

あきた

# A-デザイン

[秋田県栄養士会食事形態早見表]

Ver.1

## 1. はじめに

現在、秋田県の病院・施設・在宅で療養されている方には、それぞれの摂食嚥下機能の状態に配慮した食事形態に基づいた食事が提供されています。しかしながら、その名称は各施設で考えられたもので統一した共通言語が存在しない状況であります。このような観点から、会員の方々のご協力を得て「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類」を基に「秋田県版嚥下調整食分類」を整理し、A（あきた）ーデザインを作成しました。

各病院・施設・在宅と様々な場において有効にご活用いただけることを願っております。

あきた

あんしん

あんぜん

**A-デザインで安心・安全な食事をデザインしましょう!**

## 2. A-デザイン活用法

(例)

●病院に入院中の秋子さん、  
退院して▲施設に入所することになりました。



施設に移っても  
食事は同じように食べやすく  
してくれるのかしら?

あきた

**A-デザインで不安解消!**

●病院 栄養士の栄子さん、  
▲施設に食事形態を伝えるのに、  
A-デザインに照らし合わせて  
変換します。



施設に移る秋子さんの食事は…  
うちの病院では、  
全粥に、おかずは軟菜きざみ食とろみあり、  
きざみの大きさは1cmで、汁物、水分にも  
とろみが必要ね。

あきた

**A-デザインに変換して情報提供**

写真やコンセプトから  
共通事項が多い食事形態を選びます。  
その他は特記事項として伝えます。



A-デザインでは

主 食: 全粥

副 食: A-6

とろみ: 段階2 中間のとろみ

▲施設 栄養士の養子さん、  
●病院から連絡のあった  
A-デザインを確認して、  
自分の施設の食種名の呼称に  
変換します。



今度入所の秋子さんの食事は…  
うちでは全粥きざみ食で、  
水分にもとろみをつけるのね。



4. にフローチャートがあります。ご自分の病院・施設の食種名を入れてみましょう。

### 3. 早見表一覧

| A-デザイン                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Aー流動                                                                                                                                                                                              | A-0j                                                                                           | A-0t                                                                                        | A-1j                                                                                                                                                                                            | A-2                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 学会分類<br>2013 (食事)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                   | 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                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 形態・特徴                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 液状の食品、ポタージュ、ジュース状。<br>市販の液状濃厚流動食を含む。                                                                                                                                                              | 嚥下評価・嚥下訓練に用いるたんぱく質を含まないゼリー                                                                     | 均質で付着性・凝集性・かたさに配慮されたとろみ水                                                                    | 均質で付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリー・プリン・ムース                                                                                                                                                                  | べたつかずまとまりやすいもの<br>スプーンですくって食べることが可能なもの<br><br><div>ペースト状 (均質)</div> ミキサーにかけ粒が残らずなめらかで均質な状態                                                                                                                                                                                                                   |
| イメージ写真<br>〔あくまでも一例です〕                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 液状濃厚流動食<br><br><br>ポタージュ<br> | 嚥下評価ゼリー<br> | とろみ水<br> | ゼリー<br><br><br>ムース<br> | ペースト状の白身魚<br><br>ペースト状の鶏肉<br><br>ペースト状のトマト<br> |
| A (あきた)ーデザイン 主食                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <div>  <div> <b>重湯</b><br/>                             粥を炊いた時に上澄みとして見られるものであり、米は入っていない状態                         </div> </div> <div>  <div> <b>重湯ゼリー</b><br/>                             重湯をゼリー状にしたもの (ゲル化剤等を使用)                         </div> </div> <div>  <div> <b>ペースト粥</b><br/>                             全粥をミキサーにかけてペースト状にしたもの                         </div> </div> <div>  <div> <b>ペースト粥ゼリー</b><br/>                             ペースト粥をゼリー状にしたもの (ゲル化剤等を使用)                         </div> </div> |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                |                                                                                             |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

| A-3                                                                                              | A-4                                                                                         | A-5                                                                                        | A-6                                                                                                  | A-7                                                                                                         | A-8                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 嚥下調整食 2-2                                                                                        | 嚥下調整食 3                                                                                     |                                                                                            | 嚥下調整食 4                                                                                              |                                                                                                             |                                                                                                       |
| べたつかずまとまりやすいもの<br>スプーンですくって食べることが可能なもの                                                           | かたちはあるが軟らかく舌と口蓋で押しつぶせる硬さ                                                                    |                                                                                            | 食材や調理方法などにより硬さやばらつきに配慮したもの<br>箸やスプーンで切れる程度の硬さ                                                        |                                                                                                             |                                                                                                       |
| ミキサー状<br>(不均質)                                                                                   | 軟化加工                                                                                        | 粉碎再成型                                                                                      | 1cm以下カット<br>+とろみ・あん                                                                                  | 0.3~0.5cmカット                                                                                                | 1cmカット                                                                                                |
| フードプロセッサー等を使用し、多少の粒が残っている不均質な状態                                                                  | フードプロセッサー等を使用せず、様々な技術を用いて食材を軟化させたもの                                                         | フードプロセッサー等を使用したものを、ゲル化剤で固形化したもの                                                            | 軟菜を細かくきざんだもの(1cm以下)にとろみやあんなどでまとまりやすくしたもの                                                             | 軟菜カットをさらに細かく(0.5cm以下)きざんだもの                                                                                 | 軟菜を細かく(1cm)きざんだもの                                                                                     |
| ミキサー状の白身魚<br>  | ハンバーグ<br> | 白身魚<br>  | 煮魚1cm以下+とろみ<br>   | 煮魚0.3~0.5cm<br>         | 煮魚1cm<br>         |
| ミキサー状の鶏肉<br>  | 肉じゃが<br> | 鶏肉<br>  | 鶏肉1cm以下+とろみ<br>  | 鶏肉(皮なし) 0.3~0.5cm<br>  | 鶏肉(皮なし) 1cm<br>  |
| ミキサー状のトマト<br> | れんこん<br> | トマト<br> | トマト1cm以下+とろみ<br> | トマト(皮なし) 0.3~0.5cm<br> | トマト(皮なし) 1cm<br> |

## A(あきた)ーデザイン 主食



**ペースト粥とろみ**

ペースト粥にしたものに増粘剤を加えとろみをつけたもの(酵素、ゲル化剤使用もあり)



**ペースト粥粒あり**

全粥をミキサーにかけ若干粒を残したペースト状に近い状態



**全粥ゼリー**

全粥をゼリー状にしたもの(ゲル化剤等を使用)



**三分粥**

米に対して20倍の水分量  
全粥3:重湯7



**五分粥**

米に対して10倍の水分量  
全粥5:重湯5

**A-デザインの並び順は食事形態をアップさせるものではありません。**

※A-デザインの写真やコンセプトを、提供している食事と照らし合わせながら近い状態にすり合わせていきます。

| A-9                                                                                                 | A-10                                                                                            | A-11                                                                                                      | A-12                                                                                                 | A-13                                                                                                  | A-14                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 嚥下調整食 4                                                                                             |                                                                                                 | —                                                                                                         |                                                                                                      |                                                                                                       |                                                                                                   |
| 食材や調理方法などにより<br>硬さやばらつきに配慮したもの<br>箸やスプーンで切れる程度の硬さ                                                   |                                                                                                 | 咀嚼・嚥下に特別な配慮をしない通常の食事<br>(高齢者が食べやすいような食品や調理方法とする)                                                          |                                                                                                      |                                                                                                       |                                                                                                   |
| 2cmカット<br>軟菜を一口大程度<br>(2cm) にきざんだもの                                                                 | 軟菜<br>カットなし                                                                                     | 0.3～0.5cmカット<br>常菜カットをさらに<br>細かく(0.5cm以下)<br>きざんだもの                                                       | 1cmカット<br>常菜を細かく(1cm)<br>きざんだもの                                                                      | 2cmカット<br>常菜を一口大程度<br>(2cm) にきざんだもの                                                                   | 常菜<br>カットなし                                                                                       |
| 煮魚2cm<br>         | 煮魚<br>        | 焼き魚0.3～0.5cm<br>        | 焼き魚1cm<br>        | 焼き魚2cm<br>        | 焼き魚<br>       |
| 鶏肉(皮なし) 2cm<br>  | 鶏肉(皮なし)<br>  | 鶏肉(皮あり) 0.3～0.5cm<br>  | 鶏肉(皮あり) 1cm<br>  | 鶏肉(皮あり) 2cm<br>  | 鶏肉(皮あり)<br>  |
| トマト(皮なし) 2cm<br> | トマト(皮なし)<br> | トマト(皮あり) 0.3～0.5cm<br> | トマト(皮あり) 1cm<br> | トマト(皮あり) 2cm<br> | トマト(皮あり)<br> |

## A(あきた)ーデザイン 主食



七分粥

米に対して7倍の水分量  
全粥7:重湯3



全粥

米に対して5～6倍の  
水分量



軟飯

米に対して2.7～3倍の  
水分量



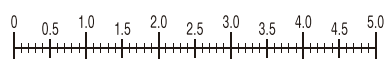
高齢者向け常飯

米に対して1.5～1.6倍の  
水分量



常飯

米に対して1.2倍の水分量





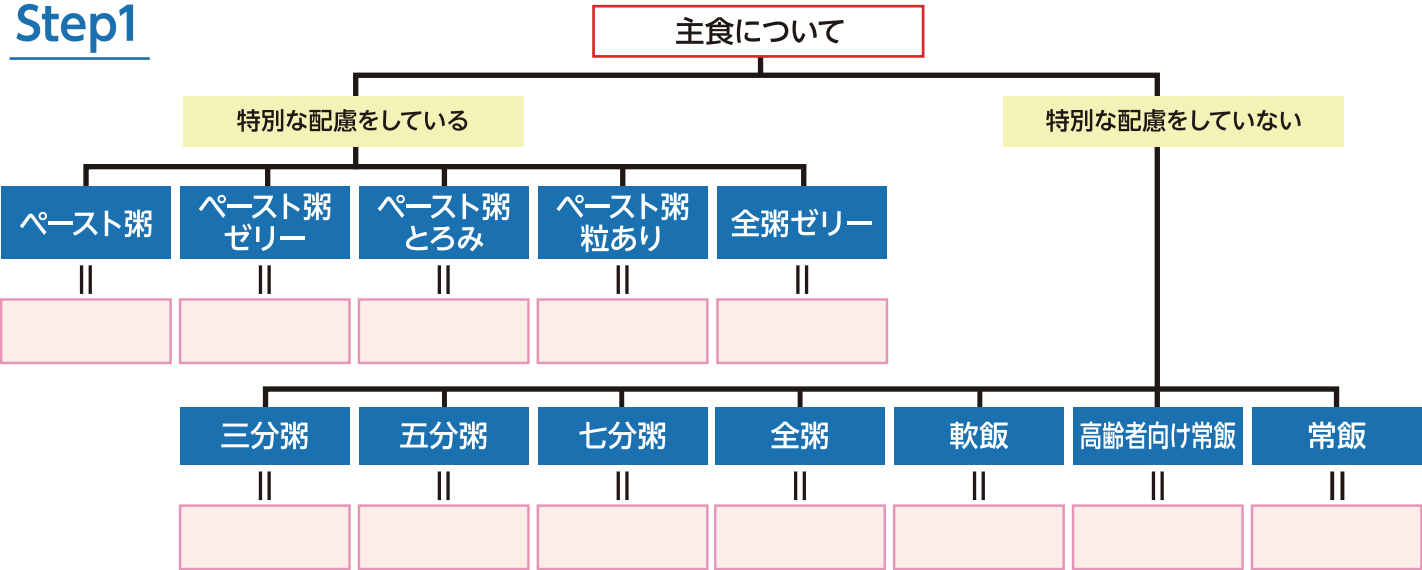
あきた

## 4. あなたの病院・施設の食事をA-デザインしてみよう

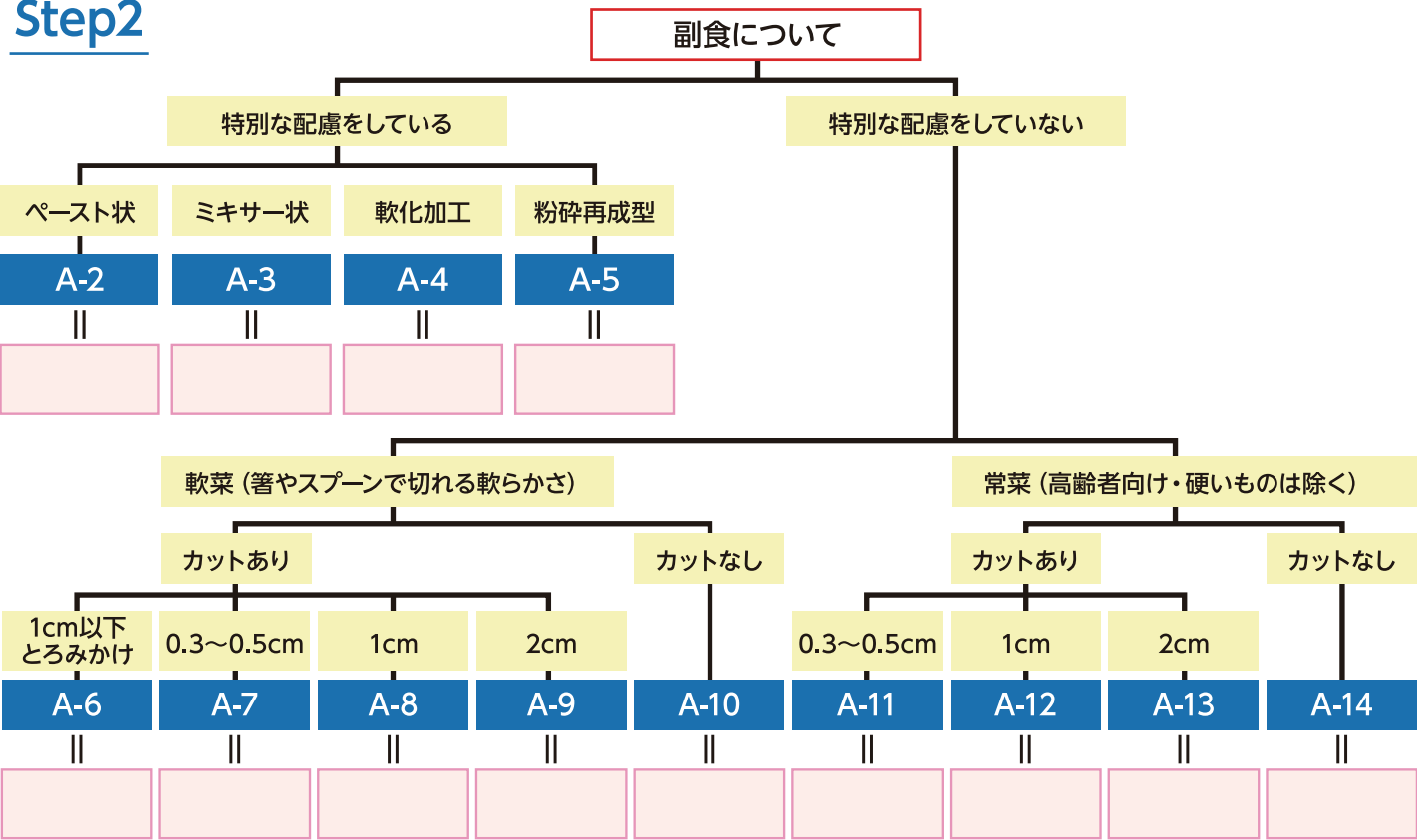
※嚥下訓練食、調整食、流動食、重湯、重湯ゼリー等、一部を除いています。  
※このチャートはわかりやすいように簡略化したものです。必ず中面の早見表一覧で確認してください。

  = A(あきた)-デザイン      = あなたの病院・施設での食種名を記入

### Step1



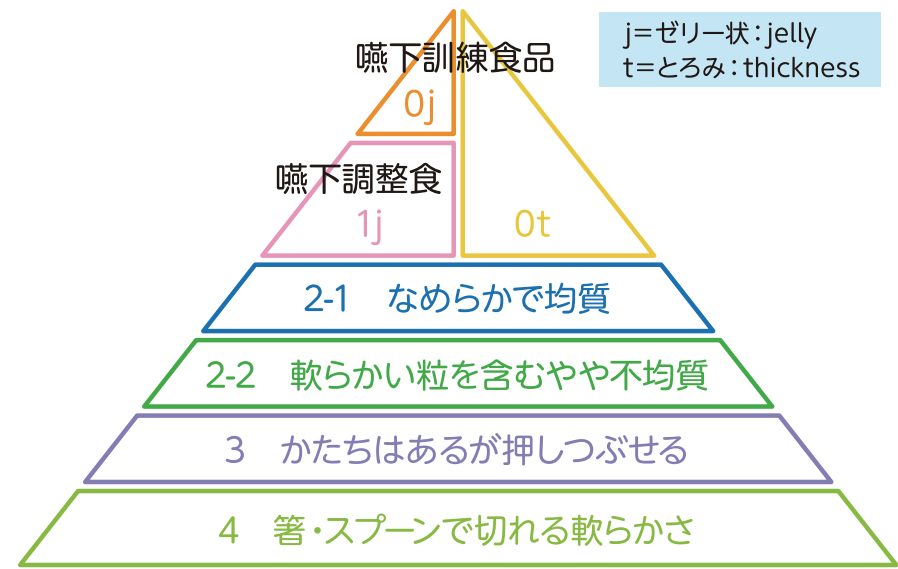
### Step2



5. トロみ水段階表 学会分類2013 (トロみ) に準ずる

| 学会分類           | 段階1 薄いとろみ                                                                                    | 段階2 中間のとろみ                                                                         | 段階3 濃いとろみ                                                                           |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 性 状<br>(飲んだとき) | ・「drink」できる<br>・液体の種類、味、温度によっては、トロみが付いていることがあまり気にならない場合もある<br>・口に入れると口腔内に広がる<br>・ストローで容易に吸える | ・「drink」できる<br>・明らかにトロみを感じる<br>・口腔内にすぐには広がらない<br>・舌の上でまとめやすい<br>・ストローで吸うのは抵抗がある    | ・スプーンで「eat」<br>・明らかなトロみが付いていて、まとまりがよい<br>・送り込むのに力が必要<br>・ストローで吸うことは困難               |
| 性 状<br>(見たとき)  | ・スプーンを傾けると、すっと流れ落ちる<br>・フォークの歯の間から素早く流れ落ちる<br>・カップを傾け、流れ出た後にうっすらと跡が残る程度の付着                   | ・スプーンを傾けると、とろとろと流れる<br>・フォークの歯の間からゆっくりと流れ落ちる<br>・カップを傾け、流れ出た後には、全体にコーティングしたように付着   | ・スプーンを傾けても流れにくい<br>・フォークの歯の間から流れ出ない<br>・カップを傾けても流れ出ない<br>(ゆっくりと塊になって落ちる)            |
| イメージ写真         |             |  |  |

6. 学会分類2013と他介護食分類の対応



| 学会分類2013 | 嚥下食ピラミッド       | 特別用途食品              | UDF                     | スマイルケア食         |
|----------|----------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| 0j       | L0 (開始食)       | 許可基準 I              | —                       | ゼリー状 0          |
| 0t       | L3の一部 (トロみ水)   | —                   | —                       | ゼリー状 0          |
| 1j       | L1・L2 (嚥下食Ⅰ・Ⅱ) | 許可基準 II             | かまなくてよい                 | ムース状 1          |
| 2-1      | L3 (嚥下食Ⅲ)      | 許可基準 II<br>許可基準 III | かまなくてよい                 | ペースト状 2         |
| 2-2      | L3 (嚥下食Ⅲ)      | 許可基準 II<br>許可基準 III | かまなくてよい                 | かまなくてよい 2       |
| 3        | L4 (移行食)       | —                   | 舌でつぶせる                  | 舌でつぶせる 3        |
| 4        | L4 (移行食)       | —                   | 歯ぐきでつぶせる<br>容易にかめる (一部) | 歯ぐきでつぶせる 4<br>— |

※他介護食分類の対応に関しては、嚥下食ピラミッド、学会分類2013 (食事) 早見表、農林水産省「スマイルケア食の選び方」を参考にいたしました。  
※学会分類2013に対応する内容のみとし、嚥下食ピラミッドL5「普通食」、スマイルケア食「青マーク」等の記載は割愛しました。  
※学会分類2013に対応していない場合は「—」を記載しています。

※ご確認ください！

- A-デザインは、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 (食事)」をもとに決定しました。  
理解にあたっては、本文をあわせてお読みください。
- 一部においては石川県栄養士会食事形態スケールを参考にしています。
- A-デザインの選択の際は、共通事項が多い食事形態を選択し、その他は特記事項としてお伝えください。
- A-デザインの並び順は食事形態をアップさせるためのものではありません。

公益社団法人秋田県栄養士会 調査・研究チーム

明石 淑子 (大館市ケアハウスほうおう)  
櫻田 裕子 (秋田厚生医療センター)  
船木 初美 (特別養護老人ホーム寿恵園)  
谷口 典子 (BFホールディングス株式会社)  
松田 朋美 (医療法人梅栄会 細谷病院)  
佐々木英乃 (雄勝中央病院)

初版2017年10月

公益社団法人 秋田県栄養士会

〒010-0922 秋田市旭北栄町1-5 秋田県社会福祉会館6階 月・火・金 (9:00~17:00)  
TEL:018-800-6708 FAX:018-800-6717  
E-mail: aki-eiyou@oregano.ocn.ne.jp