



## 食事サポートの “いま”を追う!!

介護施設や病院では、嚥下機能が低下した高齢者が増えたことにより、嚥下調整食の提供に苦慮することも多いのではないかだろうか？特に物性調整が難しく、大量調理が困難なソフト食への対応は、いずれも各施設が手探りで行っているのが実情だろう。そんななか注目を集めているのが、嚥下機能低下に配慮された冷凍食品である「冷凍介護食」だ。現在、さまざまな種類の「冷凍介護食」が販売されており、多くの調理現場で活用されている。そこで「冷凍介護食」の誕生を紐解きながら、実際に活用している介護施設をレポートし、「冷凍介護食」の可能性を探ってみたい。

**こんなにおいしい・簡単・便利！**

# “冷凍介護食”の新たな可能性に迫る

## 大量調理が困難なソフト食の提供 冷凍介護食の活用で実現につなぐ

特別養護老人ホーム桜町聖ヨハネホーム（東京都小金井市）

高まる嚥下調整食の需要と  
大量調理を可能にする策

特別養護老人ホーム桜町聖ヨハネホーム（入所定員106人、短期入所定員8人）は、

精神的または身体的に機能が低下し在宅での生活が困難な高齢者に対して、医療との密接な連携のもとに必要なサービスの提供を行っている。「ご利用者の平均年齢は80代後半と高齢です。そのため個別対応を必要とする方が増えていますね」と、同施設の管理栄養士、永野裕子さんが教えてく

れた。

同施設には脳血管疾患やパーキンソン病、認知症などの疾患を抱える入所者が多いため、ADLが低下しないようなケアと栄養サポートを中心に行っている。「脳卒中の後遺症や加齢による嚥下障害のある方が少なくないため、物性調整には注意をしています。また、見た目や風味が良くなないと喫食率が低下し、低栄養やサルコペニアに陥るリスクとなるため、食事本来のおいしさを味わってもらえるような工夫を欠かせません」と、永野さん

は食事で心がけている点を話してくれた。

同施設で提供している食事は学会分類2013をベースにしており、常食、粗刻み食（コード4）、ソフト食（コード3）、ミキサー食（コード2-2、2-1）、ゼリー食（コード1-j）の5段階を用意。「1回で100食以上を調理・提供するのですが、常食の提供数が1番少ないです」と永野さんが語るよう、取材当日も常食10食、粗刻み食40食、ソフト食25食、ミキサー食15食、ゼリー食20食となっていた。「嚥下調整食は時間も手間もかかるので、提供数が増えると厨房スタッフの負担になります。ですが、質を落とすわけにはいきませ

ん」と、食事への強いこだわりを見せる永野さん。調理する厨房スタッフにも嚥下調整食の必要性を理解してもらいため、勉強会への参加やレシピ開発を一緒に行つており、順調に厨房業務を任せられていました。ただ、労力と時間をする嚥下調整食の食数が増えていることは、少なからず負担になっていた。「特に調理工程が複雑で時間のかかるソフト食は、物性以外にも味や見た目、衛生面にも注意が必要なため、負担になります」（永野さん）。

提供までの作業工程が多く、難航していたソフト食の大量調理に対し、打開策として永野さんが目をつけたのが「冷凍介護食」だ。同施設ではソフト食の提供数が増えたタイミングで、クッカーライブでの調理・提供は難しくと判断。ソフト食をつくる日を決めて大量調理し、冷凍保存しながら必要に応じて提

## おいしい嚥下調整食をクリア 衛生面・物性調整をクリア



食形態が異なる食事でも見た目を似せてつくるため、皆で同じ食事を囲んでいるように見える。

充実感が生まれるという食事を共有している

食事で心がけている点を話

してくれた。

5段階の食事は可能な限り食器も同じ物を使用している。そのため、配食前に中身の確認を行なう

供していた。

だが、ソフト食は調理済み食材の粗熱をとつからミキサーにかけ、ゲル化剤を混ぜ合わせてつくるため、衛生面を危惧する声が挙がるようになった。「プラスチックラーメンの容量が少なく、たくさんつくるとなかなか冷めません。空気に触れる時間が長ければ長いほど菌が繁殖し、食中毒のリスクも高まります。衛生面での改善が急務でした」（永野さん）。

ほかにも物性調整の問題があった。食材そのものがもつ水分量が異なるため、常に一定の

物性で仕上げることが困難だった。「料理ごとにマニュアルをつくり、決まった分量で調理しても、食材によって物性が変わってしまいます。これでは介護スタッフも安心して提供することできません」と、永野さんが当時の苦悩を語る。

そこで、調理工程を省き、かつ常に安定した物性で調理・提供ができる「冷凍介護食」の導入を検討。「必要な数だけ取り出せるので便利で経済的です。ソフト食用の肉や魚もタッフも安心して提供することができます」と、永野さんが

かつ常に安定した物性で提供できるので、常に安定した物性で提供できるのも魅力ですね」と、永野さんは話す。入所者からも好評で、食事に関する話題が増えたといふ。そして、残食量も低減した。「色々見えた目もおいしそうにづりました。そして、手間のかかる物性調整もすでにされているので、常に安定した物性で提供できるのも魅力ですね」と永野さんは踏み切った。

実際に導入してみると、調理工程が省かれたことで厨房スタッフに時間的・労力的な余裕が生まれたという。同施設では「やさしい素材（マルハニチロ）」、「New素材（ソフミール（林フト（同上）」、「ソフミール（林

工程が省かれたことで厨房スタッフに時間的・労力的な余裕が生まれた」と、永野さんは笑顔を見せる。

「今後ますます増える嚥下障害を有する高齢者へ、安全でおいしい食事を継続的に提供していくためには、『冷凍介護食』や冷凍食材のような冷凍食品の活用が鍵になるのではないか」と永野さんは笑顔を見せる。

おいしい食事を継続的に提供していくためには、『冷凍介護

食』や冷凍食材のような冷

食品の活用が鍵になるのではなく

いでしょうか」（永野さん）



常食。この日のメニューはご飯、みそ汁、とんかつ、焼きなす。とんかつには酵素加工した冷凍の豚肉を使用



粗刻み食。とんかつは冷凍のソフト食を使用するため、噛み切りやすくなっている



ソフト食。とんかつは冷凍介護食を採用している。衣の食感を残しつつ、舌でつぶせる軟らかさに仕上がっており、おいしいと好評だ



ミキサー食。食材の色味を再現できるよう、加水量を工夫している。ボリュームも多くならないよう注意している



おいしい食事に笑顔を見せる利用者に、永野裕子さんも思わず笑顔になる