医療法人社団 廣風会

～『ソフト食』基礎知識～

なぜソフト食を導入するの？？

⇒　我が国は１０年間で、男女ともに世界一の長寿国で平均寿命もさらに延び、益々高齢者が増えていくと考えられます。

その中で三大生活習慣病と感染症が増加していることは周知の事実です。

現在、高齢者の死亡率の８０％が肺炎であり、その大半が誤嚥性肺炎であると言われています。このような状況下で、高齢者医療・介護に携わる事業所で提供する食事（栄養）サービスは、より安全な食事形態であることと、そしてただ安全なだけでなく「食の楽しみ」も十分考慮した総合的な食事（栄養）サービスの提供を求められ時代へと移行していくと考えられます。

⇒　安全でおいしい食事を提供しましょう！！

刻み食やミキサー食がなぜいけないの？？

刻み食　⇒　１．口の中に食物のカスが残りやすい
２．食塊を作りにくい
３．見た目がおいしそうでない

ミキサー食　⇒　１．食塊を作らない
２．見た目が食欲をわかせない
３．口の中に残りやすい
４．舌苔を作りやすくなる

ソフト食・ゼリー食ってどんなものなの？？

共通事項　⇒　１．舌で押しつぶせる硬さのもの
２．すでに食塊になっているもの
３．滑りがよく移送しやすいもの

ソフト食　⇒　現行の刻み・極刻みを召し上がっている利用者をターゲットにしたもの。刻みではなく、つなぎを使用したり、圧力鍋などを使用したりと調理法を工夫し、歯が無い方でも舌で食物が押しつぶせるような硬さに仕上げた「つぶし」食。盛り付けも鮮やか。

ゼリー食　⇒　現行の介護食Ⅰ・Ⅱ・ミキサーを召し上がっている利用者をターゲットにしたもの。一度調理したものをミキサーにかけ、その後テクスチャー改良剤を加えてもう一度細工できるような固さに仕上げ、もとの食物の形状に仕立てる。食事介助しやすく、体温で解けてい

くので口に入れたら解けていくため、嚥下しやすい。

６／１７・２３に一階通所食堂にてソフト食試食会を開催いたしました。両日ともに多数の方に参加いただくことが出来ました。忙しい業務の中お集まりいただいた方々、本当にありがとうございます。試食後のアンケートでも様々な角度からの多くのご指摘を頂きました。内容こそ様々でしたが、その文面より皆様の「食に対する意識」を強く感じることが出来ました。

この試食会を通して、私はソフト食自体に関しましては、調理法を今後まだまだ改良をしていかなければならないと痛感しましたし、今回参加いただいた方々に関しましては「今の食事形態は食べにくいし、おいしくない」ということを十分ご理解いただけたという点で成功だと感じております。「今を見直す」「今の問題点に気付く」全てはここから始まると思っております。

今後は皆様からいただいた意見を参考にしながら、「安全でおいしい食事」をスローガンにソフト食導入を進めていきたいと考えております。宜しくお願いいたします。

＜リハビリテーション部　門田＞