



毎日猛暑が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか。
さて、先日「第1回 NST 勉強会 食事の種類を知ろう～一般食・コメントについて～」が行われました。
質問も含めポイントもまとめました！

① 常食と軟食の違いについて

主食	常食		軟食		
	米飯	軟飯	米飯	軟飯	粥
水曜日の朝食	パン食		ご飯食		
変わりご飯	○		×		
副菜	揚げ物、海藻類 貝類、固い食材*		×		
その他	セレクトメニュー	月に1回	×		
	お弁当	月に1回	×		

固い食材とは…
イカ、タコ、蓮根、筍、
こんにやくなど



② ソフト食について

やわらか素材を使用した食事です。舌でつぶせる軟らかさなので、
歯がない患者様や、食事が固くて食べにくい患者様向けの食事です。
ソフト食の入力方法・・・副食コメントで【**ミンチ+軟菜食**】を入力！
※常食では選べません



③ 今年の4月から登場!! もみじ食って???

以前から、化学療法中の患者様向けのなごみ食がありましたが、今年度からもみじ食が加わりました。

	なごみ食 〈タンパク源は卵・豆腐が中心 (肉、魚は臭いがあるため)〉	もみじ食
	米飯、軟飯、全粥	変わりご飯 (お好み焼き、タコ焼きなど)
品数	平均6品	3品
デザート	果物またはゼリー	果物
カロリー	米飯小盛 1500 kcal/day 全粥小盛 1200 kcal/day	1300kcal/day

※なごみ食ともみじ食の混合はできません。喫食状況に応じて食事を検討して下さい

④ コメント入力について

★喫食率が低く、食欲がない場合・・・副菜ハーフ

高齢者の方は量が多いと感じると、それだけで食欲低下に繋がります。

残すことが悪いと感じている方にはおススメ

副菜ハーフで全量摂取できれば満足感も得られます！

★食事のにおいが気になる場合や、口内炎がしみて食べにくい場合・・・全て冷

★汁物が食べやすい場合・・・汁物好む

★喫食率が5割以下の患者様・・・補助食品や果物の検討

カロリーメイトゼリーやジュースは市販でも販売されており退院後も購入しやすく便利です。一日かけてでもいいので食事の間やおやつ代わりにして摂取促すといいです！また薬だと思って摂取してみてくださいと促すと意外と摂取してくれるかもしれません。その他様々な補助食品がありますのでどれをつけたらいいか迷ったら遠慮なくリンクナースや栄養士へ相談を！

※補助食品を付加した場合はその食品の摂取状況を確認して、適宜変更したり、喫食率が上がってきたら補助食品を外すなどしっかりフォローアップをお願いします。



★第一回ミニテストと回答★

Q補助食品や果物付加の対象となるのは喫食率何割以下でしょう？

A：5割 (補助食品や果物は食事を食べれない方が栄養を補うためのものです)

Qソフト食に変更したい場合、どのコメントを選ぶといいでしょう？

A：ミンチ+軟菜食 (副食コメントの中にあります)

Qなごみ食ともみじ食ではどちらが主食として変わりご飯が提供されるのでしょうか？

A：もみじ食です。(主食としてたこやき、肉まん、お好み焼き、うどん、巻きずし etc)

編集：3S. 5S 病棟
壬生・大迫

