

2021.3.4 Thu



『学会分類2013コード2調理を理解する』 ～オンライン調理デモ～

株式会社フードケア マーケティング企画課
介護食シェフ 在川 一平



本日の内容

①ペースト食の**種類**

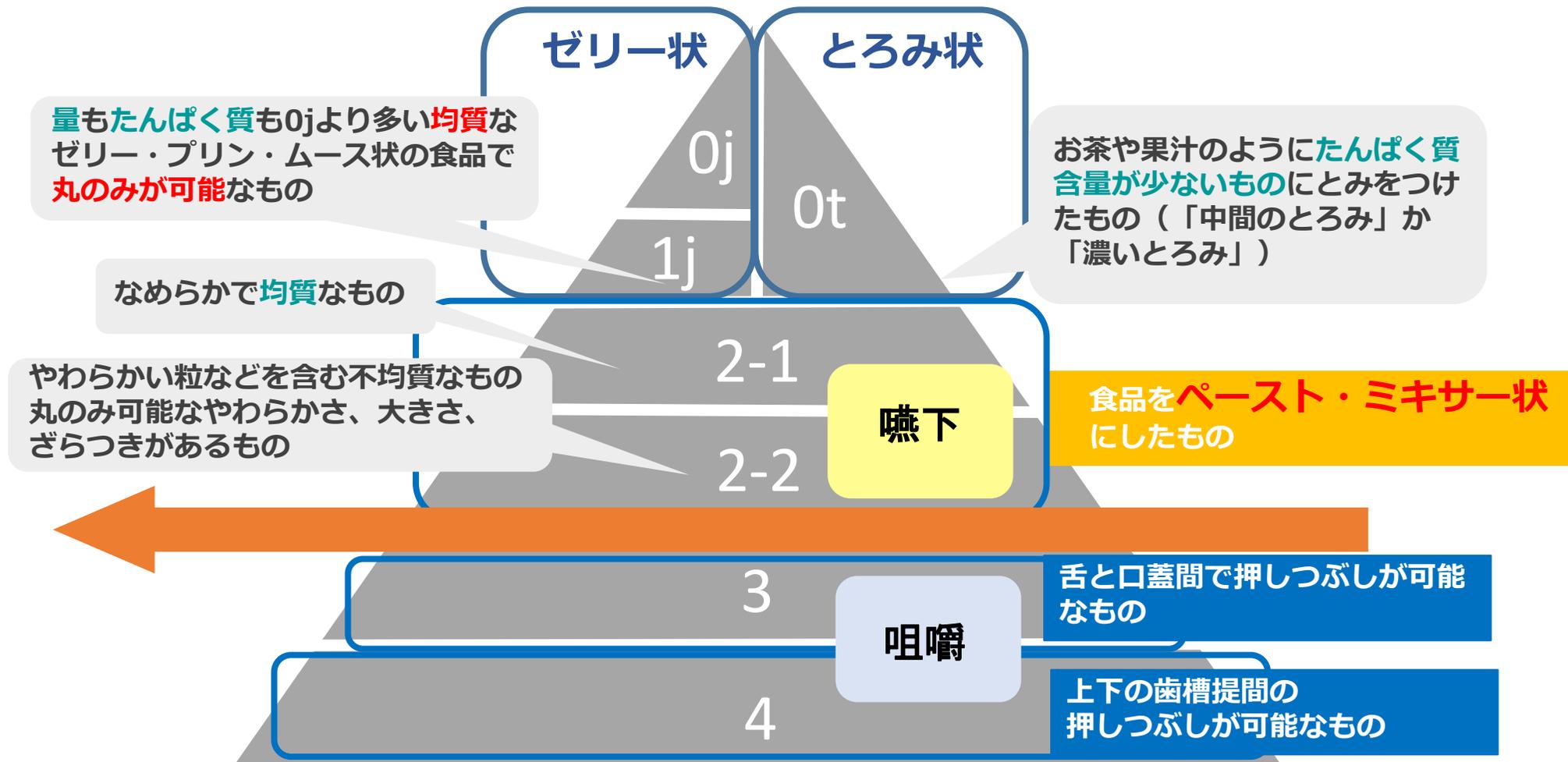
②ペースト食を**作る**

③ペースト食と**栄養**



①ペースト食の**種類**

はじめに 学会分類2013（食事）まとめ



①ペースト食の種類

①



均質な仕上がり

なめらかな仕上がり

均質なペースト食【学会分類コード2-1相当】

- ・なめらかで、べたつかず、まとまりやすいもの
- ・多少の飲み込む力に加えて自ら食べ物をのどに送り込む力がある
- ・口腔内に粒が残留したり、嚥下後も咽頭内に粒が残留したりする場合には均質に仕上げる

※均質・・・性質や状態が平均し、ムラがない

②



不均質な仕上がり

やわらかい粒なども含む仕上がり

不均質なペースト食【学会分類コード2-2相当】

- ・丸飲みできる程度のやわらかい粒やザラつきがあるもの
- ・食事を口の中でまとめる力に加えてのどに送り込む力がある
- ・肉、魚、繊維質の多い野菜、キノコ類などは、ミキサーにかけただけでは繊維質が残り不均質な物性になりやすい

※不均質・・・ムラがあつたり、性質が部分部分で偏っていたりするさま

②ペースト食を作る

②ペースト食を作る

⦿⦿ペースト食を作る際に配慮したいポイント

☑かたさ・・・**やわらかいもの**を調整する

☑付着性・・・口やのどに張り付かないもの

☑凝集性・・・口の中でばらけない適度なまとまり感があるもの

☑離水・・・口の中で液状化しないもの

やわらかく調整する方法

① 軟化剤製品や重曹を用いて、やわらかく仕上げる

ご使用方法（基本編）



スベラカーゼミート

肉も魚も野菜もやわらかく食べやすく

漬け込むだけの簡単いらずで、肉や魚介類が約40%やわらかくなります



【加水量の違い】(例：鮭の塩焼き)

・未処理食材の場合、、、

鮭：加水量＝**1:2～3倍**

・処理済みの食材の場合、、、

鮭：加水量＝**1:1**

② 圧力鍋などを利用し、やわらかく仕上げる



② ペースト食を作る

⦿⦿ ペースト食を作る際に配慮したいポイント

☑ かたさ・・・**やわらかいもの**を調整する

☑ 付着性・・・口やのどに**張り付かないもの**

☑ 凝集性・・・口の中でばらけない**適度なまとまり感があるもの**

☑ 離水・・・口の中で**液状化しないもの**

とろみ調整食品や
ゲル化剤(酵素入り含む)
を上手に利用しましょう！

②ペースト食を作る

②ペーストを【なめらかに】仕上げる方法

- ・加水量を増やす
- ・裏ごしする

②ペースト食を作る

②ペーストを【なめらかに】仕上げる方法

- 加水量を**増やす**

- 裏ごしする

② ペースト食を作る【加水量を増やす】

⦿⦿【加水量】による仕上がりの違い(例:ゼリー食)

加水0.5倍

(食材の半量の加水)



加水2倍

(食材の倍量の加水)



加水量が増えるとなめらかな仕上がりになる

② ペースト食を作る【加水量を増やす】

⑥⑥【加水量】によってできあがりの量が変わる(例:ゼリー食)

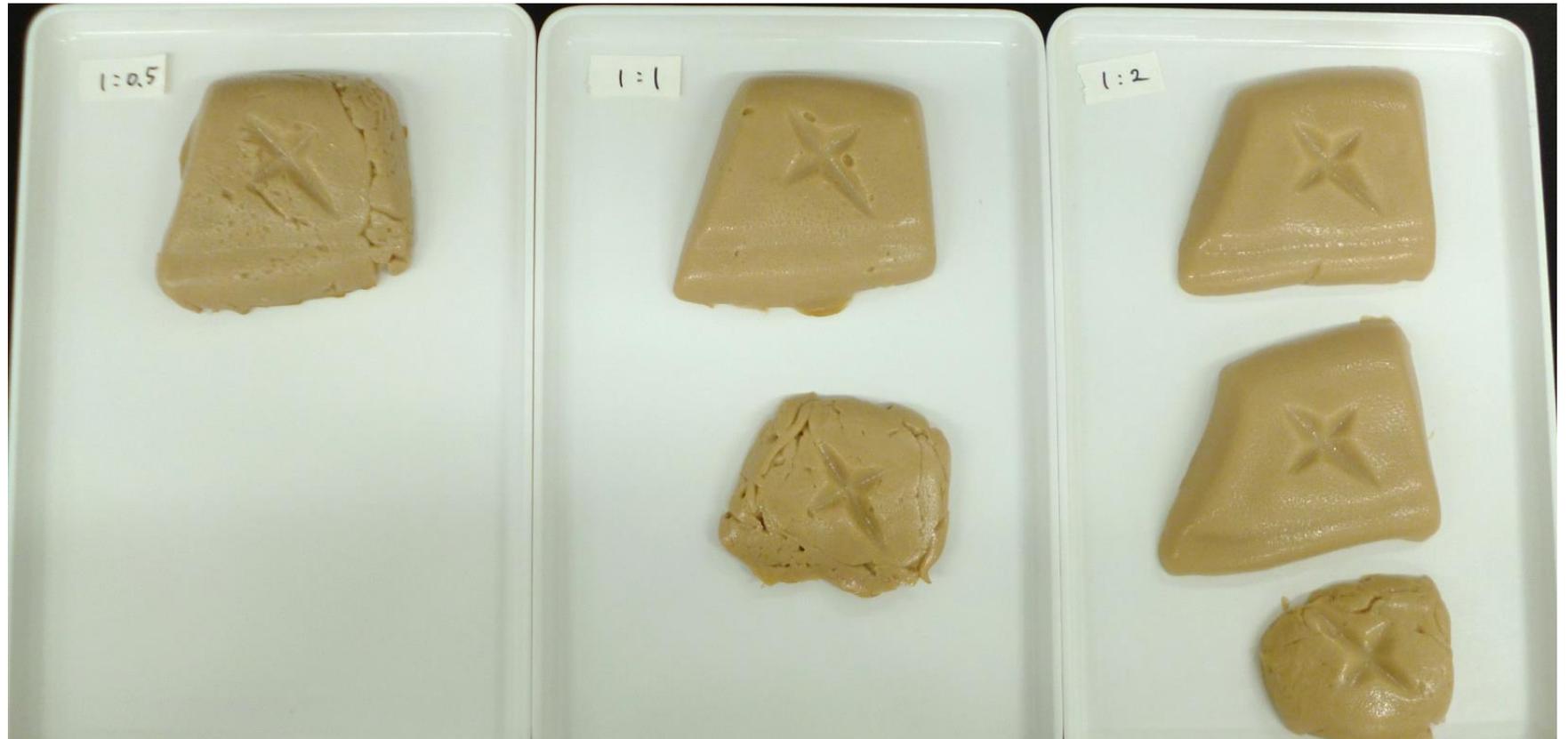
加水0.5倍

加水1倍

加水2倍



鯖の味噌煮
1切れ



② ペースト食を作る【加水量を増やす】

⑥⑥【加水量】の違いによる栄養価の比較(例:ゼリー食)

加水量 (だし汁)	加水0.5倍	加水1倍	加水2倍
エネルギー	181 kcal	138 kcal	95 kcal
たんぱく質	9.3 g	7.0 g	4.7 g



※鯖の味噌煮ゼリー100gあたり

② ペースト食を作る【加水量を増やす】

⑥⑥ペーストにする【献立】で考えてみる

食材	調理方法 ※加水量は目安です	
ハンバーグ	1:2~3 ハンバーグソテー	1:1 煮込みハンバーグ
さば	1:2~3 さばの塩焼き	1:1 さばの味噌煮
ほうれん草	1:0.5 おひたし	1:1 ごま和え

Q. なめらかなペーストに仕上げるための、加水量はそれぞれどのくらい必要でしょうか？

②ペースト食を作る【加水を増やす】

⑥⑥ペーストにする食材の【温度】を考えてみる

Q.豚の生姜焼きをペースト食にする際の温度は？



- Ⓐ 温かい状態でミキサーにかける
脂が含まれる食材の場合は温かい方がミキサーは回りやすい
- Ⓑ 冷たい状態でミキサーにかける

②ペースト食を作る【基本編コード2-2の作り方】

【材料】

- ・ツナ缶 約200g (※油切りしたものを準備します)
- ・水またはだし汁 ツナ缶の倍量(約400g)
- ・とろみ調整食品(ネオハイトロミールⅢ) ツナ缶+水分に対し、1%(約6g)

ライブ調理実演①

【調理のポイント】

- ①食材によって加水量は変わりますので注意しましょう
- ②ご使用されるとろみ調整食品の**特徴を把握**しましょう
- ③2-2を作る際のミキサーは、**フラッシュ機能**を活用しましょう

2倍加水

エネルギー :176kcal

たんぱく質 :11.6g

※2-1を作る時は**1分間**しっかりミキサーを攪拌しましょう！

③ペースト食と**栄養**【ミキサーの使い方と選択】

⑥⑥【**攪拌機の種類**】による仕上がりの違いを知る



業務用ミキサー



家庭用ミキサー



フードプロセッサー

なめらかに仕上げるには、ミキサーを**1分間**回す！

③ ペースト食と栄養【ミキサーの使い方と選択】

⑥⑥ミキサーの種類ごとにザルで濾してみる



①A・・・家庭用ミキサー ①B・・・業務用ミキサー

③ペースト食と**栄養**

⑥⑥ペーストを【**栄養豊富**】に仕上げる方法

- ・**油脂**（サラダ油など）を加える
- ・食材をやわらかくして加水量を減らす
（軟化剤、重曹、部位を変えるなど）

③ ペースト食と栄養【油脂を加える】

⑥⑥身近にあるもので【栄養豊富】にしてみる

☑ 油脂を利用する

- ・サラダ油
- ・オリーブオイル
- ・MCTオイル
- ・マヨネーズ



など



(添加の目安)

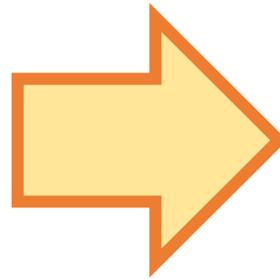
・食材100gあたりに小さじ1杯(約4g)のサラダ油添加

→**37kcal**アップ

③ペーस्ट食と栄養【応用編】



【一般的なコード2作り方】



【スペラカーゼ粥の活用】

ⓈⓈスペラカーゼ粥を加水代わりに入れるメリット

- ①栄養価を**保つ**ことができる ②**味**を損ないにくい ③手間が**軽減**する

③ ペースト食と栄養【応用編】



ご飯を他のおかず分配到することで、**栄養価を変えずに見た目の量を減らせる**

③ペースト食を作る【応用編コード2-2の作り方】

【材料】

- ・ツナ缶 約200g (※油切りしたものを準備します)
- ・スベラカーゼ粥 ツナ缶の倍量(約200g)

ライブ調理実演②

粥ゼリー添加

エネルギー : 686kcal

たんぱく質 : 37.6 g

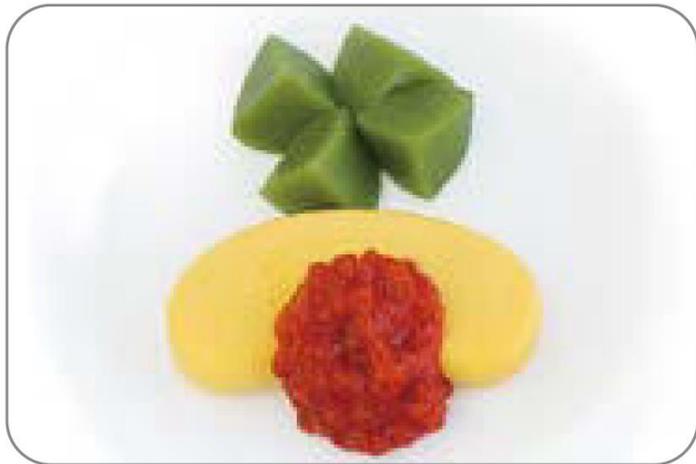
【調理のポイント】

- ①食材とスベラカーゼ粥の割合は1:1でおおよそミキサーは回ります
- ②2-2を作る際のミキサーは、**フラッシュ機能**を活用しましょう

※2-1を作る時は**1分間**しっかりミキサーを攪拌しましょう！

③ペースト食を作る【応用のコード2-2の作り方】

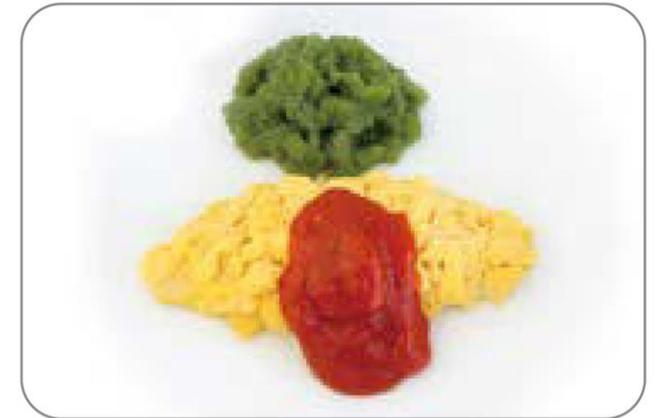
既製品介護食(コード3の場合)



やさしい素材(たまご).....1個
やさしい素材(ブロッコリー)....1個
トマトソース.....25g

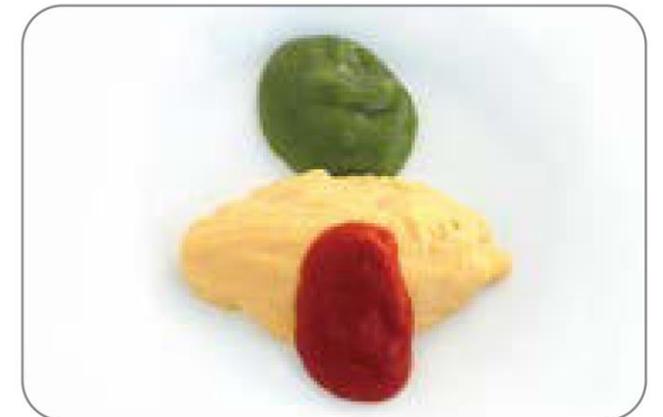
コード2-2

泡立て器でつぶす



コード2-1

ミキサーにかける



③ペースト食を作る【応用編コード2-2の作り方】

 **MARUHA NICHIRO**
海といのちの未来をつくる

やさしい素材 たんぱく21 銀鮭

+ スベラカーゼ 粥ゼリー

+ 泡立て器



ライブ調理実演③

【分量】

やさしい素材たんぱく21銀鮭・・・40g
スベラカーゼ粥ゼリー・・・・・・・・40g

銀鮭+粥ゼリー

エネルギー : 99.6kcal

たんぱく質 : 9g

最後に

当調理法による学会分類(食事)のコードは(株)フードケア・マルハニチロ(株)の独自の判断によるものです。

実際に患者様にご提供する際には、各ご施設様で物性をご確認ください。

UDFを基準に製造、嚥下調整食学会分類2013にも対応

【嚥下調整食学会分類2013 対応表】



※上図は日本摂食嚥下リハビリテーション学会から発表された「嚥下調整食分類2013」の分類分けに則って弊社で作成しています。詳細は「嚥下調整食分類2013」の本文及び学会分類2013(食事)早見表をご確認ください。『日摂食嚥下リハ会誌17(3):255-267, 2013』または日本摂食嚥下リハ学会HPホームページ: http://www.jsdr.or.jp/doc/doc_manual1.html 『嚥下調整食学会分類2013』を必ずご参照ください。

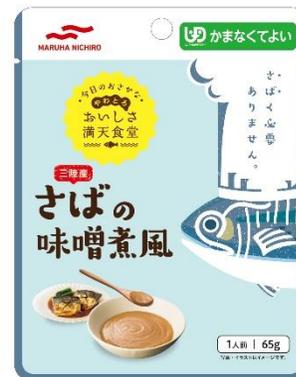
おいしさ満天食堂シリーズ



自宅で魚をミキサーにかけるのは大変…ザラザラ・粒が残る…



当社独自技術でなめらかに凝集性・付着性にも配慮した
「おいしさ満天食堂」シリーズがおすすめです！



少量
65g

備蓄にも
常温2年



かまなくて
よい

ユニバーサルデザインフード



嚥下調整食学会
分類 2013
「コード2」相当



2021春 新商品のご紹介

 やさしいおかず"セット

★豊富なナインナップ 朝・昼・夜3食で2週間サイクル献立が可能な品揃え

朝のムース食(14品)
主菜、副菜(大)



【規格】
135g～140g/6×3



昼・夜のムース食(28品)
主菜、副菜(大)、副菜(小)



【規格】
160g～175g/6×3



嚥下調整食学会
分類 2013
「コード3」相当



舌で
つぶせる

ユニバーサルデザインフード

全42品!

商品特徴

★少量高栄養 エネルギー量とたんぱく質量にこだわりました

(献立例) 1日の栄養価 エネルギー1,444kcal たんぱく質54.1g

朝食



オムレツのトマトソース
ごぼうのごまサラダ

〈エネルギー〉 285kcal
〈たんぱく質〉 13.0g



合 計 〈エネルギー〉 531kcal
〈たんぱく質〉 20.2g

昼食



鶏肉の中華炒め
野菜の甘酢あん
さつまいものオレンジ煮

〈エネルギー〉 323kcal
〈たんぱく質〉 13.7g



合 計 〈エネルギー〉 470kcal
〈たんぱく質〉 17.1g

夕食



ぶりの照焼き
じゃがいもの生姜あん
小松菜のオーロラサラダ

〈エネルギー〉 287kcal
〈たんぱく質〉 13.7g



合 計 〈エネルギー〉 443kcal
〈たんぱく質〉 16.8g

商品特徴

★時短 手間が省けて調理時間が大幅に短縮します

(調理例) 主菜：鮭の塩焼き 副菜：かぼちゃの煮物



手作り



計量やミキサー、冷却、やわらかさの調整、たれの粘度調整等作業が必要ありません。トレーのまま提供すれば食器洗浄の時間も削減。

