

## 講演 I 「嚥下調整食分類 2021 改定ポイント」

講師 ニュートリー株式会社 PR部制作企画課  
嚥下チーム 茂木 美香氏

日本摂食嚥下リハビリテーション学会で学会分類 2021 への改定が発表されたが、学会分類 2013 が広く使用されていることも考慮して基本的な分類構造は 2013 を踏襲している。

学会分類2021改訂トピックス

【とろみ】

- ・簡易試験法として「シリンジ残存量テスト」が追加。
- ・特別用途食品、嚥下困難者用食品、とろみ調整用食品がとろみ選択の際の参考になる。

【食事】

- ・既存の段階的分類（UDF区分・特別用途食品）の対応コードが変更
- ・刻み食にあんをかけたものは、コード2-2に該当しない。
- ・コード2の物性や作成方法に関するQ&Aが多数追加。
- ・料理の作成方法については動画を学会ホームページで配信予定。
- ・適切な栄養量を確保することの重要性について追記。

学会分類 2021（とろみ）は薄いとろみ、中間のとろみ、濃いとろみと性状で三段階が示され、LSTより優れた簡易評価法としてシリンジ法が追加された。

薄すぎるとろみ濃過ぎるとろみは推奨できない。

とろみ調整食品の許可基準として、嚥下困難者に対する使用実績がある事。

粘度要件は添加量により粘度変動が小さい。性能要件はどの温度帯でもダメになりにくい溶解性、分散性。時間がたっても粘度が変わらない経時的安定性。

アミラーゼによる粘度低下を起こさない唾液抵抗性。温度帯により粘度変化が小さい温度安

定性である。

製品表示UDF区分と官能評価を比較するとコード3（舌でつぶせる）の適合率が低く、製品表示よりも咀嚼能力を必要とする製品が多かったため、コード4にも区分3：舌でつぶせるが追加された。

日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類 2021

段階数をコード0からコード4の5段階に分かれる。各コードのポイントを述べる。

★コード0t（嚥下訓練食品0t）

均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したとろみ水。とろみの程度としては原則的に中間のとろみあるいは濃いとろみのどちらかが対応している。お茶や果汁にとろみをつけたものが該当する。誤嚥した際の感染を考慮して、たんぱく質含有量が少ないものであることが望ましい。

★コード0j（嚥下訓練食0j）

均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリーで離水が少なく、スライス状にすくうことが可能なもの。かたさ・付着性・凝集性の値としては特別用途食品えん下困難者用食品許可基準Iのものが参考値となる。

物性に配慮したお茶ゼリーや果汁ゼリー、市販されている嚥下訓練用ゼリーが該当する。

★コード1j（嚥下調整食1j）

コード0jと異なり、たんぱく質の含有量の多少は問わない。口に入れる際は厳密に毎回スライス状とするほど配慮を要しない。

特別用途食品えん下困難者用食品許可基準IIや嚥下ピラミッドL1及びL2のものが参考値となる。卵豆腐やおもゆやミキサー粥の物性に配慮したゼリー、介護食として市販されているゼリーやムースが該当する。

★コード2（嚥下調整食2）

スプーンですくって口腔内の動きにより適切な食塊にまとめられるもので送りこむ際に多少意識して口蓋に舌を押し付ける必要があるもの。

たんぱく質含有量の多少は問わない。コード2の中で、なめらかで均質なものを2-1、やわらかい粒など含む不均質なものを2-2とする。

調理方法としてはミキサーにかけて滑らかにし、かつ凝集性を付加したものである。とろみ調整食品でとろみ付けしたおもゆ、付着性が高くなならないように処理したミキサー粥、米粉を用いたものが代表例である。

#### ★コード3

かたさがポイント：舌と上あごで押しつぶせるかたさ。

刻んだり一口大にしたり、ほぐしたりしたものにあんをかけたものがコード3にしばしば含まれるが、かたい食材を刻んであんをかけただけではコード3に該当しない。刻む前のものが軟らかく、全体として形はあるが歯や補綴物がなくても押しつぶしが可能で食塊形成が容易で、口腔内操作時に多量の離水がなく、一定の凝集性がある咽頭通過時にばらけにくい状態である事に留意する。

#### ★コード4

かたさがポイント：箸やスプーンで切れるやわらかさをもつ。上下の歯槽堤間の押しつぶし能力（指の腹でつぶせる）

やわらかい食材や料理を切ったりほぐしたりしたものにあんをかけることで付着性やばらつきに配慮したのもコード4に含まれる。

○学会では刻み食は推奨していない。

やわらかいものは刻むことで食べやすくなることは多いが、かたいものは刻むことで食べにくくなる。刻んだもののかたさが重要。

○嚥下調整食と栄養価

学会分類2021では形態のみを示し、栄養量について示してはいない。

コード1jからコード4は嚥下調整食であり、栄養摂取も一つの目的としているところから極端にエネルギー密度の低いものは好ましく

ない。病態に応じた摂取できる量と喫食者の栄養必要量を考慮し、適切な栄養量を含むものとする。

栄養必要量に対して摂取が不足する場合は間食などの補食や経管栄養法などにより補給を行うことが重要である。

嚥下調整食での提供エネルギー量は2～3割不足。

嚥下機能の低下に対応した食事になるにつれてカルシウム、亜鉛、ビタミンDが不足。コード2ではさらにたんぱく質、鉄、ビタミンCも不足。

○学会分類2021（食事）ポイントまとめ

・物性値は示されていない。他分類を参考にすることが出来る。

UDF区分と特別用途食品コードが変更。

・コード0：嚥下訓練食。お茶や果汁などゼリー、とろみ。

たんぱく質含有量が低い。コード0jはスライス状にすくえるもの。

コード0t：中間のとろみあるいは濃いとろみ。

・コード1j：ゼリー状。たんぱく質を含んでいても良い。

厳密なスライス法は必要なし。かたさのあるものはコード3。崩すとコード2-1。

・コード2：ペースト状。2-1、2-2は均質性に違い。刻んだものにあんをかけたものは、コード2-2は該当しない。

・コード3：かたさのあるゼリー。酵素処理など。あんがなく舌と口蓋間の押しつぶしが出来ない刻み食は該当しない。

・コード4：軟菜食。あんがなく歯槽堤間の押しつぶしが出来ない刻み食は該当しない。

（文責 医療 藤井千絵）