

あい I スケール Ver.2 (石川県栄養士会 食事形態スケール)

Iスケール(石川県栄養士会 食事形態スケール)とは…

「食」は私たちにとってなくてはならないものであり、「口から食べる事」は当たり前の事です。しかし、現在、摂食嚥下機能低下が課題となる方々が増えています。このような方々が安全に食事ができるように、医療機関、介護施設、在宅などの場において、様々な食事形態が提供され、名前が付けられています。

その名前は各施設で考えられたものであるため、転院・転所・退院された場合に情報を伝えようとしても正しく伝える事ができません。

(公社)石川県栄養士会「あいスケールネットワーク石川」は食事形態を正しく伝えるためのものさし「Iスケール」を多くの皆さまのご協力をいただき、作成しました。

職種・地域を問わず、多くの皆さまにIスケールをご活用いただく事が私たちの願いです。

Iスケールを介した情報伝達(例)

Iスケールコードに変換



主食・副食から写真やコンセプトを参考に食事形態を抽出

*** A病院から、B施設へ転院する場合(例) ***

A病院では、「主食：軟飯、副食：極軟菜」という食種を提供しています。

これを写真やコンセプトから共通事項が多い食事形態をIスケールから選び、Iスケールコードに変換すると「主食：4-常、副食：4硬-5」になります。このIスケールコードでB施設へ情報提供をします。

B施設は、Iスケールから近い食事形態を選び、自施設の食種を選択します。

*** ご確認下さい! ***

Iスケールコードの選択は共通事項が多い食事形態を選択し、その他は特記事項としてお伝えください。

スケールは摂食嚥下機能を中心に、口腔や食道の器質的通過障害や開口障害、手指や上肢の機能低下に対応する食種も配慮しています。

Iスケールコードは、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(食事)」をもとに決定しました。

「あん」は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(とろみ)」段階2~3を基準としています。

Iスケールの理解にあたっては日本摂食嚥下リハビリテーション学会『嚥下調整食学会分類2013』の本文を合わせて、お読みください。

一部においては食形態マップの表現方法・分類コンセプトを参考にしています。

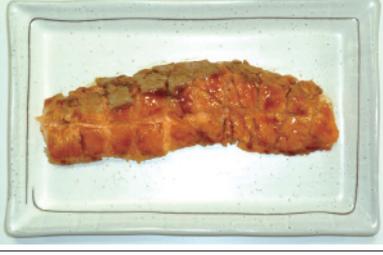
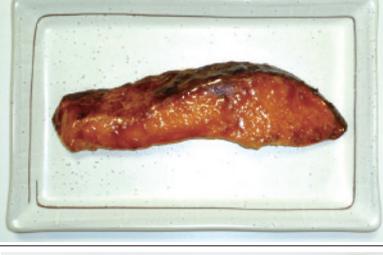
| I スケール コード | 名称例 | イメージ写真 | 粘度・形状 | コンセプト | 嚥下ピラミッド ユニバーサル デザイン |
|---------------|--------------|---|---|---|---------------------------|
| 流 | 流動食 濃厚流動食 |  | おもゆ ポタージュ ジュース状 液体栄養剤 | 口腔や食道の器質的通過障害に 対して適応となる形態。 液状の食品、液体飲用時の誤嚥 がない方が対象。 市販の液状濃厚流動食を含む。 | L3 |
| Oj | ゼリー食 |  | 均質で、付着性・ 凝集性・硬さに配 慮したゼリー状 | 嚥下評価・訓練用の位置付けで、 丸飲みする事が可能。 誤嚥した場合を考慮し、たんぱ く質含有量が少ない滑らかなゼ リー状の食品。 | L0 |
| Ot | とろみ食 |  | 均質で、付着性・ 凝集性・硬さに配 慮したとろみ水 | 嚥下評価・訓練用の位置付けで、 ゼリー丸飲みで誤嚥したり ゼリーが口で溶けたりしてしま う場合に適する。誤嚥した場合 を考慮し、たんぱく質含有量が 少ない。 | L3 の一部 |
| 1j | ソフト食 |  | 均質で離水が少な い上顎と舌で簡単 につぶせるゼリー、 プリン、ムース状 | スプーンですくった時点で食塊 状になる物だが、Ojよりは表 面のざらつきがある。 たんぱく質含有量は問わない。 ミキサーを使用し再形成した物 も含む。 | L1・L2 区分4 |
| 2-1 | ペースト食 |  | 粒が残っておらず スプーンですくえる 均質なペースト・ミ キサー状 | ペースト状、ミキサー状であり均 質でなめらかで口腔内で容易に 食塊状になる物。 市販の半固形化濃厚流動食の一 部を含む。 | L3 区分4 |
| 2-2 | ペースト食 粒あり |  | 粒を含んだスプーン ですくえる不均質な ペースト・ミキサー 状 | ペースト食よりやや不均質な形 状であり、容易に食塊状になる 物。 | L3 区分4 |
| 3 | 極軟菜食 |  | 形はあるが軟らか く、舌で容易につ ぶせる食材や料理 法を用いる。 | 舌での押しつぶしが容易なくら い軟らかい物であるが、粉碎再 形成や均質さは必須ではない。 様々な技術で素材を軟化させた 市販の製品を含む。 | L4 区分3 |

I スケール Ver.2 (石川県栄養士会 食事形態スケール) — 副食 —

| I スケール コード | 名称例 | イメージ写真 | 粘度・形状 | コンセプト | 嚥下ピラミッド ユニバーサル デザイン |
|---------------|---------------------|---|--|---|---------------------------|
| 4軟-1 | 軟菜 極きざみ食 あんあり |  | 大きさ：3～5mm 食品が口腔内では つきやすくまとまり にくい状態ではある があんをかけて対 応。 | 歯、義歯が無くても歯茎や、 上顎と舌ですりつぶす事が 出来るような、 誤嚥と窒息のリスクを 配慮して素材と調理法を 選んだ物。 嚥下機能等を考慮し | L4 区分2 |
| 4軟-2 | 軟菜 極きざみ食 あんなし |  | 大きさ：3～5mm 食品が口腔内では つきやすくまとまり にくい状態。 | | |
| 4軟-3 | 軟菜 きざみ食 あんあり |  | 大きさ：1cm 食品が口腔内では つきやすくまとまり にくい状態ではある があんをかけて対 応。 | 細かく刻んだり、 あんをかける。 | L4 区分2 |
| 4軟-4 | 軟菜 きざみ食 あんなし |  | 大きさ：1cm 食品が口腔内では つきやすくまとまり にくい状態。 | | |
| 4軟-5 | 軟菜 一口大 |  | 大きさ：2cm しっかり噛まなくて も上顎と舌ですり つぶせる食品を一口大 に切って提供。 | 嚥下機能等を考慮し 細かく刻んだり、 あんをかける。 また、手指の機能障害に 対する配慮として | L4 区分2 |
| 4軟-6 | 軟菜 |  | カットなし しっかり噛まなくて も上顎と舌ですり つぶせる食品。 | | |

I スケールの歴史

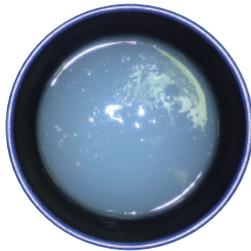
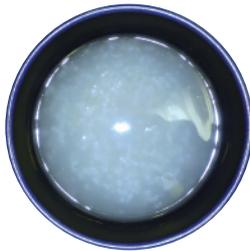
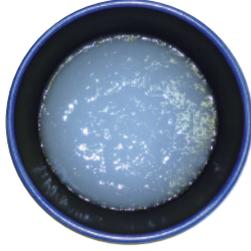
2011年石川県老人保健施設(老健)協議会食事栄養部会が県内39カ所の老健の食事形態の調査を行いました。提示されている食事形態の中で共通しているものを取り上げ、サイズや軟らかさを基準に食事形態を並べ、食のものさし「Iスケール」を作成しました。2012年石川中央保健福祉センター管轄の石川中央福祉栄養研究会が情報の共有化を推進し、2013年医療機関を含む石川中央臨床栄養研究会に広がりました。2013年後半より石川県全域での情報共有化を目的に、上記各団体と石川県栄養士会に所属する有志が集まり、あいスケールネットワーク石川を設立し、活動を行っています。Iスケールは摂食嚥下リハ学会分類2013(食事)コードを参考にコード分類を行っています。

| I スケール コード | 名称例 | イメージ写真 | 粘度・形状 | コンセプト | 嚥下ピラミッド ユニバーサル デザイン |
|---------------|---------------------|---|---|---|---------------------------|
| 4硬 - 1 | 常菜 極きざみ食 あんあり |  | 大きさ：3～5mm 食品が口腔内では らつきやすくまとま りにくい状態では あるがあんをかけて 対応。 | 一般的な食品を使用するが、 いか、たこ等の食材や、 かき揚げ等の硬い揚物など、 多くの高齢者が硬くて 食べられない食品や調理法は 使用範囲を設定。 食事摂取に際し、歯・義歯を 有する事が望ましい。 | L4 区分1 |
| 4硬 - 2 | 常菜 極きざみ食 あんなし |  | 大きさ：3～5mm 食品が口腔内では らつきやすくまとま りにくい状態。 | | L4 区分1 |
| 4硬 - 3 | 常菜 きざみ食 あんあり |  | 大きさ：1cm 食品が口腔内では らつきやすくまとま りにくい状態では あるがあんをかけて 対応。 | | L4 区分1 |
| 4硬 - 4 | 常菜 きざみ食 あんなし |  | 大きさ：1cm 食品が口腔内では らつきやすくまとま りにくい状態。 | | L4 区分1 |
| 4硬 - 5 | 常菜 一口大 |  | 大きさ：2cm ある程度噛むこと が必要。 | | L4 区分1 |
| 4硬 - 6 | 常菜 |  | カットなし ある程度噛むこと が必要。 | | L4 区分1 |
| 5 | 一般食 |  | 原則カットなし ほぼ全ての食品や 調理法が選択可能。 | 基本的に摂食、嚥下機能に配慮な し。 | L5 |

0
1
2
3
4
5

※ I スケールコードの並び順は食事形態をアップさせるためのものではありません。 改訂：2015年11月 石川県栄養士会 あいスケールネットワーク石川

I スケール Ver.2 (石川県栄養士会 食事形態スケール) — 主食 —

| Iスケールコード | 名称例 | イメージ写真 | コンセプト | 嚥下 ピラミッド ユニバーサル デザイン | Iスケールコード | 名称例 | イメージ写真 | コンセプト | 嚥下 ピラミッド ユニバーサル デザイン |
|----------|----------|---|--|-------------------------------|----------|---------|--|---|-------------------------------|
| 流 - 重 | 重湯 |  | 口腔や食道の器質通過障害に対して適応となる形態。粥を炊いた時に上澄みとして見られるものであり米は入っていない液状のもの。 | L3 | 4-三分 | 三分粥 |  | 全粥に比べ、水分量が多く、水分と米が分離している主食。米重量に対して20倍の水分量にて炊飯。全粥3：重湯7 | L4 区分3 |
| 流 - 粥 | ペースト粥 |  | 全粥をミキサーにかけてペースト状にした主食。べたつきが強く、飲み込みにくい。また、唾液による分解でサラサラになりやすい。酵素を加えてサラサラの状態を提供したのもここに含む。 | L3 区分4 | 4-五分 | 五分粥 |  | 全粥に比べ、水分量が多く、水分と米が分離している主食。米重量に対して10倍の水分量にて炊飯。全粥5：重湯5 | L4 区分3 |
| 1j - 重 | 重湯ゼリー |  | 重湯をゼリー状にしたもの。(ゲル化剤等を使用) | L1 | 4-七分 | 七分粥 |  | 全粥に比べ、水分量が多く、水分と米が分離している主食。米重量に対して7倍の水分量にて炊飯。全粥7：重湯3 | L4 区分3 |
| 1j - 粥 | ペースト粥ゼリー |  | ペースト粥をゼリー状にしたもの。(ゲル化剤等を使用) | L2 | 4-全 | 全粥 |  | 水分と米の部分が均等に混ざり合っており、水分と米が分離しにくい主食、重湯がない粥。米重量に対して5～6倍の水分量にて炊飯。 | L4 区分3 |
| 2-1 | ペースト粥とろみ |  | 酵素を使用し、ペースト粥にしたものに増粘剤を加え、とろみをつけたもの。 | L3 区分4 | 4-軟 | 軟飯 |  | 咀嚼機能に問題があり、上顎と舌でつぶす事のできる硬さの主食。米重量に対して2.7～3倍の水分量にて炊飯。 | L4 区分2 |
| 2-2 | ペースト粥粒あり |  | 全粥をミキサーにかけ、若干粒を残したペースト状に近い状態にした主食。べたつきはなし。酵素、増粘剤、ゲル化剤などを使用することもある。 | L3 区分3 | 4-常 | 高齢者向け常飯 |  | 咀嚼機能に問題のない一般高齢者が摂取可能な硬さ。常飯よりも軟らかめの主食。米重量に対して1.5～1.6倍の水分量にて炊飯。 | L4 区分1 |
| 3 | 全粥ゼリー |  | 全粥をゼリー状にしたもの。(ゲル化剤等を使用) | L3 区分3 | 5 | 常飯 |  | 健常者(成人)が摂取する一般的な硬さの主食。米重量に対して1.2倍の水分量にて炊飯。 ※パンはこの区分に該当する。 | L5 |

※Iスケールコードの並び順は食事形態をアップさせるためのものではありません。

とろみ水の段階

| | 段階 1 薄いとろみ | 段階 2 中間のとろみ | 段階 3 濃いとろみ |
|------------------|--|--|--|
| 画像 |  |  |  |
| 性状の説明 (飲んだとき) | 「drink」するという表現が適切なとろみの程度。 口に入れると口腔内に広がる液体の種類・味や温度によっては、とろみがついていることがあまり気にならない場合もある。 飲み込む際に大きな力を要しない。 ストローで容易に吸うことができる。 | 明らかにとろみがあることを感じられ、かつ「drink」するという表現が適切なとろみの程度。 口腔内での動態はゆっくりですぐには広がらない。 舌の上でまとめやすい。 ストローで吸うのは抵抗がある。 | 明らかにとろみがついていて、まとまりが良い。 送り込むのに力が必要。 スプーンで「eat」するという表現が適切なとろみの程度。 ストローで吸うことは困難。 |
| 性状の説明 (見たとき) | スプーンを傾けるとすっと流れ落ちる。 フォークの歯の間から素早く流れ落ちる。 カップを傾け、流れ出た後には、うっすらと跡が残る程度の付着。 | スプーンを傾けるととろとろと流れる。 フォークの歯の間からゆっくりと流れ落ちる。 カップを傾け、流れ出た後には、全体にコーティングしたように付着。 | スプーンを傾けても、形状がある程度保たれ、流れにくい。 フォークの歯の間から流れ出ない。 カップを傾けても流れ出ない(ゆっくりと塊となって落ちる)。 |
| 粘度 (mPa·s) | 50-150 | 150-300 | 300-500 |
| LST 値 (mm) | 36-43 | 32-36 | 30-32 |

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 2013 学会分類(とろみ) 早見表参照

公益社団法人 石川県栄養士会 あいスケールネットワーク石川 メンバー
 大谷 千晴(金沢西病院) 坂下 理香(芳珠記念病院) 手塚 波子(小川医院)
 越後 和恵(映寿会みらい病院) 猪口 一也(金沢医科大学病院)
 漆原 真姫 野崎 理恵(やわたメディカルセンター) 角谷 亜紀(金沢南ケアセンター)
 竹内 静香(市立敦賀病院) 山森 裕子(安田内科病院) 田中 栄理子(加賀市民病院)
 川崎 明恵(公立石川松任中央病院)



平成26・27年度石川県高度・専門医療人材養成支援事業の助成により 作成しました。

公益社団法人 石川県栄養士会

平成 27 年 12 月よりこちらに移転になりました。

〒 921-8105 石川県金沢市平和町1丁目3番1号
 石川県平和町庁舎3階

TEL : (076) 259-5061 FAX : (076) 259-5062

E-mail : ishikawa-ei@celery.ocn.ne.jp <http://www.ishikawa-eiyoushi.com/>

I スケールのページ : <http://www.ishikawa-eiyoushi.com/iscale/>

改訂 : 2015 年 11 月 Ver.2

