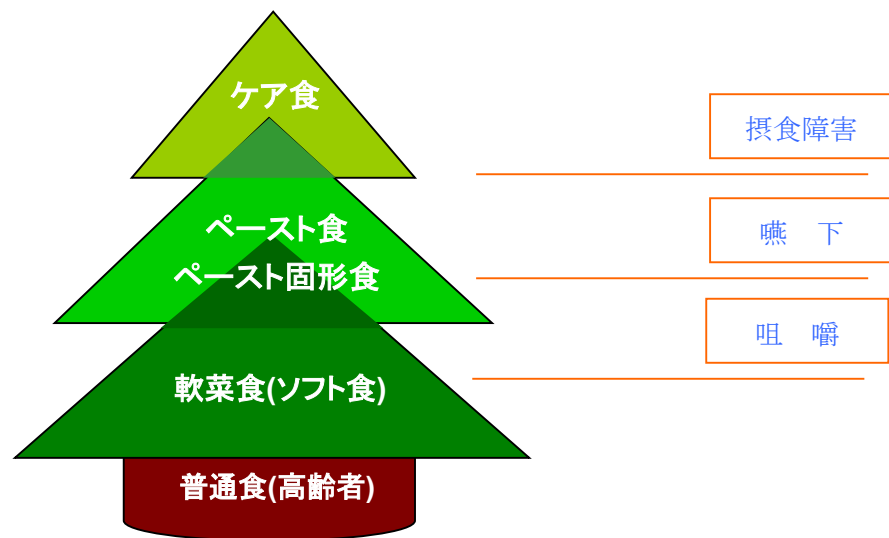


なごやかハウス食事形態



高齢者の方にとって、楽しく美味しく、安全に食べていただける食事を目指しています。

咀嚼・嚥下状態にあった食事を提供するための調理手順・提供食事形態です。

なごやかハウス栄養士

食事形態について

主 食

形 態	米と水の割合(例)	仕上がり
米 飯	1 : 1.5	軟らかめのご飯（水は米重量 1.3 倍強。お米と同じ体積）
軟 飯	1 : 2	米飯に比べ水分が多くより軟らかい。水分でお米がふっくらした状態
全 粥	1 : 5	表面に水分はないが水分をふっくら含んだお粥
7 分粥	1 : 7	器に入れると表面に少し水分がある
5 分粥	1 : 10	水分が 7 分粥より多く約半分が米粒
3 分粥	1 : 20	米粒が少なくほとんど水分
ペースト粥	1 : 5 + ゲル化剤	粒がなくペースト状。全粥をミキサーにかけてゲル化剤で固めたもの

※7 分粥・5 分粥・3 分粥は指示があった場合に対応

副 食

献立	形 態	備 考
普通食	普 通	軟らかく食べやすく調理したものを 1 口大の大きさに切って提供 咀嚼、嚥下機能に問題ない方、箸・スプーンで適切に切って食べられる方に適応
	一口大	普通食より小さくスプーンですくえる程度の大きさに切ったもの 箸・スプーンで切る動作ができない方、一度に大量に口に入れる可能性のある方に適応
	きざみ	普通食をフードプロセッサなどを用い、きざんだもの 歯のない方、咀嚼機能の低下がみられる方に適応
軟菜食	ソフト食	食材をゲル化剤で固めた物・ムース食材などを組み合わせたもの 歯のない方、咀嚼・嚥下機能の低下がみられる方に適応 <u>施設により、「一口大」や「きざみ」と組み合わせ提供</u>
ペースト食	ペースト固形	ゼリー・ムース食材などを中心に組み合わせ提供 小さな粒でも嚥下に障害を及ぼす方に適応
	ペースト	ミキサーなどを用い、粒のないペースト状に調理したもの 小さな粒でも嚥下に重度の障害を及ぼす方に適応
ケア食		栄養機能食品を組み合わせ、栄養を確保するもの ※少ない量で栄養が摂れる

水 分

お茶・イオン水は通常の物と嚥下困難な方にはゼリータイプのものを厨房で調理して提供

軟菜食(ソフト食)について

軟菜食は、咀嚼・嚥下に問題があり、誤嚥の危険があると思われる方を対象としている。咀嚼・嚥下を助けるために、ゲル化剤・トロミ剤を使用し調理をする。

特に、食べた時に固形物と水分が口の中で分かれるものは、水分だけが喉を速く通過し危険が伴うため、トロミをつけたり、固形にして提供する。

◎固形化した場合の出来上がり；スプーンでかるく押して壊れる・舌でつぶせる硬さ



軟菜食(ソフト食)の調理（例） (ゲル化剤を使用する場合)



① 材料、水分、ゲル化剤を計量する。

※ ゲル化剤は材料の 0.7～1.2%とする。



② 材料をフードプロセッサー又は、ミキサーにかける。



③ 材料とゲル化剤を混ぜ、80℃以上になるまで加熱する。

※ 加熱は量により鍋やスチームコンベクションで行う



④ 型に流し、冷やし固める。



⑤ 盛り付ける。



＜提供する前には＞

必ず試食をし、味・硬さを確認して提供する。

硬さは食材に応じて出来上がりに違いがあり、形やクラッシュ状など提供に注意する。

軟菜食(ソフト食)の仕上がり (例)

主 菜

鯖の味噌煮

=

鯖のムース味噌煮



焼き魚



大根と鶏肉の煮物

=

ソフト大根と鶏ムース



牛肉のしぐれ煮



味噌おでん

=

やわらかおでん



パンバンジー



副 菜

トマトサラダ

=

ソフトトマト



豆腐と卵の味噌かけ

=

豆腐と軟らか卵の味噌かけ



胡瓜としらすの酢の物



トマトとブロッコリーのサラダ



キノコのマリネ



海老のケチャップ炒め



海老と玉ねぎのサラダ



きんぴらごぼう



ケア食について

咀嚼・嚥下機能に問題がある方、摂取量が少ない方に栄養量を確保して提供する。
状態によって栄養剤の使い分けをし、栄養飲料をプリン状に固めて提供する場合もある。
栄養機能食品を組み合わせる。