

実習 3 : 補足資料①

実施3-3喫食率の把握 : 説明

実習 3 - 3 嚙食率の把握

- ① 常食の嚙食量の把握演習から、嚙食量の分類別の誤差について考察する。
- ② 目測法による嚙食率の把握について演習し、考察する。

病院や福祉施設における食事の「嚙食率」とは、栄養管理上必要とされるエネルギー量などが考慮された献立を、全量のうちどの程度摂取できているか（嚙食量）を示す割合である。

1. 栄養素等摂取量の算出 (用紙3-1)

写真1は、エネルギーコントロール食の喫食前と喫食後の写真である。

- ① 1食全体，主食・副食別，個々の料理ごとの喫食量を評価する。
- ② 正解を基に，各喫食率から求めた栄養素等摂取量を計算し，3分類の喫食量を算出した場合に生じる誤差について検討する。



《喫食前》

〈献立〉
ご飯(200g)
サバの味噌煮
赤コンニャクの煮物
キャベツの酢物



《喫食後》

〈エネルギー・栄養素等〉
エネルギー 674kcal
たんぱく質 21.0 g
脂質 22.7 g
炭水化物 94.2 g
食塩相当量 2.0 g
食物繊維 5.8 g
鉄 48.5 mg

写真・資料提供：
国立大学法人滋賀医科大学

エネルギーコントロール食栄養素等量

栄養素等量	ご飯	サバの味噌煮	赤コンニャクの煮物	キャベツの酢物	副食合計	合計
エネルギー(kcal)	312	307	23	32	362	674
たんぱく質 (g)	4.0	15.8	0.5	0.7	17.0	21.0
脂質 (g)	0.4	21.7	0.0	0.6	22.3	22.7
炭水化物 (g)						
食塩相当量 (g)						
食物繊維 (g)						
鉄 (g)						

ここでは、計算枠を設けていませんが
 主食・副菜を合計した値、
 ご飯・各料理を合計した値を算出してください。

栄養素等量	食事全体	主食・副食別		料理ごと(ご飯・サバの味噌煮・煮物・酢物)			
		主食	副食	ご飯	煮魚	煮物	酢物
喫食率(グループ)		50	50				
喫食率(解答例)							
エネルギー(kcal)	(例)	156	181(337)				
たんぱく質(g)							
脂質(g)							
炭水化物(g)							
食塩相当量(g)							
食物繊維(g)							
鉄(g)							

考察

主食・主菜の百分率が変わると、栄養素等摂取量はどのように変化するかを理解し、どの料理の残食をしっかりと把握すべきかについて考察する。

実習 3 : 補足資料②

実施3-3喫食率の把握：
解答スライド

用紙3-1(解答例)

エネルギーコントロール食栄養素等量

栄養素等量	ご飯	サバの味噌煮	赤コンニャクの煮物	キャベツの酢物	副食合計	合計
エネルギー(kcal)	312	307	23	32	362	674
たんぱく質 (g)	4.0	15.8	0.5	0.7	17.0	21.0
脂質 (g)	0.4	21.7	0.0	0.6	22.3	22.7
炭水化物 (g)	76.2	9.4	3.8	4.8	18.0	94.2
食塩相当量 (g)	0.0	1.0	0.8	0.2	2.0	2.0
食物繊維 (g)	3.0	0.1	1.4	1.3	2.8	5.8
鉄 (g)	0.2	1.1	46.9	0.3	48.3	48.5

栄養素等量	食事全体	主食・副菜別			料理ごと(ご飯・サバの味噌煮・煮物・酢物)				
		主食	副食	全体	ご飯	煮魚	煮物	酢物	全体
喫食率(グループ)									
喫食率(解答例)	60	60	50	合計	60	40	60	40	合計
エネルギー(kcal)	404	187	181	368	187	123	14	13	337
たんぱく質(g)	12.6	2.4	8.5	10.9	2.4	6.3	0.2	0.3	9.2
脂質(g)	13.6	0.2	11.2	11.4	0.2	8.7	0.0	0.2	9.1
炭水化物(g)	56.5	45.7	10.8	56.5	45.7	3.8	1.5	1.9	52.9
食塩相当量(g)	1.2	0.0	1.0	1.0	0.0	0.4	0.3	0.1	0.8
食物繊維(g)	3.5	1.8	1.7	3.5	1.8	0.0	0.6	0.5	2.9
鉄(g)	29.1	0.1	24.2	24.3	0.1	0.4	28.1	0.1	28.7

実習 3 : 補足資料③

実施3-3喫食率の把握 : 写真

実習3 実施3-3 喫食率の把握

1. 栄養素等摂取量の算出

写真1 エネルギーコントロール食



《喫食前》



《喫食後》

(写真：国立大学法人滋賀医科大学)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

例) 全粥、ミキサー、栄養ゼリー



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

10%



30%



50%



70%



90%



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

10%



30%



50%



70%



90%



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

10%



30%



50%



70%



90%



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

10%



30%



50%



70%



90%



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

10%



30%



50%



70%



90%



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習3 実施3-3 嚙食率の把握

2. 嚙食率の把握

写真2 嚙下調整食の例

標準的な嚙食率例

10%



30%



50%



70%



90%



(写真：社会福祉法人 敬和福祉会 島津乃荘 摂食嚙下口腔衛生委員会)

実習 3 : 補足資料④

1. 栄養素等摂取量の算出（用紙3-1）：
解答例

考察例

エネルギーコントロール食栄養素等量

栄養素等量	ご飯	サバの味噌煮	赤コンニャクの煮物	キャベツの酢物	副食合計	合計
エネルギー						674
たんぱく質						21.0
脂質 (g)						22.7
炭水化物						94.2
食塩相当量						2.0
食物繊維						5.8
鉄 (g)			46.9	0.3	48.3	48.5

今回の食事のエネルギー摂取量や栄養素の多くは、
食事全体 > 主食・副菜別 > 料理ごとになった。
食事全体でみると喫食量を過大評価する可能性がある。

※逆にご飯のみ食べて、副食を食べないとエネルギー摂取量に
関しては、過少評価する可能性がある。

栄養素等量	食事全体	主食・副菜別			料理ごと(ご飯・サバの味噌煮・煮物・酢物)				
		主食	副食	全体	ご飯	煮魚	煮物	酢物	全体
喫食率(グループ)									
喫食率(解答例)	60	60	50	合計	60	40	60	40	合計
エネルギー(kcal)	404	187	181	368	187	123	14	13	337
たんぱく質(g)	12.6	2.4	8.5	10.9	2.4	6.3	0.2	0.3	9.2
脂質(g)	13.6	0.2	11.2	11.4	0.2	8.7	0.0	0.2	9.1
炭水化物(g)	56.5	45.7	10.8	56.5	45.7	3.8	1.5	1.9	52.9
食塩相当量(g)	1.2	0.0	1.0	1.0	0.0	0.4	0.3	0.1	0.8
食物繊維(g)	3.5	1.8	1.7	3.5	1.8	0.0	0.6	0.5	2.9
鉄(g)	29.1	0.1	24.2	24.3	0.1	0.4	28.1	0.1	28.7

實習 3 : 補足資料⑤

各種食事形態別喫食率:課題写真

喫食率把握の演習

① 普通食



喫食率把握の演習

② 一口大



喫食率把握の演習

③ 普通食



喫食率把握の演習

④ 粥ペースト、ミキサー



喫食率把握の演習

⑤ 粥ペースト、ミキサー



喫食率把握の演習

⑥ 全粥、一口大



喫食率把握の演習

⑦ 普通食、麺の日



喫食率把握の演習

⑧ 全粥、極刻み



喫食率把握の演習

⑨ 普通食、麺の日



喫食率把握の演習

⑩ 極刻み、麺の日



喫食率把握の演習

⑪ 全粥、一口大



喫食率把握の演習

⑫ 栄養ゼリー付、麺の日(麺提供なし)



實習 3：補足資料⑥

各種食事形態別喫食率：課題解答例

喫食率把握の演習

① 普通食

主食：100% 副食：90%

- ・食物形態的に大皿は100%でよい
- ・汁物のカロリー配分は小さいため見た目（50% 喫食）より少なく計上



喫食率把握の演習

② 一口大

主食：100% 副食：80%

- ・汁物と大皿に食べ残しがある
- ・重ねられた食器の下も確認する



喫食率把握の演習

③ 普通食

主食：100% 副食：10%

- ・ 副食は汁物半分と主食と一緒に少量食べた程度



喫食率把握の演習

④ 粥ペースト、ミキサー

主食：90% 副食：70%

- ・ 主食がトレイ上にもこぼれている状態
- ・ 副食は重なった皿を含めまんべんなく食べ残しがある



喫食率把握の演習

⑤ 粥ペースト、ミキサー

主食：70% 副食：90%

- ・副食は汁物以外ほぼ食べているが主食碗にも残っている
- ・エプロン内の食べこぼしはほぼなし



喫食率把握の演習

⑥ 全粥、一口大

主食：100% 副食：90%

- ・エプロンの中に少量の食べこぼしがある



喫食率把握の演習

⑦ 普通食、麺の日

主食：50% 副食：70%

- ・エプロンの中に多量の食べこぼしがある
- ・介助皿内の食べ残しが主食か副食か確認する



喫食率把握の演習

⑧ 全粥、極刻み

主食：70% 副食：70%

- ・ トレイ全体、皿内に食べこぼしや食べ残しがある
- ・ 丸められたエプロン内にも食べこぼしがある
- ・ 主食と副食が混ざった状態を考慮する



喫食率把握の演習

⑨ 普通食、麺の日

主食：80% 副食：80%

- ・ あちこちに食べこぼしがある
- ・ テーブル下の床にも食べこぼしがある



喫食率把握の演習

⑩ 極刻み、麺の日

主食：90% 副食：90%

- ・ エプロンの中に食べこぼしがある
- ・ 重ねられた下の皿は全量摂取ではない



喫食率把握の演習

⑪ 全粥、一口大

主食：100% 副食：90%

- ・ 全量食べているように見えるが汁物の具は残している
- ・ 利用者様自身が重ねる場合もある



喫食率把握の演習

⑫ 栄養ゼリー付、麺の日(麺提供なし)

主食：70% 副食：80% 栄養ゼリー：90%

- ・皿は綺麗だがエプロンの中に多量の食べこぼしがある(一部はティッシュ)
- ・麺提供なしの場合は麺の具のみ提供されるが、主食として扱う

