

ユニバーサルデザインフード

ユニバーサルデザインフードとは、**年齢や障害の有無にかかわらず、普段の食事から介護食まで多くの人**が利用できる**ように考えられた食品**です。



日本介護食品協議会が制定した規格に適合する商品だけにマーク（左図）が示されており、どの商品にも「かたさ」や「粘度」の規格により4区分を表示しています。今回は4つの区分のうち、飲み込みの機能が弱い方に向けた2つの区分について当院の食事を交えながらご紹介します。

区分3：舌でつぶせる

細かいまたはやわらかければ食べられる、水やお茶が飲み込みづらいことがある人向けの食事です。

- ・食材は小さくカットしてある
- ・食材を一度つぶして再成型したムース状の食品も

例) 全粥、魚のほぐし身、スクランブルエッグ
→**口の中でまとまりやすいよう粘りにも配慮が必要**



区分4：かまなくてよい

固形物は小さくても食べづらく、水やお茶が飲み込みづらい人向けの食事です。

- ・ペースト状やゼリー状など固形物を含まない
- ・均質でなめらかな状態

例) 具なし茶碗蒸しゼリー、ヨーグルト、プリン
→**密度が均一でばらばらになりにくいのがポイント**



嚥下食に必要なのは「やわらかさ」や「噛みやすさ」だけではありません。口の中でまとまりやすく、飲み込みやすいということが重要です。食品を適切に用いて、安全な食事を心がけましょう。 管理栄養士：松井花音

掲示許可シール
貼付スペース