

# 「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の 栄養管理に関するガイドライン」について

平成29年7月14日  
奈良市特定給食施設等研修会資料  
奈良市保健所

# 本ガイドラインの対象

- 主に在宅での食事に用いる主食・主菜・副菜の組合せを基本(主食なしを含む)とする1食分を単位とした調理済み食品(冷凍食品、チルド食品等を含む)を継続的に宅配する配食事業者。

次に掲げるものに関する事業は対象外

外食、小売店で販売される弁当等、宅配される寿司、ピザ等  
宅配される食材等、宅配される単品のゼリー、ムース等

- ・事業者とは、配食事業を行う者(規模の大小、営利・非営利の別、献立作成・調理・配達等の外部委託の有無等を問わない)をいう。

# 全体のアウトライン

- 注文時のアセスメントや継続時のフォローアップが求められている。
- 利用者側は受け身の姿勢ではなく、必要な情報を事業者に伝え配食事業者と健康管理を行う。
- 一定規模・献立内容の場合、栄養士・管理栄養士が担当する。低栄養が疑われる者や在宅療養者については原則管理栄養士が担当。

# 目次

第1、趣旨

第2、用語の定義

第3、適用の範囲

第4、地域高齢者の特性と配食に係る課題

第5、地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業  
の栄養管理

1、商品管理

2、利用者の状況把握

3、利用者に対する、配食を活用した健康管理支援等

# 1、商品管理

## (1) 献立作成

### ① 体制

- ・当該技能を十分に有する者が担当すること。
- ・特に、1回100食以上または1日250食以上提供する事業者であって、減塩など「栄養素等調整食※1」や摂食嚥下機能が低下した人向けの「物性等調整食※2」を扱う事業者の場合に、管理栄養士または栄養士が献立作成を担当することが望ましい。

※1「栄養素等調整食」とは、在宅療養者等向けの食種として、エネルギー量、たんぱく質量、食塩相当量等を1つ又は複数調整したものをいう。

※2「物性等調整食」とは、摂食嚥下機能が低下した者に対する食種として、硬さ、付着性、凝集性等に考慮して調理したものをいう。

# 1、商品管理

- (1) 献立作成

- ② 献立作成の基本手順

- 想定される利用者の決定と特性の把握
- 食種及び給与目安量等の決定
- 食品構成の設定
- 献立作成基準の設定
- 献立作成基準の定期的な見直し

# 1、商品管理

## (1) 献立作成

### ③ 栄養価のばらつきの管理

・栄養価のばらつきを一定の範囲内に管理することが重要。  
⇒エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量について栄養価計算又は分析で得られた**1食分あたりの値が基準の±20%以内**となるよう管理する。

※食塩については設定した基準を上回らないこと

(例:1食当たりの食塩相当量 2.0g未満)

行事食等の際は事前のアセスメントを実施し管理栄養士の判断が必要。

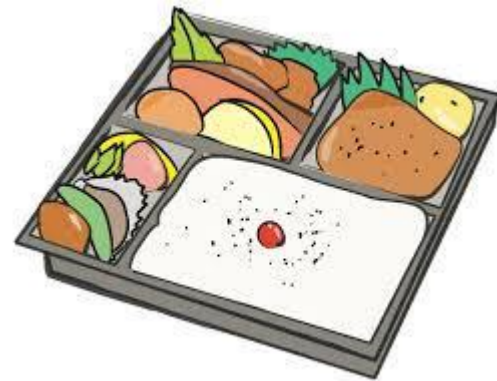
### ④ メニューサイクルの設定

飽きのこないサイクル、季節感を踏まえたサイクルとする。

# 1、商品管理

## (2) 栄養素等調整食への対応

- ・主食の量の調整については利用者の必要量に応じて対応することが望ましい。
- ・主食・主菜、副菜を問わず量を減らして調整する場合、必須栄養素等の量が不足しないよう工夫すること。





# 1、商品管理

## (3) 物性等調整食への対応

- 摂食嚥下機能が低下した者へ、物性等調整食の提供が重要である。本ガイドラインの公表時点で最新版である「**嚥下調整食分類2013**」**コード2～4の取扱いがあることが望ましく**、対応可能なコードから順次取扱いを広げる。または、対応可能なコードのみ取り扱うでもよい。
- コード2についてはミキサーを使ったペースト・ムース食が望ましく、コード3及び4についてはソフト食又は「軟菜」の工夫(硬い可食部の除去等)による対応が望ましい。

コード 【1-8項】	名称	形態	目的・特色	主食の例	必要な咀嚼能力 【1-10項】	他の分類との対応 【1-7項】
0	j	嚥下訓練食品 0j	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリー 離水が少なく、スライス状にすくうことが可能なもの	重度の症例に対する評価・訓練用 少量をすくってそのまま丸呑み可能 残留した場合にも吸引が容易 たんばく質含有量が少ない		嚥下食ピラミッド L0 えん下困難者用食品許可 基準 I
	t	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 (原則的には、中間のとろみあるいは濃いとろみ*のどちらかが適している)	重度の症例に対する評価・訓練用 少量ずつ飲むことを想定 ゼリー丸呑みで誤嚥したりゼリーが口中で溶けてしまう場合 たんばく質含有量が少ない		嚥下食ピラミッド L3 の一部 (とろみ水)
1	j	嚥下調整食 1j	均質で、付着性、凝集性、かたさ、離水に配慮したゼリー・プリン・ムース状のもの	口腔外で既に適切な食塊状となっている (少量をすくってそのまま丸呑み可能) 送り込む際に多少意識して口蓋に舌を押しつける必要がある 0j に比し表面のざらつきあり	おもゆゼリー、ミキサー粥のゼリー など	嚥下食ピラミッド L1・L2 えん下困難者用食品許可 基準 II UDF 区分 4 (ゼリー状) (UDF:ユニバーサル) (デザインフード)
2	1	嚥下調整食 2-1	ビューレ・ペースト・ミキサー食など、均質でなめらかで、べたつかず、まとまりやすいもの スプーンですくって食べることが可能なもの	口腔内の簡単な操作で食塊状となるもの (咽頭では残留、誤嚥をしにくいように配慮したもの)	粒がなく、付着性の低いペースト状のおもゆや粥	嚥下食ピラミッド L3 えん下困難者用食品許可 基準 II・III UDF 区分 4
	2	嚥下調整食 2-2	ビューレ・ペースト・ミキサー食などで、べたつかず、まとまりやすいもので不均質なものも含む スプーンですくって食べることが可能なもの		やや不均質 (粒がある) でもやわらかく、離水もなく付着性も低い粥類	(下顎と舌の運動による食塊形成能力および食塊保持能力)
3		嚥下調整食 3	形はあるが、押しつぶしが容易、食塊形成や移送が容易、咽頭ではばれず嚥下しやすいように配慮されたもの 多量の離水がない	舌と口蓋間で押しつぶしが可能なもの 押しつぶしや送り込みの口腔操作を要し (あるいはそれらの機能を賦活し)、かつ誤嚥のリスク軽減に配慮がなされているもの	離水に配慮した粥 など	嚥下食ピラミッド L4 高齢者ソフト食 UDF 区分 3
4		嚥下調整食 4	かたさ・ばらけやすさ・貼りつきやすさなどのないもの 箸やスプーンで切れるやわらかさ	誤嚥と窒息のリスクを配慮して素材と調理方法を選んだもの 歯がなくても対応可能だが、上下の歯槽堤間で押しつぶすあるいはすりつぶすことが必要で舌と口蓋間で押しつぶすことは困難	軟飯・全粥 など	嚥下食ピラミッド L4 高齢者ソフト食 UDF 区分 1・2

学会分類 2013 は、概説・総論、学会分類 2013 (食事)、学会分類 2013 (とろみ) から成り、それぞれの分類には早見表を作成した。  
 本表は学会分類 2013 (食事) の早見表である。本表を使用するにあたっては必ず「嚥下調整食学会分類 2013」の本文を熟読されたい。  
 なお、本表中の【 】表示は、本文中の該当箇所を指す。  
 \*上記 0t の「中間のとろみ・濃いとろみ」については、学会分類 2013 (とろみ) を参照されたい。  
 本表に該当する食事において、汁物を含む水分には原則とろみを付ける。【1-9項】  
 ただし、個別に水分の嚥下評価を行ってとろみ付けが不要と判断された場合には、その原則は解除できる。  
 他の分類との対応については、学会分類 2013 との整合性や相互の対応が完全に一致するわけではない。【1-7項】

# 1、商品管理

## (4)調理

- 厨房施設を設けて調理を行う事業者がおおむね1回100食以上又は1日250食以上を継続的に提供し、その食数の全部又は一部が栄養素等調整食又は物性等調整食である場合の調理は調理師又は専門調理師の担当が望ましい。
- 上記の食数規模である場合、調整食を提供しない場合でも調理師又は専門調理師が調理を担当することが望ましい。

# 1、商品管理



## (5) 衛生管理

- **食品衛生法の遵守**
- **大量調理施設衛生管理マニュアルの趣旨を踏まえた衛生管理の徹底を図ること。**
- **今後HACCPの導入に関する国の動向に留意。**
- **利用者に対し、提供後の保存方法や消費期限内の摂取等について周知徹底を図る。**

## (6) 代行保障の契約を結ぶことが望ましい

## 2、利用者の状況把握等

### (1) 配食注文時のアセスメント

- 利用者の適切な食事選択を支援する観点から、初めて配食の注文を受ける際には**身体状況や栄養状況等のアセスメントを行うこと**。担当は管理栄養士、栄養士が望ましい。
- アセスメント項目(ガイドライン 別紙2)
- **ただし低栄養が疑われる者や在宅療養者については原則管理栄養士が担当し、必要に応じてかかりつけ医等と連携。**

### (2) 配食継続時のフォローアップ

- 配食を継続する場合は再度、身体・栄養状況についてアセスメントし、食事内容の選択を行うなど、適切な支援を行う。

### 3、利用者に対する、配食を活用した 健康管理支援等

(1) 利用者等が配食を適切に選択・利用できるようにするために事業者が行うべき事項

- 注文時に、食事の提供に関して栄養食事指導を受けている場合は事業者には知らせることとし、**事前に医師・管理栄養士の確認**を得たうえで提供する。
- 配食は1食分を1回で全量摂取することを前提に調整されていることから、**複数回に分けた摂取や、家族と分けたりしない**ことを、利用者には周知すること。
- 利用者の摂取状況が変化したときは**事業者には相談する旨**、周知する。事業者の相談窓口、かかりつけ医療機関、在住市町村の担当部局等の連絡先及び相談可能日時を確認し周知する。

# 3、利用者に対する、配食を活用した 健康管理支援等

## (2) その他の事項

- ・事業者は、適切な食種を利用者等に提案する上で必要となる情報（アセスメントの内容、実際に提供した食種、初回及び継続時のフォローアップの内容等）について継続して記録し管理する。
- ・利用者に対し、献立や食形態の説明など配食に関する情報や、バランスの良い食事をとることの重要性について情報提供を行う。食種の変更時には利用者に対し、食種の説明資料を提供する。