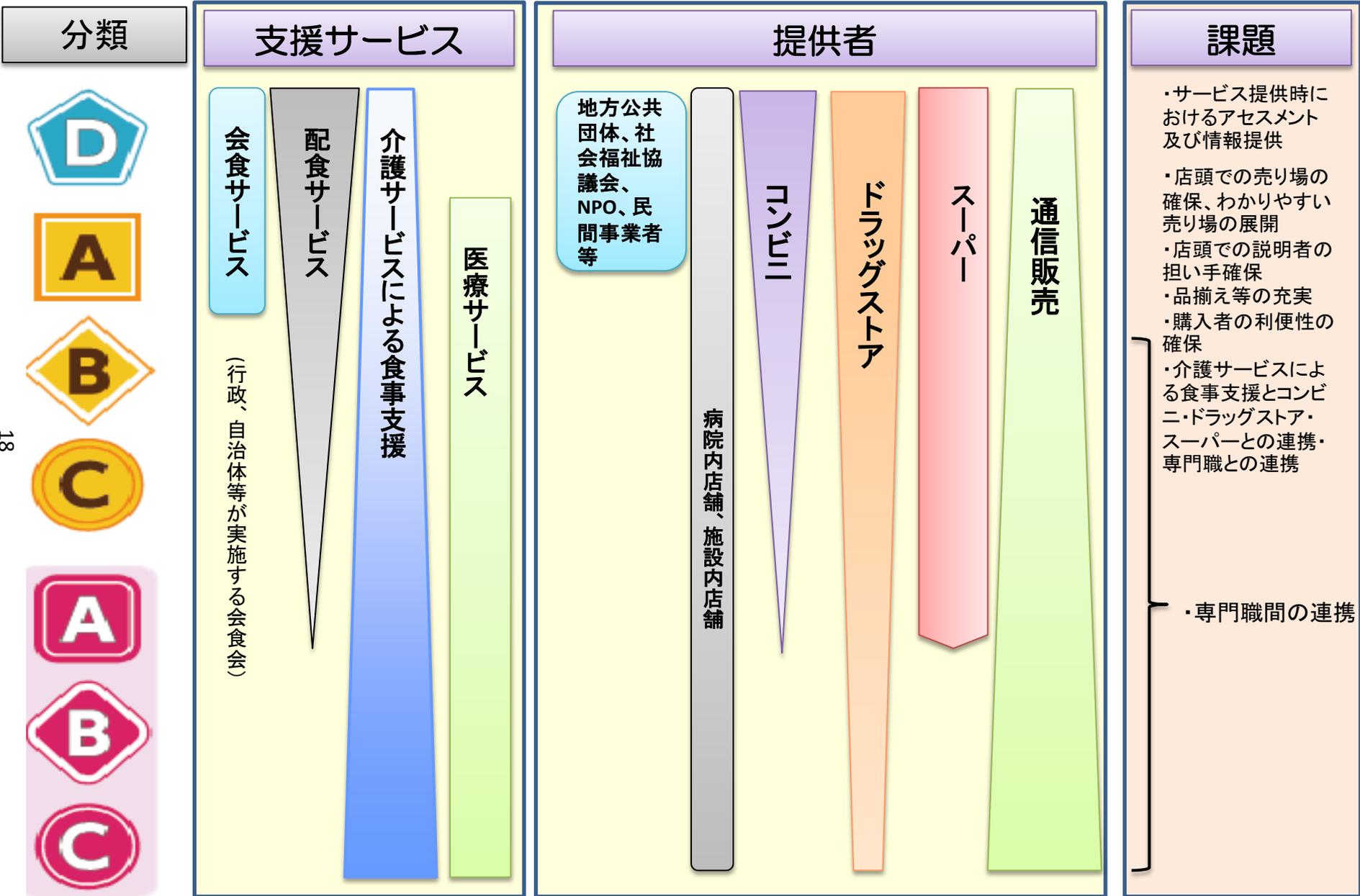


分類	学会分類 2013	他の分類との対応	該当する主な商品名
青D(介護予防のための食品)	-	嚥下食ピラミッドL5	管理栄養士等への相談の結果を受けて、個別に対応。 該当する主な商品の一例：やわらか百菜(やわらか常食タイプ)等
黄A(弱い力で噛める食品)	嚥下調整食4	嚥下食ピラミッドL4 UDF区分1 高齢者ソフト食1	おいしく惣菜、思いやり堂本便、食事は楽し、聘珍茶寮、ホスピタグルメ、明治やわらか食、メディケア食品、やさしい献立、やわらか百菜(やわらか常食、きざみ食タイプ)等
黄B(歯ぐきでつぶせる食品)	嚥下調整食4	嚥下食ピラミッドL4 UDF区分2 高齢者ソフト食2	あいーと、思いやり堂本便、食事は楽し、ホスピタグルメ、明治やわらか食、メディケア食品、やさしい献立、やさしくサポート、やさしくラクケア、やわらか亭、やわらか百菜(きざみ食タイプ)等
黄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	あいーと、エネプリン、エバースマイル、エンジョイおかずゼリー、おいしくサポート、葛ごり、食事は楽し、ソフリ、トウフィール、煮こごりシリーズ、ホスピタグルメ、明治メイバランスたんぱくゼリー、明治メイバランスビタミンゼリー、明治やわらか食、メディケア食品、やさしい献立、やさしくラクケア、やわらかあいディッシュ、やわらか倶楽部、やわらか倶楽部HOT、やわらか百菜(ミキサー食)、らくらく食パン等
赤A(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	あいーと、おいしくミキサー、食事は楽し、とろとろ煮込み、聘珍茶寮、明治やわらか食、メディケア食品、やさしい献立、やさしくラクケア、やわらか百菜(とろみ食)、和風ぷりん等
赤B(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	おいしくミキサー、食事は楽し、とろとろ煮込み、聘珍茶寮、明治やわらか食、メディケア食品、やさしい献立、やさしくラクケア、和風ぷりん等
赤C(ゼリー状の食品)	嚥下訓練食0j	嚥下食ピラミッドL0	エンゲリード、ブイ・クレスゼリー、プロッカZn等

(商品名：五十音順)



医療サービス・・・訪問診療、訪問看護、訪問栄養指導、訪問リハビリテーション 等

介護サービスによる食事支援・・・訪問看護、訪問栄養指導、訪問リハビリテーション、訪問介護、デイサービス、ショートステイ 等

- ・食事内容を記録する手帳や日頃の検診結果などについても確認してみてください。
- ・65歳以上の高齢者の方の場合、以下のいずれかに該当した場合、低栄養のリスクが疑われます。

①6ヶ月に2～3kgの体重減少

②BMI (BMI = 体重(kg)÷(身長(m)×身長(m)))=18.5未満

③血清アルブミン値3.5g/dl以下

店頭では、①を確認してみてください。可能であれば、②についても併せて確認ください。

- ・噛むことに問題のある方については、義歯の状況(義歯が合っているか等)をかかりつけの歯科医師でみてもらっているか、食事の際に注意することを歯科医師や歯科衛生士から指導を受けていないかなどを確認ください。
- ・認知症の方など義歯を入れることが困難な方以外で、面倒だからと「舌でつぶせる」黄Cを選択する方などがいたら、一度、歯科医師に相談することをおすすめください。

・低栄養の方には、管理栄養士への相談、あるいは店頭での簡易な栄養バランスのチェックなどを試してみるのも有効です。既に活用されている栄養状態のチェックのためのツールなどをご活用下さい。

・下にいくほど、食品に含まれる栄養素が低下する傾向にあるので、管理栄養士等へ相談した結果に応じて栄養素等の過不足についてアドバイスできるとよいでしょう。

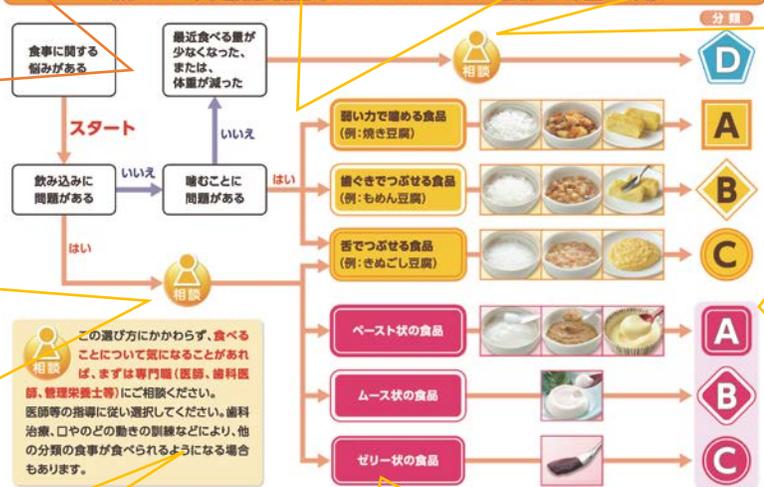
※腎臓病、糖尿病、高血圧症といった食事に配慮が必要な疾病を抱えた人には、医師、管理栄養士等の指導の下に食事をとる必要があり、安全かつ有効な摂取方法について十分注意してください。

・水を飲んだ時にむせるなど飲み込みに問題のある方には、かかりつけの医師、歯科医師、言語聴覚士、看護師、歯科衛生士等に噛むこと・飲み込むことの相談等を受けているかを確認ください。

・食事内容を記録する手帳等によって把握出来る場合は、「スマイルケア食」のどの分類を奨められているか確認してください。

・栄養や飲み込みの相談ができる地域の医療機関、施設等をリストアップしておき、日頃から、連携できるようにしておくとよいでしょう。

新しい介護食品(スマイルケア食)の選び方



・歯科治療や口やのどの動きの訓練をしてくれる医療機関・施設等の情報も併せて把握しておき、連携できるようにしておくとよいでしょう。医師等への定期的な相談によって、食べることのできる食品の範囲を広げられる可能性もあります。よりよい食生活のために、様々な情報発信を心がけてみてください。

～店頭での活用の参考となる栄養に関する簡易チェックツールの例～

・MNA-SF (Mini Nutritional Assessment)

高齢者の栄養評価スケール（最大 14 ポイントで、食欲不振、体重減少、歩行の状況、ストレス、神経・精神的問題の有無、BMI（BMI が測定できない人はふくらはぎの周囲長で判定）

低栄養：0～7 ポイント、低栄養のおそれあり：8～11 ポイント

・「食事バランスガイド」（厚生労働省・農林水産省決定）

毎日の食事を 主食／副菜／主菜／牛乳・乳製品／果物 の 5 つに区分し、区分ごとに「つ (SV)」という単位を用いて表しているもの。食事の適量（どれだけ食べたらいいか）は性別、年齢、身体活動量によって異なる。

※この 2 つのツールを併せて活用することを想定。

～店頭での活用の参考となる嚥下に関する簡易チェックツールの例～

・EAT10 (ネスレ ヘルスサイエンス カンパニー)

食事や飲み込みに関する 10 個の質問にこたえる。若年者と高齢者の両方に対応できる。

一項目に 1～4 の点数を入れ、合計点数が 3 点以上の場合、嚥下機能についてより詳しい検査を検討することが望まれる。

・飲み込みチェックシート (新宿区)

食事や飲み込みに関する 15 個の質問にこたえる。1 項目ごとに該当する頻度を 3 段階（A しばしば、たいへん等、B ときどき、C なし）で回答し、A が 1 つ以上あれば、専門家への相談を推奨している。

・摂食・嚥下障害チェックシート (多摩立川保健所)

食事や飲み込みに関する 9 個の質問にこたえる。該当する項目が 1 つ以上あれば、専門家への相談を推奨している。また、各質問内容についても、説明書きがあり、摂食・嚥下障害を疑うべきチェックポイントについて、詳細を知ることができる。