

2025 年度版

えんげ手帳



千種区  
マスコットキャラクター  
「こあらっち」

# 目次

## 内容

はじめに .....	2
①〇〇様の情報 .....	3
②現在提案されている食べ方 .....	4
③医療機関の受診とえんげ検査の記録 .....	5
④実際に食べている状況と食べる能力 .....	6
⑤摂食状況レベル（実際に食べている状況） .....	6
⑥摂食嚥下能力のグレード .....	6
⑦学会分類 2021（えんげ調整食）と他分類の対応.....	7
⑧学会分類 2021（とろみ早見表） .....	8
⑨体重の記録 .....	9



千種区の花  
「あじさい」

# はじめに

このえんげ手帳は、えんげに関する

( ) 様の大切な情報をいつ誰が

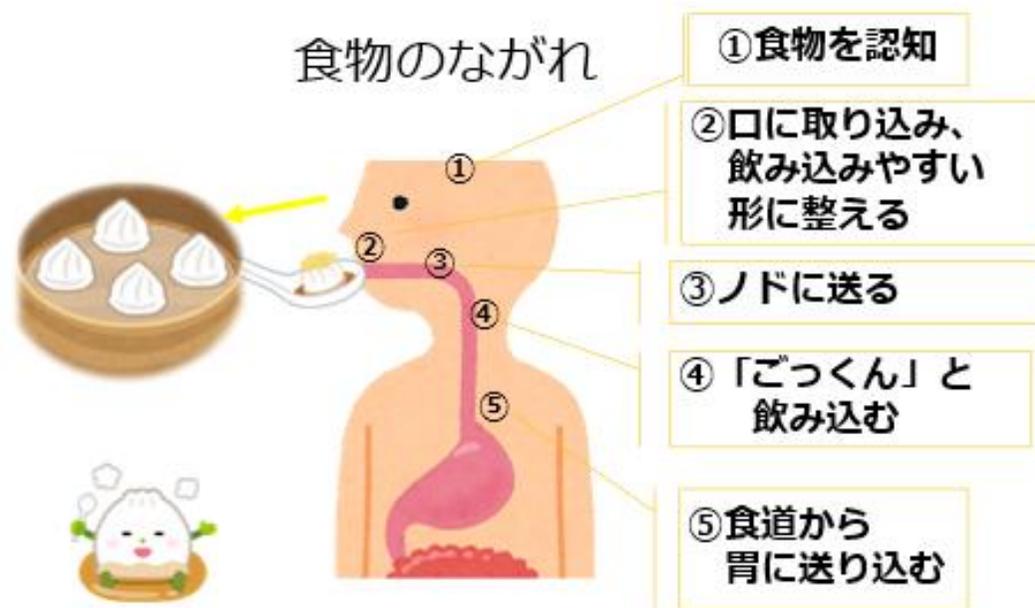
見ても対応できるように記載しています。

医療機関やサービスなどに出掛けられる際は

持参しましょう。また、訪問看護師や言語聴覚士、

ケアマネージャー等から提示を求められることが

あります。



上の図の①～⑤のどこかに障害があると「えんげ障害」が考えられます。

えんげ障害の状態は一人ひとり異なるため、えんげ内視鏡検査やえんげ造影検査が必要な場合があります。

【えんげ機能検査で得られた情報は】

・食事の姿勢や食べ方などを調整していきます。お口の機能やえんげ機能訓練などについても考えていきます。

気になることがあれば、かかりつけ医に相談していきましょう。

①

# 様の情報

性別 男・女

生年月日 西暦 年 月 日 年齢 歳

既往歴(えんげ関連)

肺炎の既往：あり・なし

## 食事に関する情報

- ・食事回数：朝食・昼食・夕食・おやつ \_\_\_\_\_回/日
- ・主食：ごはん 軟飯 全粥 7分粥 5分粥  
とろみ ミキサー粥 パン 麺類  
その他( )
- おかず：ミキサー 極キザミ キザミ 一口大 常食
- 水分とろみ：あり(薄い・中間・濃い) なし
- ・栄養剤などの補助食品：あり(経鼻・胃瘻・腸瘻) なし
- ・内容/回数：栄養剤名( )  
( ) × ( )本数/日
- ・好きな食べ物：
- ・食事中的むせ：あり なし  
むせやすい飲食物：水分 ごはんなどのばらけるもの  
味噌汁などの混合物 その他( )
- ・アレルギー：あり( ) なし

## 口腔に関する情報

- ・口腔機能：良好 まずまず 不良  
(口唇・舌)
- ・口腔内環境：良好 まずまず 不良
- ・ケアの実施：自立 一部介助(準備のみ・仕上げ・ケアの確認)  
介助
- ・義歯：あり なし その他
- ・使用用具等：歯ブラシ 義歯ブラシ 歯間ブラシ 舌ブラシ  
スポンジブラシ 口腔ガーゼ  
保湿剤(ジェル・洗口液) 義歯洗浄剤  
その他( )
- ・ケア方法：毎食後実施 朝 昼 夕 ねる前に実施  
歯磨き 歯間ケア うがい 粘膜の清掃  
舌ケア 義歯洗浄
- ・歯科定期受診：あり なし

## 薬に関する情報

- ・現在服用している薬：あり(お薬手帳参照) なし
- ・薬の形状：粉碎 錠剤 カプセル 水薬
- ・内服方法：経口 経管(経鼻チューブ・胃瘻)
- ・使用するもの：水 ゼリー とろみ ペーストなどの食事  
オブラート その他

## ②現在提案されている食べ方

年	月	日
食事の姿勢： <input type="checkbox"/> 座位 <input type="checkbox"/> ベッド 度 <input type="checkbox"/> 側臥位( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右) <input type="checkbox"/> 頸部回旋( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右)		
介助方法： <input type="checkbox"/> 介助 <input type="checkbox"/> 自己摂取		
食事の形態：学会分類2021： <input type="checkbox"/> コード1j <input type="checkbox"/> コード2-2 <input type="checkbox"/> コード3 <input type="checkbox"/> コード4		
水分とろみの種類：_____ <input type="checkbox"/> 有( <input type="checkbox"/> 薄い <input type="checkbox"/> 中間 <input type="checkbox"/> 濃い) <input type="checkbox"/> 無		
1口量：ティースプーン <input type="checkbox"/> 1/2杯 <input type="checkbox"/> 1杯 <input type="checkbox"/> その他		
介助の工夫(嚥下手技)： <input type="checkbox"/> 交互嚥下 <input type="checkbox"/> 複数回嚥下 <input type="checkbox"/> その他		
その他：		

年	月	日
食事の姿勢： <input type="checkbox"/> 座位 <input type="checkbox"/> ベッド 度 <input type="checkbox"/> 側臥位( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右) <input type="checkbox"/> 頸部回旋( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右)		
介助方法： <input type="checkbox"/> 介助 <input type="checkbox"/> 自己摂取		
食事の形態：学会分類2021： <input type="checkbox"/> コード1j <input type="checkbox"/> コード2-2 <input type="checkbox"/> コード3 <input type="checkbox"/> コード4		
水分とろみの種類：_____ <input type="checkbox"/> 有( <input type="checkbox"/> 薄い <input type="checkbox"/> 中間 <input type="checkbox"/> 濃い) <input type="checkbox"/> 無		
1口量：ティースプーン <input type="checkbox"/> 1/2杯 <input type="checkbox"/> 1杯 <input type="checkbox"/> その他		
介助の工夫(嚥下手技)： <input type="checkbox"/> 交互嚥下 <input type="checkbox"/> 複数回嚥下 <input type="checkbox"/> その他		
その他：		

年	月	日
食事の姿勢： <input type="checkbox"/> 座位 <input type="checkbox"/> ベッド 度 <input type="checkbox"/> 側臥位( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右) <input type="checkbox"/> 頸部回旋( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右)		
介助方法： <input type="checkbox"/> 介助 <input type="checkbox"/> 自己摂取		
食事の形態：学会分類2021： <input type="checkbox"/> コード1j <input type="checkbox"/> コード2-2 <input type="checkbox"/> コード3 <input type="checkbox"/> コード4		
水分とろみの種類：_____ <input type="checkbox"/> 有( <input type="checkbox"/> 薄い <input type="checkbox"/> 中間 <input type="checkbox"/> 濃い) <input type="checkbox"/> 無		
1口量：ティースプーン <input type="checkbox"/> 1/2杯 <input type="checkbox"/> 1杯 <input type="checkbox"/> その他		
介助の工夫(嚥下手技)： <input type="checkbox"/> 交互嚥下 <input type="checkbox"/> 複数回嚥下 <input type="checkbox"/> その他		
その他：		

年	月	日
食事の姿勢： <input type="checkbox"/> 座位 <input type="checkbox"/> ベッド 度 <input type="checkbox"/> 側臥位( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右) <input type="checkbox"/> 頸部回旋( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右)		
介助方法： <input type="checkbox"/> 介助 <input type="checkbox"/> 自己摂取		
食事の形態：学会分類2021： <input type="checkbox"/> コード1j <input type="checkbox"/> コード2-2 <input type="checkbox"/> コード3 <input type="checkbox"/> コード4		
水分とろみの種類：_____ <input type="checkbox"/> 有( <input type="checkbox"/> 薄い <input type="checkbox"/> 中間 <input type="checkbox"/> 濃い) <input type="checkbox"/> 無		
1口量：ティースプーン <input type="checkbox"/> 1/2杯 <input type="checkbox"/> 1杯 <input type="checkbox"/> その他		
介助の工夫(嚥下手技)： <input type="checkbox"/> 交互嚥下 <input type="checkbox"/> 複数回嚥下 <input type="checkbox"/> その他		
その他：		

年	月	日
食事の姿勢： <input type="checkbox"/> 座位 <input type="checkbox"/> ベッド 度 <input type="checkbox"/> 側臥位( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右) <input type="checkbox"/> 頸部回旋( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右)		
介助方法： <input type="checkbox"/> 介助 <input type="checkbox"/> 自己摂取		
食事の形態：学会分類2021： <input type="checkbox"/> コード1j <input type="checkbox"/> コード2-2 <input type="checkbox"/> コード3 <input type="checkbox"/> コード4		
水分とろみの種類：_____ <input type="checkbox"/> 有( <input type="checkbox"/> 薄い <input type="checkbox"/> 中間 <input type="checkbox"/> 濃い) <input type="checkbox"/> 無		
1口量：ティースプーン <input type="checkbox"/> 1/2杯 <input type="checkbox"/> 1杯 <input type="checkbox"/> その他		
介助の工夫(嚥下手技)： <input type="checkbox"/> 交互嚥下 <input type="checkbox"/> 複数回嚥下 <input type="checkbox"/> その他		
その他：		

年	月	日
食事の姿勢： <input type="checkbox"/> 座位 <input type="checkbox"/> ベッド 度 <input type="checkbox"/> 側臥位( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右) <input type="checkbox"/> 頸部回旋( <input type="checkbox"/> 左 <input type="checkbox"/> 右)		
介助方法： <input type="checkbox"/> 介助 <input type="checkbox"/> 自己摂取		
食事の形態：学会分類2021： <input type="checkbox"/> コード1j <input type="checkbox"/> コード2-2 <input type="checkbox"/> コード3 <input type="checkbox"/> コード4		
水分とろみの種類：_____ <input type="checkbox"/> 有( <input type="checkbox"/> 薄い <input type="checkbox"/> 中間 <input type="checkbox"/> 濃い) <input type="checkbox"/> 無		
1口量：ティースプーン <input type="checkbox"/> 1/2杯 <input type="checkbox"/> 1杯 <input type="checkbox"/> その他		
介助の工夫(嚥下手技)： <input type="checkbox"/> 交互嚥下 <input type="checkbox"/> 複数回嚥下 <input type="checkbox"/> その他		
その他：		

### ③医療機関の受診とえんげ検査の記録

医療機関名	受診日	えんげ内視鏡検査	兵頭スコア	えんげ造影検査
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日
	年 月 日	年 月 日	点	年 月 日

#### 【兵頭スコア】

4点以下	経口摂取の自立が可能
5～8点	経口摂取は可能だが食形態の調整や補助栄養の併用など何らかの介入が必要
9点以上	経口摂取は困難で胃瘻造設や外科的治療も考慮に入れる必要がある

#### ④ 実際に食べている状況と食べる能力

	食べている状況	食べる能力
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.
年 月 日	Lv.	Gr.

#### ⑤ 摂食状況レベル(食べている状況)

経口摂取なし	Lv.1 えんげ訓練を行っていない
	Lv.2 食物を用いないえんげ訓練を行っている
	Lv.3 ごく少量の食物を用いたえんげ訓練を行っている
経口摂取と代替栄養	Lv.4 1食分未満の(楽しみレベルの)えんげ食を摂取しているが、経管栄養や点滴が主体
	Lv.5 1-2食のえんげ食を経管栄養や点滴も行っている
経口摂取のみ	Lv.6 3食のえんげ食の摂取が主体で不足分の経管栄養や点滴は行っている
	Lv.7 3食えんげ食を摂取している 経管栄養や点滴は行っていない
	Lv.8 パサつくものや堅いもの、水などを除いて、3食摂取している
	Lv.9 食物の制限はなく、3食を摂取している
	Lv.10 摂食えんげ障害に関する問題なし(正常)

#### ⑥ 摂食嚥下能力のグレード(食べる能力)

経口重不症可	Gr.1 えんげ困難または不能、嚥下訓練適応なし
	Gr.2 基礎的えんげ訓練のみ適応あり
	Gr.3 厳密な条件下の摂取訓練が可能
経口中等代替栄養	Gr.4 楽しみとしての摂食は可能
	Gr.5 1部(1-2食)経口摂取が可能
	Gr.6 3食経口摂取プラス補助栄養
経口軽の症み	Gr.7 えんげ食で3食とも経口摂取可能
	Gr.8 特別えんげしにくい食品を除き 3食経口摂取可能
	Gr.9 常食の経口摂取可能 臨床的観察と指導を要する
	Gr.10 正常の摂食えんげ能力

# ⑦学会分類 2021 と（えんげ調整食）と他分類の対応



## 学会分類2021と他分類の対応

学会分類2021		他分類			
		嚥下食 ピラミッド	特別用途食品	UDF	スマイルケア食
0j, 1j 物性に配慮した離水の少ないもの	<p><b>0j</b> 嚥下訓練食品 0j</p> <p>たんぱく質含有量が少ないゼリー</p> <p><b>1j</b> 嚥下調整食 1j</p> <p>たんぱく質含有量は問わない プリン・ゼリー・ムースなど</p>				
	<p><b>0t</b> 嚥下訓練食品 0t</p> <p>「ゼリー：jelly t とろみ：thickness</p> <p>学会分類 2021(とろみ)の 中間～濃いとろみ たんぱく質含有量が 少ないこと</p>				
	<p><b>2-1</b> 嚥下調整食 2-1</p> <p>均質で なめらかなもの (あまりさらさら しすぎないこと)</p>		許可基準 I	—	0
	<p><b>2-2</b> 嚥下調整食 2-2</p> <p>やわらかい粒等 を含む 不均質なもの</p>		—	—	0
	<p><b>2-1</b> 2-2</p> <p>べたつかず まとまりやすい ミキサー食、 ペースト食など</p>		許可基準 II	かまなくて よい	1
	<p><b>3</b> 嚥下調整食 3</p> <p>形はあるが、 歯や入れ歯がなくとも 口腔内で押しつぶし、 食塊形成が容易なもの</p>		許可基準 III	かまなくて よい	2
	<p><b>4</b> 嚥下調整食 4</p> <p>形があり、かたすぎず、 ばらけにくく、 貼りつきにくいもの。 箸で切れるやわらかさ</p>		許可基準 III	かまなくて よい	2
			—	舌で つぶせる	3
			—	舌で つぶせる 歯ぐきで つぶせる	4
			—	容易に かめる (一部)	—

形態、特色などの詳細は「嚥下調整食分類 2021」の本文及び学会分類 2021(食事)早見表をご確認ください。  
 ※他分類の対応に関しては：嚥下食ピラミッド、えんげ調整食用食品許可基準、UDF区分は「学会分類 2021(食事)早見表」を、スマイルケア食は「スマイルケア食の選び方」を参考に当社が作成したものです。  
 ※学会分類 2021に対応する内容のみ記載しておりますので、嚥下食ピラミッド(Ⅴ 普通食)、スマイルケア食(Ⅱ、Ⅲ、「胃マーク」)の記載は省略しております。  
 ※学会分類 2021に対応していない場合は「—」を記載しています。

## ⑧学会分類 2021 とろみ早見表

(水100mlあたり)

個人のお客様もご自宅でのとろみづけの際、参考としてお使いください。

商品名	使用目安量 (g)	薄いとろみ 	中間のとろみ 	濃いとろみ 
トロミスマイル		0.6 ~ 1.2	1.2 ~ 2.0	2.0 ~ 3.1
トロミパワースマイル		0.5 ~ 1.0	1.0 ~ 1.6	1.6 ~ 2.4
トロミクリア		0.5 ~ 1.1	1.1 ~ 2.0	2.0 ~ 2.9
トロミアップパーフェクト		0.5 ~ 1.0	1.0 ~ 1.7	1.7 ~ 2.4
つるりんこ Quickly		0.8 ~ 1.6	1.6 ~ 2.6	2.6 ~ 3.3
トロミアップエース		0.5 ~ 1.1	1.1 ~ 2.0	2.0 ~ 3.2
ソフティアS		0.7 ~ 1.4	1.4 ~ 2.3	2.3 ~ 3.2
明治かんたんトロメイク		0.7 ~ 1.5	1.5 ~ 2.4	2.4 ~ 3.5
新スルーキング I		0.6 ~ 1.3	1.3 ~ 2.2	2.2 ~ 3.4
ネオハイトロミールⅢ		0.4 ~ 0.8	0.8 ~ 1.4	1.4 ~ 2.1
トロメリンV		0.6 ~ 0.9	0.9 ~ 1.4	1.4 ~ 1.9

- 県立広島大学 栢下淳教授 監修
- 測定方法・条件：とろみ調整食品を蒸留水(20℃±2.0℃)に添加し、3回/秒の速さで30秒間攪拌。その後、30分間設定温度20℃でインキュベート。インキュベート終了後にコーンプレート型回転粘度計(設定温度20℃、ずり速度50s-1における1分後の粘度:学会分類、コーンアングル1°直径35mm)で粘度を測定。
- 使用量は飲料により異なりますのであくまでも参考としてください。また、各社の測定値と異なる場合がございます。
- とろみ調整食品の種類によって、粘度以外の特性(付着性等)が異なるため、使用に際しては、まず試飲していただくことをお願いいたします。
- 本表は商品の優劣を決定するものではありません。実際の使用量、使用方法は、医師、栄養士等の指導に従ってください。

 栄養指導 Navi

とろみエール(水 100ml)	1.3g	2.0g	3.1g
とろみファイ(水・お茶・牛乳・みそ汁 150ml)	1.5g	3.5g	4.5g

⑨体重の記録 (身長            c m)

測定日			体重	測定日			体重
年	月	日	Kg	年	月	日	Kg
年	月	日	Kg	年	月	日	Kg
年	月	日	Kg	年	月	日	Kg
年	月	日	Kg	年	月	日	Kg
年	月	日	Kg	年	月	日	Kg
年	月	日	Kg	年	月	日	Kg

【×毛】





監修：名古屋市立大学医学部附属東部医療センター 摂食嚥下センター長 青山公紀

千種区訪問看護アソシエーション部会 / 名古屋市立大学医学部附属東部医療センター

発行：千種区摂食嚥下連携プロジェクト

