とろみ材の使い方

飲み物にとろみ材を加えながら混ぜる。
泡立て器を使うとまぜやすい。

- 時間がたってから混ぜると、ダマになりやすいので注意！
- 色々なとろみ材があり、商品によってとろみのつき方が異なります。



- とろみの付けすぎに注意しましょう！

つなぎのいろいろ



薄いとろみ

スプーンを傾けると、すっと流れ落ちる。



中間のとろみ

スプーンを傾けると、とろとろ流れ落ちる。

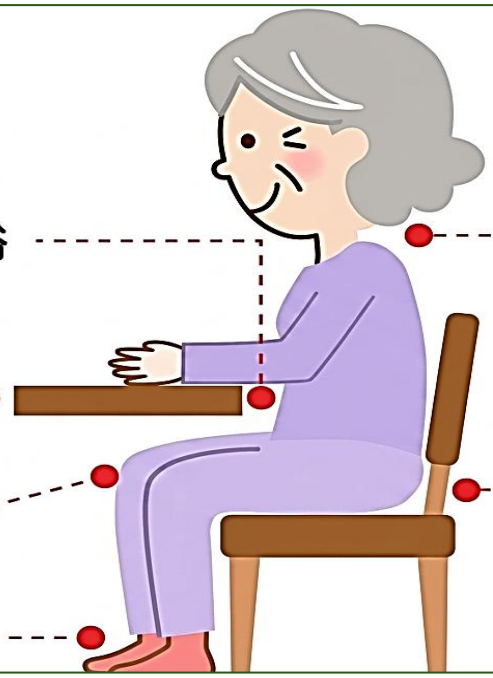


濃いとろみ

スプーンを傾けても、形状がある程度保たれ流れにくい。



姿勢のチェック



テーブルとお腹の間に握りこぶし一つ分の余裕

テーブルが高すぎないよう調節

股関節とひざは直角に

踵をしっかり床につける

前かがみになって顎を引く

背もたれのある椅子に深く腰掛ける

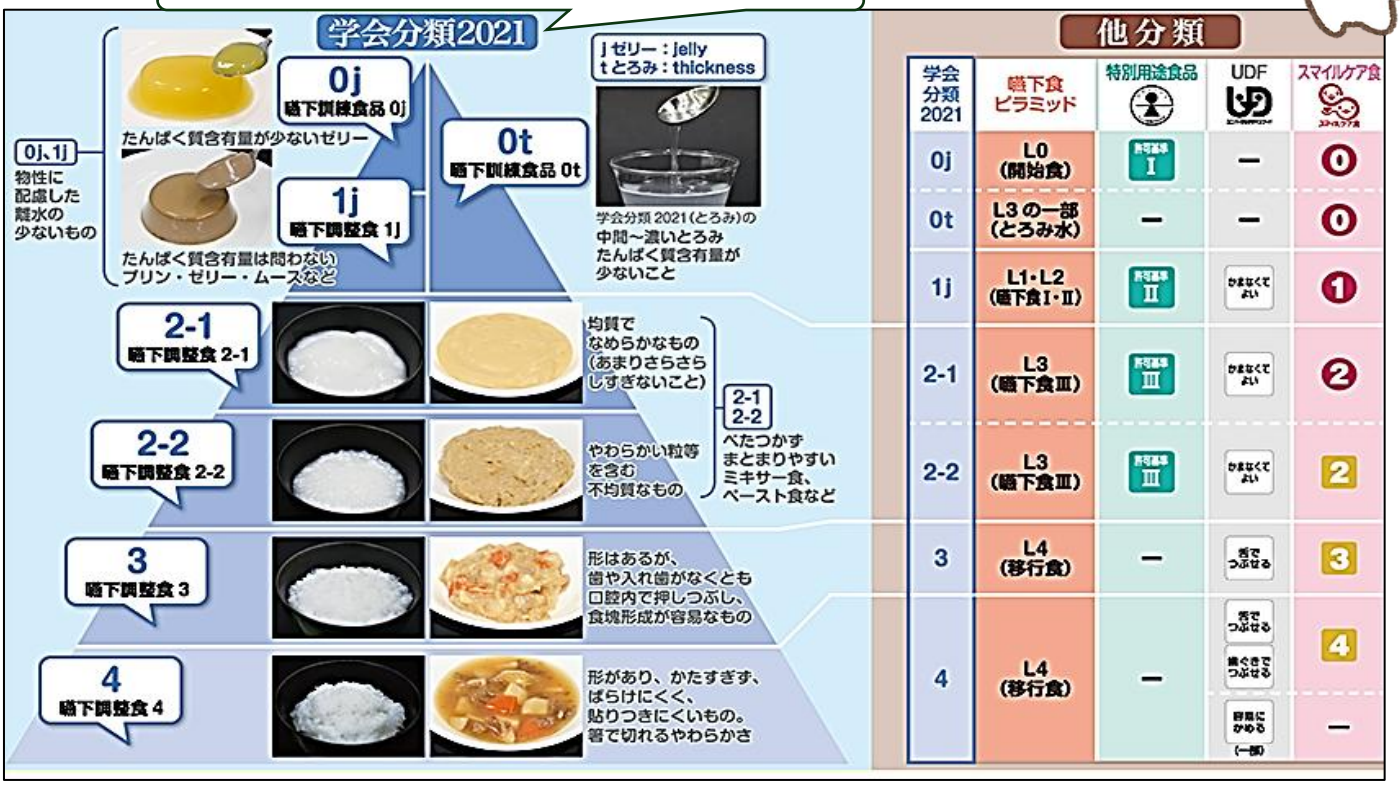
医療法人社団 緑風会
龍野中央病院
令和8年 11 月発行
栄養科/認定栄養 CS 龍野中央

11月 栄養だより

食事をおいしく安全に食べるために！

安全に飲み込める食事の、全国共通モノサシ

ヘルシーネットワーク参照





形態	嚥下ピラミッド	L5	L4		L3	L2
	学会分類2021	-	4	3	2ー1	1j
	自施設名称	普通	一口大	きざみ	ペースト	ソフト
	自施設大きさ	ー	2.5cm	3mm-5mm	-	-
主菜(鶏肉)						
主菜(魚)						
副菜(いんげん)						