

「ユニバーサルデザインフード」の上手な選び方



在宅で利用される方々が商品を選ぶ際の目安として、「区分1~4」、「とろみ調整」で分けしました。

スタート

1つでもあてはまることがありますか？

- 固いものがかみきれなくなった
- 口が渇きやすくなった
- むせやすくなった(時々むせることがある)
- 歯の治療中である

1つもあてはまらない

ご家族と一緒にの食事をお召し上がりください



あてはまることもある

かむことに重要な障害がある または、水やお茶が飲み込みにくい

いいえ

はい

医師や専門家にご相談ください

普通~やわらかめのごはんが食べられる

おかゆが食べられる

大きいものが食べられる

一口大のものなら食べられる

細かいものなら食べられる

食べ物が普通に飲み込める

区分	区分1 容易にかめる	区分2 歯ぐきでつぶせる	区分3 舌でつぶせる	区分4 かまなくてよい	
かむ力の目安	かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくまたはやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい	
飲み込む力の目安	普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい	
食品形態の目安	主食	ごはん~やわらかごはん	やわらかごはん~全がゆ	全がゆ	
	主菜	豚の角煮	煮込みハンバーグ	鶏肉のそぼろあん	
	副菜	焼き魚	煮魚	魚のほぐし煮(とろみあんかけ)	
	デザート	厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	
調理例	リンゴのシロップ煮	リンゴのシロップ煮(一口大)	リンゴのシロップ煮(つぶし)	やわらかアップルゼリー	
物性規格	かたさ上限値 N/m ² 粘度下限値 mPa·s	5×10 ⁵	5×10 ⁴	ゾル: 1×10 ⁴ ゲル: 2×10 ⁴ ゾル: 1500	ゾル: 3×10 ³ ゲル: 5×10 ³ ゾル: 1500

※食品のメニュー例で商品名ではありません。

区分選択の目安にお使いください。

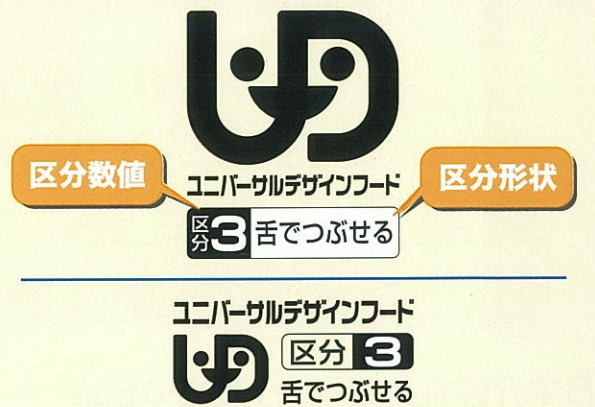


「ユニバーサルデザインフード」のロゴマークについて

日本介護食品協議会では、「ユニバーサルデザインフード」のロゴマークを作成いたしました。今後、利用される方が選びやすいようにロゴマークを「ユニバーサルデザインフード」の商品やパンフレットに記載していきます。



商品パッケージ表示例



とろみ調整

とろみ調整の商品は、飲み物や食べ物にとろみをつけてまとまり感を出し、飲み込みやすくするためのものです。

とろみ調整とは...

- いつでも簡単にとろみをつけることができます。
 - ユニバーサルデザインフードのどの区分の目安の方でもご利用いただけます。
 - 粉末状のとろみをつける商品や、ゼリー状にできるもの、味の付いているとろみ飲料やとろみ食品、とろみをつけるあんにしてある商品などがあります。
- 粉末状「とろみ調整」商品の上手な使い方
各商品パッケージに、どれくらいの量を入れると、どのようなとろみがつくかが記載されています。よくお読み頂いた上で、ご利用ください。

● 飲み物に利用 ●

冷たいものでも温かいものでも簡単にとろみがつけられます。

少しずつお飲み物に入れながら、よく溶かしてください。



◎とろみをつけたお茶

商品によってはとろみがつくまでに若干時間のかかるものがあります。とろみがついたことを確認してからお召し上がりください。

● 食べ物に利用 ●

お食事にまとまり感をつけられます。

パサつくものや小さく切った食べ物に「とろみ調整」の商品を使ってあんかけを作ってください。

小さく切ったりやわらかくした食べ物に「とろみ調整」の商品であんを作ってください。



◎白身魚の和風あんかけ

お食事はミキサーなどにかける時は、粉末状「とろみ調整」の商品と一緒に混ぜます。(とろみのついたあんなどを作って一緒にミキサーにかけると均一に作れます。)

注意

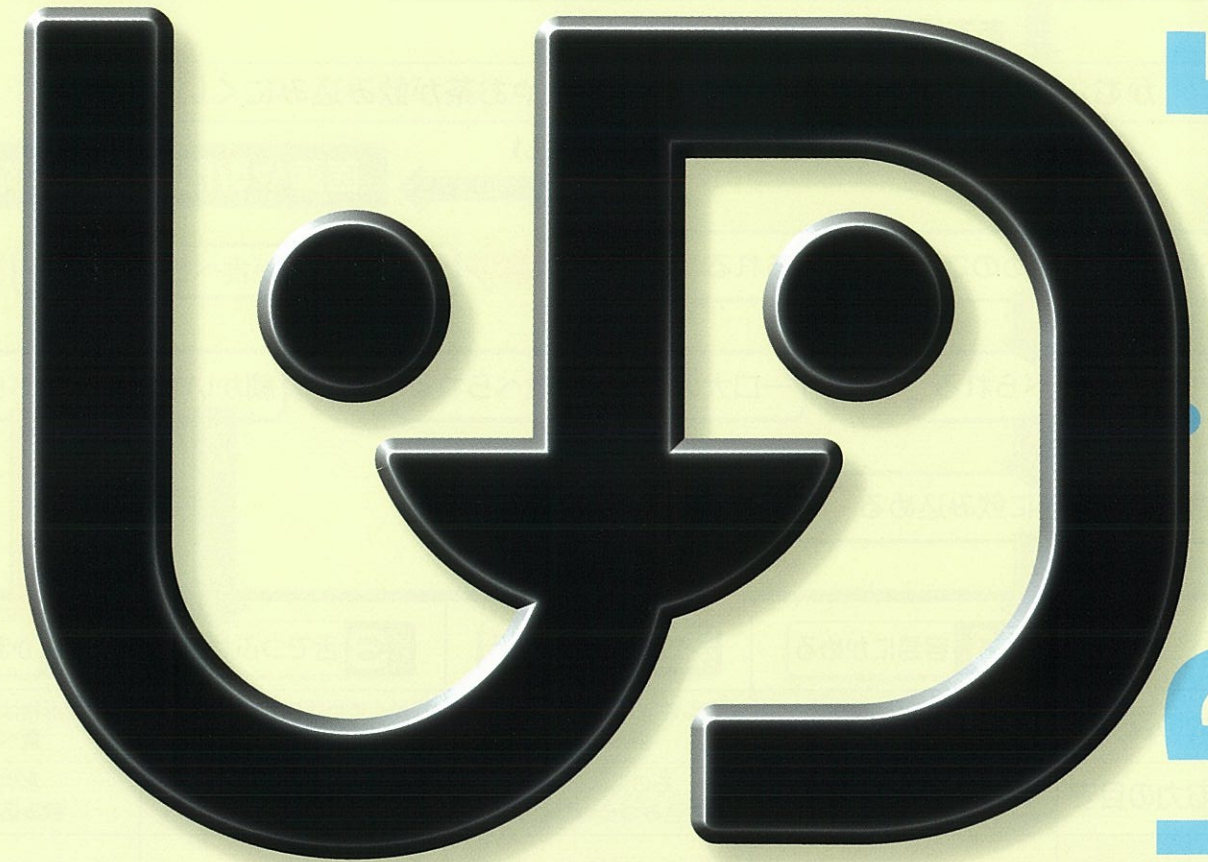
- ※ 食べ物や飲み物が飲み込みにくい方は、医師や専門家にご相談下さい。
- ※ 飲み物の温度や種類、量によってとろみのつき方が異なる場合があります。

監修: 手嶋登志子・大越ひろ

※「ゾル」とは、液体、もしくは固形物が液体中に分散しており、流動性を有する状態をいう。「ゲル」とは、ゾルが流動性を失いゼリー状に固まった状態をいう。

食べる楽しみをすべての人に

Universal Design Foods



ユニバーサルデザインフード

www.udf.jp

日本介護食品協議会
JAPAN CARE FOOD CONFERENCE



「日本介護食品協議会」設立の経緯

高齢化社会がますます顕著になり、介護を要する階層も増大しつつあります。このような状況を反映し介護食品のニーズは今後いっそう高まるものと想定されます。そこで、介護食品が利用者ならびに指導される方に円滑に受け入れられ、かつ安心して使用できるような一定の基準を設け、関連する情報提供や普及啓蒙活動等を図ることにより、国民の健康の維持・増進に寄与するとともに業界の健全な発展に資するために2002年4月日本介護食品協議会が設立されました。協議会は、食経験豊かな利用者の「美味しく食べたい」という願いに応えるべく、衛生・安全性、誤嚥の防止は当然のことながら、美味しさ・食べやすさ・使いやすさというものを追求しQOL(クオリティーオブライフ・生活の質)の向上に貢献していきたいと考えています。

「ユニバーサルデザインフード」とは

日本介護食品協議会では、利用者が選択する際の目安として、食品を「かたさ」や「粘度」に応じて4段階に区分しました。商品にはこれらの区分とロゴマークを表示しており、それぞれを容易に選択いただけます。ユニバーサルデザインフードは日常の食事から介護食まで幅広くお使いいただけます。

<p>■ 食品メーカー</p> <p>アラハタ株式会社 株式会社アクリフーズ 味の素株式会社 天野実業株式会社 いなば食品株式会社 岩手缶詰株式会社 江崎グリコ株式会社 エム・シーシー食品株式会社 カゴメ株式会社 株式会社加ト吉 亀田製菓株式会社 キユーピー株式会社</p>	<p>ゴールドバック株式会社 純和食品株式会社 大東乳業株式会社 株式会社大冷 株式会社中村屋 株式会社ニ幸 株式会社ニチレイフーズ 株式会社ニチロ 日清オイリオグループ株式会社 日清食品株式会社 中央研究所 日東ベスト株式会社 日本水産株式会社 日本デルモンテ株式会社</p>	<p>ハウス食品株式会社 はごろもフーズ株式会社 株式会社フードケア 株式会社ホテイフーズ コーポレーション ホリカフーズ株式会社 株式会社マルハチ村松 明治乳業株式会社 山一商事株式会社 ヤヨイ食品株式会社 雪印乳業株式会社 和光堂株式会社</p>	<p>■ 素材供給メーカー</p> <p>小川香料株式会社 三栄源エフ・エフ・アイ株式会社</p> <p>■ 容器・包装メーカー</p> <p>昭和電工パッケージング株式会社 大日本印刷株式会社 大和製罐株式会社 東洋ガラス株式会社 東洋製罐株式会社 凸版印刷株式会社パッケージ事業本部</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

2007年9月現在

お問い合わせ

〒100-0006 東京都千代田区有楽町1-7-1
有楽町電気ビル北館1213区 (社)日本缶詰協会内



ユニバーサルデザインフード

日本介護食品協議会

TEL : 03-3213-4751 FAX : 03-3211-1430 http://www.udf.jp/