

# 5-10

演題	限界まで加水を抑えたソフト食への挑戦
副題	～私たちでも美味しいソフト食できました～


法人名	社会福祉法人 寿徳会
施設名	はだの松寿苑

発表者名 (職種)	堀井 友希 栄養士
共同発表者	
共同発表者	
共同発表者	
共同発表者	

都道府県	神奈川県
住所	秦野市戸川 381-12
TEL	0463-74-2003
FAX	0463-75-4001
メールアドレス	info@hadanosyojuen.com
URL	

今回の発表施設 またはサービスの 概要	平成 17 年開設、入居者 100 名のユニット型特別養護老人ホーム。ショートステイ 20 名、デイサービス 35 名、居宅介護支援事業所を併設。ユニットリーダー研修の実地研修施設としての役割も担っている。
---------------------------	---

## 研究の目的、PR ポイント

当施設では、嚥下機能が低下した方にソフト食を提供している。ソフト食は厨房で手作りしているが、入居者から「美味しくない」「何を食べているのかわからない」という意見がでていた。ソフト食は本当に美味しくないものなのだろうか？嚥下機能が低下した方にも「美味しいものを食べていただきたい」という想いから動き出した。その結果、味だけではなく栄養価もアップすることに成功した、ソフト食改良の取り組みについて報告する。

## 取り組んだ課題

ソフト食は、調理済みの食材にだし汁等の水分を加えてミキサーにかけ、滑らかにしたものをゲル化剤で固めて作る。当施設では、調理済み食材の重さ 1 に対して 2～4 倍の水分を使用していた。水分を加える（加水する）ことにより、①全体量が増え、②食材本来の味が損なわれる。これらは私たちだけではなく、ソフト食を手作りしている他施設でも課題となっていると思われる。

## 具体的な取り組み

1. 使用する機器の選定  
今まで使用していたミキサーは、加水を少なくすると食材を滑らかにすることができないどころか、使用する食材によってはモーターに負荷がかかり作動しなくなる。そこで、加水なし、もしくは少量の加水で食材を滑らかにすることができる機器（ロボクープブリークサー）の導入が必要であると考へ、デモ機の無料レンタルを利用した。
2. 新ソフト食の試作と試食会実施  
デモ機レンタル期間中に、加水を抑えた新ソフト食の試作に挑戦。試作品は、介護職員、看護師、相談員、施設長、理事長まで全職員を巻き込んで試食してもらった。食材そのままの味をソフト食でも再現できる手応えを感じた。味はもちろんのこと、仕上がりの滑らかさ、硬さも問題なし。この試食結果をふまえ、検討機器の購入に至った。
3. 給食委託会社との調整  
機器購入後、新ソフト食の作り方を給食委託会社

の調理師に伝えた。誰が作っても安定したソフト食ができるよう、当施設オリジナルの「加水目安表」を作成。調理済み食材別に、加水の割合を決めて一覧表にした。

## 4. ミールラウンドの強化

新ソフト食に移行後、食べている方の様子を丁寧に観察して回った。ソフト食の硬さは適切か、飲み込みに問題がないか等確認した。

## 活動の成果と評価

- 従来のソフト食は（調理済み食材の重さ 1：加水 2～4）であったが、新ソフト食は（調理済み食材の重さ 1：加水なし～加水 1/2）までとなり、大幅に加水を抑えることに成功した。
- 加水を抑えた新ソフト食は、風味が格段に良くなった。常食の味と香りそのままを、ソフト食でも出せるようになった。
- 新ソフト食は「美味しい」と入居者から評価をいただく。
- 介護職員からは「これなら美味しいからどうぞと自信を持っておすすめできる」との意見あり。
- 新ソフト食は常食と同じ栄養価になった。
- 従来のソフト食は加水が多く栄養価が不足していたため、栄養強化目的のパウダーを混ぜていたが、新ソフト食では添加する必要がなくなった。
- 「加水目安表」を作成したことで、給食委託会社の調理師が新ソフト食調理に慣れるまで時間がかからなかった。

## 今後の課題

新ソフト食に移行し、味と栄養価は期待していた以上に改善した。今後の課題は、見た目を良くすることだと考えている。見た目の追求はソフト食調理に手間と時間を要する。他の作業との兼ね合いで、どこまで手をかけられるかを考え、さらに進化させていきたい。