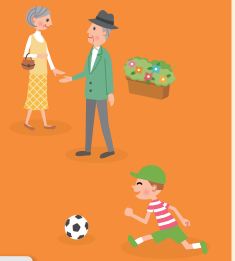
おいしい！ かんたん！ 食べやすい！

日常の食事から介護食まで幅広くお使いいただける、食べやすさに配慮した食品です。その種類も様々で、レトルト食品や冷凍食品などの調理加工食品をはじめ、飲み物やお食事にとろみをつける「とろみ調整食品」などがあります。
ユニバーサルデザインフードのパッケージには必ず UD マークが記載されています。これは日本介護食品協議会が制定した規格※に適合する商品だけについているマークです。お客様が選び易いよう、どのメーカーの商品にも「かたさ」や「粘度」の規格により分類した4つの区分を表示しています。この区分を目安にご利用に適した商品を安心して選んでいただけます。
まずはパッケージの UD マークをご覧下さい。

※日本介護食品協議会会員である食品メーカーは、この規格に基づき商品を製造・販売しています。



「日本介護食品協議会」について ●●●介護食品の規格を統一●●●

我が国はすでに「超高齢社会」となっておりますが、以前より各食品メーカーでは「介護」シーンでの利用を考慮した食品の開発や販売を行ってきました。しかし、当初の「介護食品」はメーカーによって製造に関する規格や表示方法が異なるため、利用者の不便が指摘されていました。
そこで、これら利用者の不便を解消するため、食品メーカーを中心に、素材や容器など多くの企業が集まり、『日本介護食品協議会』を設立（2002年4月）し、介護食品の「食べやすさ」「使いやすさ」などについて「統一規格」を制定しました。
協議会では、その規格に適合する商品をすべての人が食べやすいことから「ユニバーサルデザインフード」とし、以降、次々と「ユニバーサルデザインフード」のロゴマークを表示した商品が誕生、現在もその数は増え続けています。
協議会では、「ユニバーサルデザインフード」をすべての利用者に安心して使っていただくために、関連する情報の発信や普及啓発活動、自主規格の整備などを行い、介護食品業界の健全な発展を目指すとともに、みなさまの食べる楽しみを通じてQOL（クオリティーオブライフ・生活の質）の向上に貢献していきたいと考えています。

「ユニバーサルデザインフード」の選び方（区分表）

下記表の「かむ力、飲み込む力」を参考に区分を選びましょう。

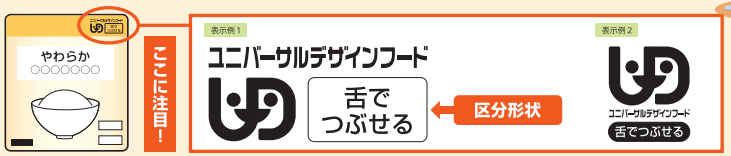
※かむことや飲み込むことに重要な障がいがある、または、それが疑われる場合は医療機関の専門家にご相談ください。

区　分		容易にかめる	歯ぐきでつぶせる	舌でつぶせる	かまなくてよい
かむ力の目安		かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安		普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい
かたさの目安 ※食品のメニュー例で商品名ではありません。	ごはん	ごはん～やわらかごはん	やわらかごはん～全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	調理例（ごはん）				
	たまご	厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	やわらかい茶わん蒸し（具なし）
	調理例（たまご）				
	肉じゃが	やわらか肉じゃが	具材小さめやわらか肉じゃが	具材小さめさらにやわらか肉じゃが	ペースト肉じゃが
	調理例（肉じゃが）				
物性規格	かたさ上限値 N/㎡	5×10^5	5×10^4	ゾル：1×10^4 ゲル：2×10^4	ゾル：3×10^3 ゲル：5×10^3
	粘度下限値 mPa・s			ゾル：1500	ゾル：1500

※「ゾル」とは、液体、もしくは固形物が液体中に分散しており、流動性を有する状態をいう。「ゲル」とは、ゾルが流動性を失いゼリー状に固まった状態をいう。

「ユニバーサルデザインフード」の商品パッケージ例

商品パッケージには例示のように、ロゴマークとともに区分形状を表示しています。



「ユニバーサルデザインフード」のとろみ調整食品

とろみ調整食品とは

食べ物や飲み物に加えまぜるだけで、適度なとろみを簡単につけることができる粉末状の食品です。また、ゼリー状にかためることができるタイプのものもあります。

とろみをつけることで、飲み物や食品が口の中でまとまりやすくなり、ゆっくりとのどへ流れます。

とろみ調整食品の上手な使い方

- 冷たくても温かくても温度に関係なく、飲み物にとろみをつけることができます。（飲み物の温度や種類、量によってとろみのつき方が異なる場合があります）
- ぱさつくものや小さく切ったものに、とろみ調整食品で"あん"やソースを作ってかけるとお食事にまとまり感を出すここができます。

※詳しい使い方は、各商品パッケージをご覧ください。
※むせるなど、食べ物や飲み物が飲み込みにくい方は、医療機関の専門家にご相談ください。

とろみをつけたお茶

白身魚の和風あんかけ

とろみ調整食品の統一表示について

日本介護食品協議会では、とろみの状態についてメーカー間の表示を統一し、とろみのつき方を右記のように、4段階のイメージで表現しています。（商品によっては3段階で表示する場合もあります）各メーカーの商品パッケージに表示されている使用量の目安を確認の上、ご利用ください。

※飲み込みの程度や状態は人それぞれです。医療機関の専門家にご相談ください。

【とろみの目安の表示例】

とろみの強さ	＋＋＋＋	＋＋＋＋	＋＋＋＋	＋＋＋＋
とろみのイメージ	フレンチドレッシング状	とんかつソース状	ケチャップ状	マヨネーズ状
イメージ図				
使用量の目安	1g	2g	3g	

水・お茶100mlあたり

お問い合わせ
日本介護食品協議会
〒101-0042 東京都千代田区神田東松下町10-2 翔和神田ビル3階
TEL:03-5256-4804
FAX:03-5256-4805
http://www.udf.jp/