

全量摂取をめざす少量高栄養な

# ペースト食

リモートで  
実施中!!

山形県庄内地域における三次救急および専門医療を担う、日本海総合病院。

27診療科を有する同院では、一部診療科において、嚥下調整食のうちペースト食の提供が半数近くに上る。加水により量が増え、エネルギー価をはじめとするさまざまな栄養価が低下するというペースト食の課題を踏まえ、食べ切れる量および飽きのこない味に調整しつつ、栄養量の強化を図ったペースト食の提供に努めている。



患者個々に適した栄養量での食事提供を実現するには、病棟の管理栄養士と厨房スタッフとの連携が欠かせない。調理スタッフらの協力なくして、適切な栄養管理は成り立たないという

地方独立行政法人 山形県・酒田市病院機構 **日本海総合病院**

山形県酒田市あきほ町30番地  
病床数：630床（一般626床、感染症4床）  
栄養管理室：管理栄養士11人  
調理担当：日清医療食品株式会社



写真提供＝日本海総合病院

## 正確な栄養管理を目的に ペースト食の全量摂取をめざす

**近** 隣市町村を  
はじめ隣県  
から受診される方  
がいる一方で、庄  
内地域は少子高齢  
化や過疎化が進ん  
でいるため、地域  
医療情報共通ネッ  
トワーク「ちようか  
いネット」を活用し  
た円滑な地域連携  
に努めています。

当院では約10  
0食／日の嚥下調  
整食を提供してお  
り、ペースト食が  
半数以上を占めます。提供対象は  
脳血管疾患を中心に、加齢による  
摂食・嚥下機能低下が散見される  
内科系、耳鼻咽喉・頭頸部外科の  
術後および化学療法中の患者さん  
です。そこで栄養管理室では、摂食・  
嚥下機能低下に適應する、少量高  
栄養な嚥下調整食を提供し、栄  
養状態の維持・改善に貢献するこ  
とで早期離床、効果的なりハビリ  
テーションの実践、在宅復帰の後押  
しをめざしています。

食へ切ることを前提とした  
食事提供に努めています



1食量が十分に食べ切れない患者  
さんは、必要な栄養量を補給する  
ことが困難であり、また、摂取割  
合から実際の栄養摂取量を算出す  
ることは容易ではありません。その  
ため、全量摂取可能な量に調整し、  
それを栄養管理上の基礎として必  
要に応じ食事の増量や栄養補助食  
品を付加することで、必要栄養量  
の確保を図っています。

当院のペースト食は学会分類20  
13<sup>\*</sup>のコード2-2に則しています。  
食材をペースト状にするため少な  
く加水の必要があり、それに伴  
い量が増えると満腹感から全量摂  
取に難渋します。また、量が多  
ければその分食事時間が長くなり疲  
労から摂食を諦めてしまうケー  
スもあります。加えて、加水は味付  
けにも影響を与えるほか調理時間  
の延長にもつながってしまうこと  
から、加工食材や調理済み食品を  
活用し、少量高栄養でメリハリのある  
食事提供に努めています。適切な  
栄養量を調整するため、栄養補助  
商品を献立に応じて添加。栄養補  
助商品の特徴を活かしつつ、おいし  
い食事となるよう調理技術を磨き  
ながら食事を提供しています。

栄養管理室／茂木正史さん

※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

●日本海総合病院「ペースト食」1週間メニュー

	朝	昼	夕	1日分の栄養成分
11/15 (月)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・くず煮奴</li> <li>・切干大根ムース</li> <li>・のりの佃煮</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・ホタテ茶碗蒸し</li> <li>・サラダゼリー</li> <li>・鯛みそ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・サケムースみそマヨソース</li> <li>・キャベツクリーム煮ペースト</li> <li>・梅びしお</li> <li>・おろしりんご</li> </ul>	エネルギー .....1218kcal たんぱく質.....40.6g 脂質.....57.9g 炭水化物.....131.5g 食塩相当量.....5.2g
11/16 (火)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・鶏肉の甘煮</li> <li>・梅だれトーフール</li> <li>・鯛みそ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・白身魚ムースごまだれ</li> <li>・さつまいもりんごペースト</li> <li>・梅びしお</li> <li>・ピーチクラッシュ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・豚肉ムースマトソース</li> <li>・卵の花ムース</li> <li>・のりの佃煮</li> <li>・バナナヨーグルト</li> </ul>	エネルギー .....1221kcal たんぱく質.....39.7g 脂質.....54.9g 炭水化物.....141g 食塩相当量.....5.4g
11/17 (水)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・くず煮奴</li> <li>・かぼちゃサラダペースト</li> <li>・鯛みそ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・豚肉ムースしょうが焼きソース</li> <li>・温泉卵</li> <li>・バナナミキサー</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・厚焼き卵ペースト</li> <li>・カリフラワークリーム煮ペースト</li> <li>・のりの佃煮</li> <li>・りんごヨーグルト</li> </ul>	エネルギー .....1249kcal たんぱく質.....47.9g 脂質.....53.8g 炭水化物.....138.8g 食塩相当量.....5.6g
11/18 (木)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・カレイあんかけ</li> <li>・ごま和えペースト</li> <li>・鯛みそ</li> <li>・ピーチクラッシュ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・茶碗蒸し</li> <li>・かぼちゃペースト</li> <li>・梅びしお</li> <li>・バナナヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・ささみ照り焼きソース</li> <li>・里いもペースト</li> <li>・もろみみそ</li> <li>・ヨーグルト</li> </ul>	エネルギー .....1114kcal たんぱく質.....44.1g 脂質.....36.8g 炭水化物.....148.1g 食塩相当量.....5.4g
11/19 (金)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・スクランブルエッグペースト</li> <li>・かぼちゃサラダペースト</li> <li>・梅びしお</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・シチューペースト</li> <li>・サラダゼリー</li> <li>・鯛みそ</li> <li>・りんごヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・ハンバーグムース</li> <li>・さつまいもペースト</li> <li>・ブチマトゼリー</li> <li>・のりの佃煮</li> </ul>	エネルギー .....1272kcal たんぱく質.....39.7g 脂質.....48.6g 炭水化物.....167.8g 食塩相当量.....5.7g
11/20 (土)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・エビの卵とじ</li> <li>・ごまだれトーフール</li> <li>・温泉卵</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・卵豆腐あんかけ</li> <li>・肉じゃがペースト</li> <li>・梅びしお</li> <li>・ももヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・ささみマトソース</li> <li>・チンゲン菜クリーム煮ペースト</li> <li>・のりの佃煮</li> <li>・おろしりんご</li> </ul>	エネルギー .....1217kcal たんぱく質.....54.4g 脂質.....57.7g 炭水化物.....114.6g 食塩相当量.....5.4g
11/21 (日)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・卵焼きペースト</li> <li>・ごま和えペースト</li> <li>・梅びしお</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・豚肉しょうが焼きペースト</li> <li>・とろろ</li> <li>・バナナヨーグルト</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養粥</li> <li>・サケムースごまだれ</li> <li>・ブチマトゼリー</li> <li>・鯛みそ</li> <li>・フルーチェ<sup>①</sup></li> </ul>	エネルギー .....1231kcal たんぱく質.....38.8g 脂質.....60.2g 炭水化物.....125.5g 食塩相当量.....4.8g

①・・・ハウス食品

## 脳神経外科および神経内科への 栄養管理の取り組み

器質的要因や機能的要因により、摂食嚥下障害のある患者の多い脳神経外科・神経内科では、院内全体におけるペースト食の40%超が提供されています(2021年1~9月の平均食数)。当院では、入院時の栄養管理計画を病棟担当管理栄養士が行っており、栄養評価は生化学検査の結果と1週間ごとに実施する体重測定の変動を確認したうえで都度、必要栄養量を再設定します。

やせや肥満のない患者さんは、Harris-Benedictの式で求めた基礎エネルギー消費量に、活動係数と傷害係数を乗じるLong法で必要エネルギー量を算出し、やせや肥満を有する患者さんにおいては、必要に応じ体成分分析装置(InBody S-10)を用いて必要栄養量を設定します。これらの評価をも



とに、筋肉量や体脂肪率、基礎代謝量を医師をはじめとする他職種に示すことで理解を得るとともに、細胞内外の水分量からむくみを判断し、見せかけの体重になっていないかを確認して

脳神経外科／神経内科 病棟担当  
管理栄養士 阿曾 真実さん



います。

病棟担当管理栄養士が行うミールラウンドでの情報は、管理栄養士ならではの着眼点が栄養改善に結びつくことも多く、速やかに医師および病棟スタッフに伝達します。当院で



は、看護師が改訂水飲みテストを実施しており、評価困難症例においては言語聴覚士が摂食嚥下機能評価を行っています。したがって、嚥下調整食の変更は言語聴覚士による判断で実施されますが、食形態の変化により経口摂取が進まなくなってしまう症例をたびたび経験します。この栄養摂取量の低下をできるだけ防ぐために、食形態を上げる際には、たとえば学会分類2013のコード2-2に当たるペースト食に、コード3を1品追加するなど、段階的な食事提供を調理師の協力のもと実施しています。

検査数値やフィジカルアセスメントの結果を踏まえた根拠ある栄養管理を実施し、後方施設への転院や在宅退院に向けた途切れのない栄養管理をめざしています。

# 昼食

Lunch



Pick up recipe

パターン化になりやすいペースト食ですが、手づくりする茶碗蒸しに嚥下調整食品を加えることで、栄養量の確保と献立の展開を実現しています。また、野菜は同じ調理法でも季節や産地で物性に変化が生じますが、調理済み食品の野菜ゼリーを利用することで、年間を通して均一な食形態で提供が可能になります。それらを多数のドレッシングやソースと合わせることで、見た目にも鮮やかで飽きにくい食事提供をめざしています。

## 【材料と1人分の分量(g)】

- 栄養粥
  - 全粥…………… 100.0
  - 日清MCTオイル④…………… 4.0
  - 粉飴⑦…………… 4.0
  - メイプロテイン⑧…………… 2.5
- ホタテ茶碗蒸し(※レシピ参照)
  - やわらかカップ(ほたて風味)⑤… 40.0
  - 卵…………… 20.0
  - コンソメ…………… 1.2
  - A
    - 水…………… 5.0
    - ニュートリーコンク2.5②… 10.0
    - 牛乳…………… 60.0
- サラダゼリー
  - SFソフリそのままにんじん10④… 10.0
  - SFソフリそのままブロッコリー10④… 10.0
  - サウザンドドレッシング…………… 10.0
- 鯛みそ
  - 鯛みそ…………… 8.0
- ももヨーグルト
  - ピーチクラッシュ…………… 30.0
  - プレーンヨーグルト…………… 40.0
  - メイプロテイン⑧…………… 4.5
  - 日清MCTオイル④…………… 3.0
  - つるりんこ⑦…………… 0.8

栄養成分	
エネルギー	443 kcal
たんぱく質	15.6 g
脂質	21.4 g
炭水化物	46.4 g
食塩相当量	1.6 g

## ホタテ茶碗蒸し

- ① やわらかカップ(ほたて風味)をひと口大にカットする
- ② 溶いた卵を濾し、Aを加えてよく混ぜ合わせる
- ③ 器に①を入れ、②を流し入れる
- ④ スチームモード・86℃に設定したスチームコンベクションオーブン(スチコン)で、③を10分間加熱する

# 朝食

Breakfast



Pick up recipe

全量摂取が難しい患者さんがいることを踏まえ、全粥には日清MCTオイル、メイプロテイン、粉飴を加え、少量でも栄養量の強化を図っています。また、朝食時は病棟スタッフが少なく、食事介助に要するマンパワー不足という課題もありました。そこで、品数を少なくし食事介助を短時間に集中させることで、全量摂取の割合を増やすことにも成功しました。

## 【材料と1人分の分量(g)】

- 栄養粥(※レシピ参照)
    - 全粥…………… 100.0
    - 日清MCTオイル④…………… 4.0
    - 粉飴⑦…………… 4.0
    - メイプロテイン⑧…………… 2.5
  - 卵焼きペースト
    - だし巻き卵…………… 84.0
    - カツオだし汁…………… 20.0
    - ニュートリーコンク2.5②…………… 14.0
  - ごま和えペースト
    - ほうれん草…………… 50.0
    - 練りごま和えの素…………… 4.0
    - マヨネーズ…………… 4.0
    - ニュートリーコンク2.5②…………… 4.0
    - カツオだし汁…………… 9.0
    - つるりんこ⑦…………… 0.5
  - 梅びしお
    - 梅びしお…………… 8.0
- ④: 日清オイリオグループ ⑦: ファイン  
⑧: 明治 ②: ニュートリー  
⑤: キッセイ薬品工業 ⑥: クリニコ

栄養成分	
エネルギー	350 kcal
たんぱく質	12.8 g
脂質	16.7 g
炭水化物	36.0 g
食塩相当量	2.1 g

## 栄養粥

- ① 全粥をざるに上げ水気を切る
- ② 日清MCTオイル、粉飴、メイプロテインをミキサーにかける
- ③ ①と②を混ぜ合わせ、器に盛り付ける

# 行事食

Event meal

# 夕食

Dinner



Pick up recipe

地元の旬を楽しむ秋

鮭いくら丼は錦糸卵や三つ葉を飾り、彩りよく仕上げました。

副菜には山形で秋の味覚として親しまれている食用菊「もってのほか」を使用しています。

主菜の塩分を考慮し、からし和えにして減塩を図りました。

そのほか、きのこソテーはきのこのうま味を活かすと少量の調味料でも楽しめます。

デザートには地元特産の「庄内柿」を添え、入院中でも季節を感じられるよう旬の食材を豊富に使用しています。

## 【材料と1人分の分量(g)】

<p>● 鮭いくら丼</p> <p>精白米 ..... 68.0</p> <p>水 ..... 82.0</p> <p>濃口醤油 ..... 1.5</p> <p>顆粒コンブだし ..... 0.15</p> <p>銀ザケ(生骨なし) ..... 50.0</p> <p>酒 ..... 3.8</p> <p>塩 ..... 0.68</p> <p>イクラ ..... 10.0</p> <p>酒 ..... 0.33</p> <p>みりん ..... 0.33</p> <p>濃口醤油 ..... 1.0</p> <p>三つ葉 ..... 3.0</p> <p>錦糸卵 ..... 20.0</p>	<p>● きのこソテー</p> <p>ほんしめじ ..... 30.0</p> <p>エリンギ ..... 30.0</p> <p>ピーマン ..... 10.0</p> <p>ごま油 ..... 3.0</p> <p>オイスターソース ..... 1.0</p> <p>塩 ..... 0.1</p>
<p>● もって菊と小松菜のからし和え (※レシピ参照)</p> <p>小松菜 ..... 60.0</p> <p>もってのほか ..... 15.0</p> <p>濃口醤油 ..... 3.0</p> <p>粉からし ..... 0.3</p>	<p>● 柿</p> <p>庄内柿 ..... 75.0</p>

### 栄養成分

エネルギー	531 kcal
たんぱく質	23.2 g
脂質	15.5 g
炭水化物	74.8 g
食塩相当量	2.4 g

## もって菊と小松菜のからし和え

- ①小松菜は根本を切り落とし、3cm長さに切る。菊は花卉からがくを取り除いておく
- ②鍋に湯(分量外)を沸騰させ、①をそれぞれさっとゆでる
- ③②を冷水にとって冷まし、絞って水気を切る
- ④③を粉からしと濃口醤油で和え、皿に盛り付ける



Pick up recipe

栄養補助商品を添加すると少なからず食感や味が変化するため、添加する食材を考慮しています。

日清MCTオイルとメイプロテインの割合は何度も試作し、調整しました。

酸味のあるトマトソースとの相性が良好であるほか、バターを入れるとこくが加わりより自然な味わいに近づきます。

副食はしっかりした味付けのため、デザートにはさっぱりしたおろしりんごを提供するなど、メリハリのある献立にしています。

## 【材料と1人分の分量(g)】

<p>● 栄養粥</p> <p>全粥 ..... 100.0</p> <p>日清MCTオイル<sup>㊤</sup> ..... 4.0</p> <p>粉飴<sup>㊦</sup> ..... 4.0</p> <p>メイプロテイン<sup>㊨</sup> ..... 2.5</p>	<p>● のりの佃煮</p> <p>のり佃煮 ..... 8.0</p>
<p>● ささみトマトソース(※レシピ参照)</p> <p>鶏肉うらごしササミ<sup>㊩</sup> ..... 47.5</p> <p>トマトケチャップ ..... 12.0</p> <p>有塩バター ..... 3.0</p> <p>A コンソメ ..... 0.3</p> <p>メイプロテイン<sup>㊨</sup> ..... 3.0</p> <p>日清MCTオイル<sup>㊤</sup> ..... 5.0</p>	<p>● おろしりんご</p> <p>すりおろしりんご ..... 50.0</p>

㊤:日清オイルグループ ㊦:ファイン  
㊨:明治 ㊩:ホリカフーズ  
㊪:ニュートリー ㊫:クリニコ

### 栄養成分

エネルギー	425 kcal
たんぱく質	18.4 g
脂質	20.6 g
炭水化物	40.7 g
食塩相当量	1.7 g

## ささみトマトソース

- ①鶏肉うらごしササミを湯せんで温め、ディッシャーで丸く形を整え皿に盛り付ける
- ②鍋にAを入れ、全体が均一になるよう混ぜ合わせながら温める
- ③①の上に②をかける