

東京慈恵会医科大学附属病院

嚥下調整食

- 嚥下障害のある場合には、嚥下調整食の選択を検討する。
- 嚥下調整食は「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2013」に則したコードを使用し、嚥下機能に合わせて選択する。
- 嚥下調整食は特別治療食には原則対応していない(塩分については6g未満に調整済みである)。

基準値

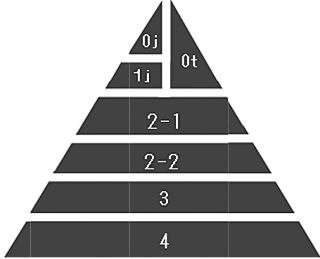
食種	嚥下訓練食品 0j	嚥下訓練食品 0t	嚥下調整食 1j	嚥下調整食 2-1	嚥下調整食 2-2
食種コード	EN0J	EN0T	EN1J	EN21	EN22
主食対応	フルツゼリー	とろみほうじ茶	全粥ミキサーゼリー(冷)	全粥ミキサーゼリー(温)	全粥粒ゼリー(温)
副食対応	昼: ブイレスゼリー	とろみジュース	朝:ヨーグルト 昼:エンジョイゼリー 夕:プリン or 卵豆腐 or 冷奴	ミキサー1/2 とろみほうじ茶	ミキサー全量 とろみほうじ茶
エネルギー	220kcal	220kcal	500kcal	900kcal	1300kcal
たんぱく質	0g	0g	13g(10%)	30g(13%)	50g(15%)
脂質	0g	0g	8g(15%)	20g(20%)	30g(20%)
炭水化物	42g(100%)	9g(100%)	95g(75%)	150g(67%)	210g(65%)
塩分	0g	0g	0.5g	3.2g	6.0g
水分	200ml	800ml	600ml	1900ml	2200ml

食種	嚥下調整食 3	嚥下調整食 4
食種コード	EN31	EN41
主食対応	全粥粒ゼリー(温)	全粥
副食対応	細かいきざみ とろみ とろみほうじ茶	きざみ とろみ とろみほうじ茶
エネルギー	1300kcal	1300kcal
たんぱく質	55g(18%)	55g(18%)
脂質	30g(26%)	30g(26%)
炭水化物	200g(12%)	200g(12%)
塩分	6.0g	6.0g
水分	2200ml	2300ml

※トロミ剤（第三）
嚥下調整食 2-1、2-2、3、4 の
とろみお茶の代替品



【嚥下・摂食リハビリテーション学会分類 2013
嚥下レベルコード概念図】



※お茶ゼリー（柏）
嚥下調整食 1j に付属および、
嚥下調整食 2-1、
嚥下調整食 2-2 の
とろみお茶の代替品



【嚥下食写真】

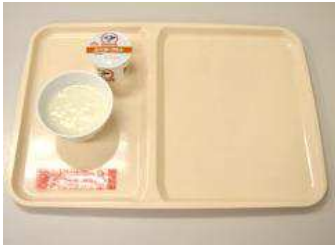
嚥下訓練食品 0 j
フルツゼリー
昼：ブイレスゼリー付



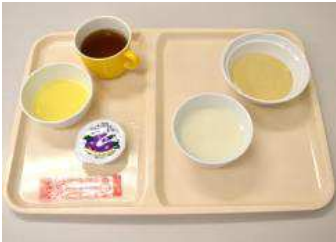
嚥下訓練食品 0 t
とろみほうじ茶
とろみジュース



嚥下調整食 1 j
主食：全粥ミキサーゼリー（冷）
朝：ヨーグルト、昼：エンジョイゼリー
夕：プリン、卵豆腐、奴豆腐



嚥下調整食 2-1
主食：全粥ミキサーゼリー（温）
副菜：ミキサー1/2、とろみほうじ茶



嚥下調整食 2-2
主食：全粥粒ゼリー（温）
副食：ミキサー全量、とろみほうじ茶



嚥下調整食 3
主食：全粥粒ゼリー（温）
副食：細かいきざみとろみ混ぜ
とろみほうじ茶



嚥下調整食 4
主食：全粥
副食：きざみとろみ混ぜ
とろみほうじ茶



嚥下食の形態（虎の門病院 食事療養の指針抜粋）

	開始食	嚥下食Ⅰ	嚥下食Ⅱ	移行食
食事回数	1回（朝食のみ）	3回	3回	3回
食事形態	機能評価のための フードテストとして スライス法 ^{#1} で 重力だけで咽頭部 をスムーズに通過 する物性のゼリー ^{#2}	食物繊維・筋原線 維が少なく、粘膜 への付着性が低い 食材のゼリー ^{#2}	食物繊維・筋原線 維は若干含むが、 粘膜への付着性が 低いゼリー ^{#2}	舌で押しつぶせる 硬さで、つぶした 時に食塊が砕けて バラける形態 液体の料理のため に、嚥下補助食品 ^{#3} を1本付加
学会分類	嚥下訓練食 0j	嚥下調整食 1j	嚥下調整食 1j	嚥下調整食 3
主食	なし	ゼリー ^{#4} にて選択 可	ゼリー ^{#4} にて選択 可	ゼリー ^{#4} にて選択 可
主菜		魚ペーストゼリー 鶏肉ペーストゼリー	五分菜に準じた、 ミキサーゼリー	五分菜に準じる
副菜		野菜・芋のうらご し ペーストゼリー	野菜・芋の ペーストゼリー	
汁		スープゼリー	スープゼリー	
その他	市販ゼリー はちみつゼリー お茶ゼリー	ミルクゼリー 市販ゼリー お茶ゼリー	ミルクゼリー 市販ゼリー お茶ゼリー	お茶ゼリー

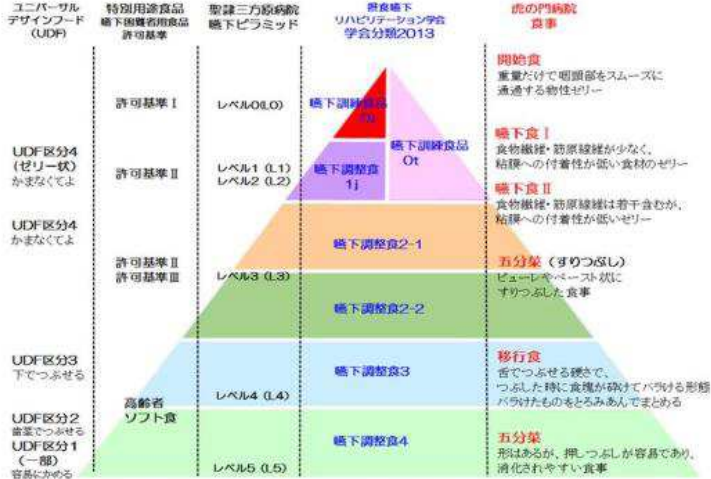
- #1 スライス法とは、スプーンで扁平状にゼリーをすくう方法
- #2 口腔内で溶けず、離水性が低く、粘膜への付着性の低いゼリーの形態を作るのに適したゲル化剤で
- ある「増粘多糖類」を凝固剤として利用したゼリー。
- #3 増粘多糖類を原料とするろみ調整剤。
- #4 付着性の低いゼリーの形態を作るために適したゲル化剤である「でんぷん分解酵素を含む増粘多糖類」を凝固剤として利用したゼリー。
- ※喫食に時間を要する対象が多いため、ゼラチンゼリーは適度な形態を維持しにくく且つ離水しやすいため適していない。

食事のレベルが患者の摂食嚥下能力に適合しているか判定する条件項目

1. むせないで（少なく）飲み込みがスムーズ
2. 食事時間は 30 分以内
3. 摂食量が必要量の 3 分の 2 以上
4. 食事前後の脈拍や呼吸数、SpO2 の変化や疲労度が少ない、
5. 発熱痰の著増その他感染所見がない



誤嚥を防ぐための当院の嚥下食レベル区分



食種名は各施設の任意であるためレベル区分も施設ごとに異なります。

虎の門病院の嚥下食

□ 開始食（嚥下訓練食 0j）



□ 嚥下食Ⅰ（嚥下調整食 1j）



自助食器

対応可能



<断面図>



虎の門病院の嚥下食

□ 嚥下食Ⅱ (嚥下調整食1)



□ 五分粥食 (嚥下調整食2) すりつぶし



虎の門病院の嚥下食

□ 移行食 (嚥下調整食3)



□ 五分粥食 (嚥下調整食4)



北里大学北里研究所病院

食種	嚥下困難食 1	嚥下困難食 2	嚥下困難食 3
			
特徴	栄養補助食品を 取り入れたミキサー食	栄養補助食品を 取り入れた半固形態食	三分食に準じた半固形態食
主食	全粥 50g	全粥 150g	全粥 150g
主菜	空也蒸し ミキサー	空也蒸し	蒸しミートローフ
副菜	フリックゼリー エナチャーシ 給食塩 (0.5g)	裏ごし野菜 (南瓜) フリックゼリー エナチャーシ 給食塩 (0.5g)	南瓜のあんかけ フリックゼリー エナチャーシ 給食塩 (0.5g)
飲み物	お茶とろみ付き	お茶とろみ付き	お茶とろみ付き
エネルギー	600kcal	700kcal	1000kcal
蛋白質	30g	40g	50g
脂質	12g	15g	20g
糖質	93g	101g	155g
塩分	3.0g	4.0g	5.0g

※とろみの濃度は3段階（はちみつ、ヨーグルト、ジャム状）

※嚥下3は、刻み・ミキサーの個別対応あり

国際医療福祉大学三田病院

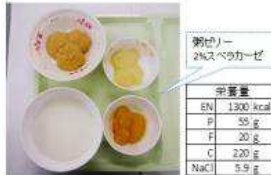
当院の嚥下調整食

食種名	リハビリ室で対応	リハビリ室で対応
分類名称	嚥下訓練食 0 j	嚥下調整食 0 t
内容	エンゲリード	中間の とろみ茶
味	アップル味	
内容量	78 g	180m l
栄養価	EN 50 kcal P 0 g F 0 g C 12.5 g Na 35mg	

当院の嚥下調整食

食種名	五分粥食	軟菜食
分類名称	嚥下調整食 4	嚥下調整食 4
		
主食	五分粥 300g	全粥 300g
副食	五分粥食	軟菜食
概要	野菜の茎部を使用しない 煮る・蒸す・ゆでる で調理した水分の多い 柔らかい食事	固い野菜を使用しない 揚げる以外の方法で調理した食事 きざみ対応可能

当院の嚥下調整食

食種名	セレクト食	ムース食
分類名称	嚥下調整食 1 j	嚥下調整食 1 j
		
主食	粥ゼリー 選択可	粥ゼリー 300g
副食	ゼリー・プリンなど選択可	五分粥食：ムース状
概要	主食・嚥下ゼリー・ アイスクリーム等の 中から3品まで選択し提供	五分粥食をムース剤で固形化 粥ゼリー (全粥ミキサー＋2%スベラカーゼ) を主食とした食事

当院の嚥下調整食

食種名	ミキサー食	
分類名称	嚥下調整食 2-1	嚥下調整食 2-2
	コメント付加：全てミキサー 	コメント付加：副食のみミキサー 
主食	全粥ミキサー 300g	とろみ付き粥 300g
副食	五分粥食：ペースト状	五分粥食：ペースト状
概要	五分粥食をミキサーで粒のないペースト状にし、とろみ剤添加 全てミキサーの主食は 全粥ミキサー（とろみ剤添加なし） 副食のみミキサーの主食は とろみ付き粥（0.3%ムース剤添加）	

当院の嚥下調整食

食種名	とろみ食													
分類名称	嚥下調整食 3													
	コメント付加：きざみ  とろみ付き粥 <table border="1" data-bbox="544 386 642 483"> <thead> <tr> <th colspan="2">栄養量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>EN</td> <td>1,400 kcal</td> </tr> <tr> <td>P</td> <td>60 g</td> </tr> <tr> <td>F</td> <td>25 g</td> </tr> <tr> <td>C</td> <td>240 g</td> </tr> <tr> <td>NaCl</td> <td>5.9 g</td> </tr> </tbody> </table>	栄養量		EN	1,400 kcal	P	60 g	F	25 g	C	240 g	NaCl	5.9 g	 きざんだ副食にとろみ液を加えてよく混ぜる とろみ液： とろみ剤 2% 水溶液 (濃いとろみ相当)
栄養量														
EN	1,400 kcal													
P	60 g													
F	25 g													
C	240 g													
NaCl	5.9 g													
主食	とろみ付き粥 300g													
副食	五分粥食：きざみ+とろみ和え													
概要	5分食きざみにとろみを和えて提供する お茶はとろみ茶（薄い～中間のとろみ）													



● 加工の大きさ目安表 ●

一口大	きざみ	極きざみ
		
2cm大	5mm大	3mmより小さい
飲み込みに問題ないが 噛み切ったり、箸で切ったり できない人向け 箸で持てる大きさ	咀嚼しないで丸呑み できる細かさ 米粒～大豆未満くらいの大きさ	細かい粒状 やりすぎるとペーストと変わら ないのでやりすぎ注意 ゴマ粒くらいの大きさ
〔例〕 大きな野菜の乱切りは半分に カレーの野菜や2cm程度の乱切り、 ブドウ等はそのまま提供可 肉・魚・オムレツ等も2cm角大でOK	〔例〕 魚はほぐし Mixベジのグリーンピースやスナップエンドウの 豆粒はそのままだと大きいので半分程度に	〔参考〕 フードプロセッサーにかけるとできる 包丁では・・・ バラけず・まとまるまで、よく刻む

M221 加工大きさ目安表

○ とろみ調整剤 ○

とろみ剤	ムース剤	おかゆ用ムース剤
トロミパワースマイル	ミキサー&ソフト	スペラカーゼ
		
○なににつかう？ ・ミキサー食 ・とろみ液 ・とろみ茶	○なににつかう？ ・ムース食 ・とろみ付きおかゆ	○なににつかう？ ・おかゆゼリー *70度以上の加熱必須
少量でしっかりとろみが つくタイプのとろみ剤 飲み物やミキサー食に	食材と一緒にミキサーに かけるとムース食ができる 食材重量の2%くらいを 加えるのが使用量の目安	熱いお粥と一緒にミキサーに かけるとおかゆゼリーができる 酵素の力でべたつかない 安全に飲み込めるゼリーになる
 (小さじ 5cc): 1.3g	 (小さじ 5cc): 1.3g	 (小さじ 5cc): 1.3g

M220 とろみ剤の種類

とろみ剤使用量の目安

 すりきり 1 杯 1.3g
5cc 計量スプーン

○ とろみ液
1000ml に対して とろみ剤 20g

例)  お粥 3000ml
とろみ剤 60g

○ お茶
180ml に対して とろみ剤 1.3g

<ほみまでいれて 180ml>  すりきり 1 杯

○ 汁もの
120ml に対して とろみ剤 1.3g

120ml  すりきり 1 杯

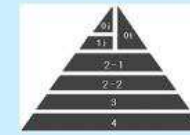
嚥下食基準表

分類	嚥下食1 (開始食)	嚥下食2	嚥下食3	嚥下食4	嚥下食5 (移行食)
形態	ゼリー状	ゼリー状または プリン状	ペースト状	ペースト状を 固形化	キザミ状、柔らかく、 パサつかないもの
食種	3点セット (エンゲリード)	3点セット (3点ゼリー、とけないアイス)	3分菜主食全粥 (主食・副食ペースト)	3分菜主食全粥	5分菜主食全粥
エネルギー	1食あたり 18～36kcal	1食あたり 45～88kcal	1日あたり 1500kcal ※主食 1/2 量 の場合 1200kcal	1日あたり 1500kcal ※主食 1/2 量 の場合 1200kcal	1日あたり 1700kcal ※主食 1/2 量 の場合 1400kcal
水分量	1食あたり 24～48ml	1食あたり 55～80ml	1日あたり 1800ml ※主食 1/2 量 の場合 1400ml	1日あたり 2000ml ※主食 1/2 量 の場合 1600ml	1日あたり 1900ml ※主食 1/2 量 の場合 1500ml
備考	1食に2個まで可能 ※グレープ味、アップル味の2種類有り	ゼリーはピーチ・グレープ・オレンジ味の3種類有り ※とけないアイスは抹茶・あずき味の2種類有り	主食:全粥ゼリー 汁物:トロミ付き コメント: ・飲む牛乳禁 ・ジュース禁	コメント: 主食ペーストで全粥ゼリー可能 コメント: ・嚥下困難で汁物トロミ付き可能 ・飲む牛乳禁 ・ジュース禁	コメント: 主食ペーストで全粥ゼリー可能
使用できるゼリーなどの製品	エンゲリード	・ぶたゼリー ・とけないアイス風デザート ・サンキストゼリーは使用禁止	・おいしくビタミンマスカット (誕生日用ゼリー) ・トゥフィール ・ブリックゼリー		

※ 嚥下食3～嚥下食5までは治療食に対応可能

済生会中央病院の 嚥下食1～嚥下食5

()内は日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類



日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類2013

嚥下食1(嚥下訓練食品0j)



エンゲリード(アップル味・グレープ味)

嚥下食2(嚥下調整食1j)



市販ゼリー、アイス風デザート

嚥下食3(嚥下調整食2-1)



全粥ゼリー、トロミ付き味噌スープ、エビ蒸し物あんかけ
南瓜鶏そぼろ煮、ゼリー、梅びしお

嚥下食4(嚥下調整食3)



全粥、トロミ付き味噌スープ、エビ蒸し物あんかけ
南瓜鶏そぼろ煮、ゼリー、梅びしお

嚥下食5(嚥下調整食4)



全粥、味噌汁、カラスガイ照り焼き
ピーナツ和え、ゼリー、梅干し