

特別用途食品えん下困難者用食品を知っていますか？

特別用途食品とは食品のパッケージに「病者用」「えん下困難者」「赤ちゃん用ミルク」などの特別な用途を表示したものです。特別用途食品には許可マークが表示されます。特別用途食品は、国の審査を受け許可を得た食品です。



えん下困難者用食品は2種類

えん下困難な方のお悩みは**食事が上手に摂れないこと**

- むせることが多くなった、飲み込みが不安…、えん下障害で食べられるものが減ってしまった…、このようなお悩みを抱えている方のために**えん下困難者用食品**、**とろみ調整用食品**があります。
- 医師、歯科医師、管理栄養士、薬剤師、言語聴覚士等と相談し、指導に沿って使用することが適当です。
- えん下困難者に適した食品として消費者庁の許可を得ています。



えん下困難者用食品

- えん下を容易にし、誤えんや窒息を防ぐために、硬さなどを調整した**ゼリー状、プリンやムース状などの食品**です。

こんな方に

飲み込みに不安がある方
食事のむせ（誤えん）が気になる方など

※確実にえん下が可能となるものではありません。

どんな特徴があるの？

- 3つの物性を調整しています。
 - ①硬さ
 - ②くっつきやすさ（付着性）
 - ③まとまりやすさ（凝集性）

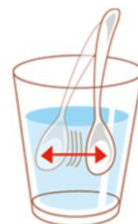
とろみ調整用食品

- えん下を容易にし、誤えんを防ぐために**液体にとろみをつける食品**です。

こんな方に

食事のむせ（誤えん）が
気になる方など

※確実に誤えんが防げるわけではありません。



どんな特徴があるの？

- 飲み物などの液体に「とろみ調整用食品」を混ぜることで、とろみをつけることができます。
- 加熱をしなくても、混ぜることで簡単にとろみをつけられます。
- 時間がたってもとろみが保たれるように、成分が調整されています。

- 飲み込みやすい順に許可基準Ⅰ、Ⅱ、Ⅲの3種類があります。

許可基準Ⅰ	許可基準Ⅱ	許可基準Ⅲ
そのまま飲み込める性状のもの ・均質なゼリー状	口中で少しつぶして飲み込める性状のもの ・均質なゼリー、プリン、ムース状	少しそしゃくして飲み込める性状のもの ・均質なものを含む、まとまりの良いおかゆ状
許可基準Ⅰ  えん下ⅠⅡⅢ 	許可基準Ⅱ  えん下ⅠⅡⅢ 	許可基準Ⅲ  えん下ⅠⅡⅢ 

1. えん下障害の方が食べやすい食事の基礎知識

▶えん下しやすい食べ物

- 物性が安定しており、均一なもの。
- そしゃくしやすいもの。
- 口の中でまとまりやすいもの。
- 歯や口のなか、喉にくっつきにくいもの。
- ほかに、冷たい/温かいがはっきりしたもの、味がはっきりしたものも食べやすいとされています。

▶えん下しにくい食べ物



パサパサしたもの

パン、焼き魚、カステラ、ビスケット等



ベタベタしたもの

もち、団子等



固くてまとまりにくいもの

こんにゃく、たこ、ゴボウ、タケノコ等



サラサラの液体

水、お茶等

参考：栢下淳. イチからよくわかる摂食・嚥下障害と嚥下調整食. メディカ出版. 2014.

食事の工夫が困難なときは市販品の

「えん下困難者用食品」「とろみ調整用食品」を活用しましょう。

(ゼリー、プリン、ムース状などの食品)

(液状にとろみをつける食品)

2. えん下しやすい食事の調理のポイント

▶ポイント① とろみをつける

- サラサラした液状のもの（水やジュースなど）は、片栗粉、とろみ調整用食品を利用して適度な粘度を与えることで、口腔内でのまとまりがよくなり、飲み込みやすくなります。
- 片栗粉は熱することでとろみがつきますが、とろみ調整用食品では加熱が不要で、大変便利です。



▶ポイント② ゼリー状にする

- ジュースやお茶、スポーツ飲料などをゼラチンやゲル化剤でゼリー状にすることで、えん下しやすく、またデザートなどを食べる楽しみとすることができます。またまとまりづらいきざみ食などをゼリー寄せにすることで、えん下しやすくなります。



▶ポイント③ 食材の大きさ・柔らかさを均一にする

- ミキサーやフードカッター、裏ごし器などを活用して料理を均一にすることで、えん下しやすくなります。
- フルーツや野菜のピューレなどの他に、出来上がった料理をミキサーにかけてポタージュ状にすることもあります。

参考：東海嚥下食研究会調理師部会. 臨床栄養. 2019;135(6):742-6.

3. えん下障害(えん下困難な状態)の基礎知識

- えん下とは、食べ物や飲み物を飲み込んで口から胃に送ることを指します。この一連の機能が障害を受けて上手に働かない状態を「えん下障害」といいます¹⁾。
- えん下は、食べ物を口から喉の奥、さらにその先の食道に押し込む動きと、食べ物が誤って気道に入るのを防ぐ動きが起きています。「食べ物を押し込む動き」に問題があると食べ物がのどに残り、「食物が 気道に入るのを防ぐ動き」に問題があると、気道に食べ物が流入し、これを「誤えん」といいます¹⁾。
- えん下障害は、加齢、脳血管疾患や神経疾患、認知機能の低下などの影響により起こります²⁾。
- えん下機能の低下は、食事に取りにくくなることによる心身の衰えや、肺炎（誤えん性肺炎）、窒息など多くの健康問題の原因になります³⁾。
- 特に、高齢者の肺炎の約7割は誤えん性肺炎とされています⁴⁾。

参考：1) 上島順子, 江頭文江, 園井みか, 本川佳子, 摂食嚥下リハビリテーション栄養専門管理栄養士のための摂食嚥下障害者の栄養アセスメント 実践マニュアル, 医歯薬出版, 2021.
2) 日本臨床栄養代謝学会, JSPENコンセンサスブック3, 医学書院, 2024.
3) 日本耳鼻咽喉頭科頭頸部外科学会, 嚥下障害診療ガイドライン2024版, 金原出版, 2024.
4) 厚生労働省, 第二回 在宅医療及び医療・介護連携に関するワーキンググループ, 資料2-1 高齢化に伴い増加する疾患への対応について, 平成 28 年9月2日.

4. とろみ調整用食品の利用方法

とろみの目安

- 現在市販されているとろみ調整用食品の多くは、約1～2%の濃度で適度なとろみが付くように設計されています。
- とろみは図に示すように、薄いとろみ、中間のとろみ、濃いとろみの状態を目安にしてください。



ご利用にあたっての留意点

- 利用する方によって適切なとろみの強さは異なります。使用前に、医師、管理栄養士等に相談して、適切なとろみの強さを確認してください。
- 同じ量を混ぜても、とろみの強さは食品の種類や温度変化によって変わります。食べる前に必ずとろみの強さを確認してください。
- とろみが弱いときは、強くとろみをつけたものを混ぜて、粘度を調整してください。
- とろみ調整用食品を一度に大量に加えると塊（だま）が生じることがあります。塊（だま）が生じた場合は、必ず取り除いてください。

5. 管理栄養士など専門家の方へ

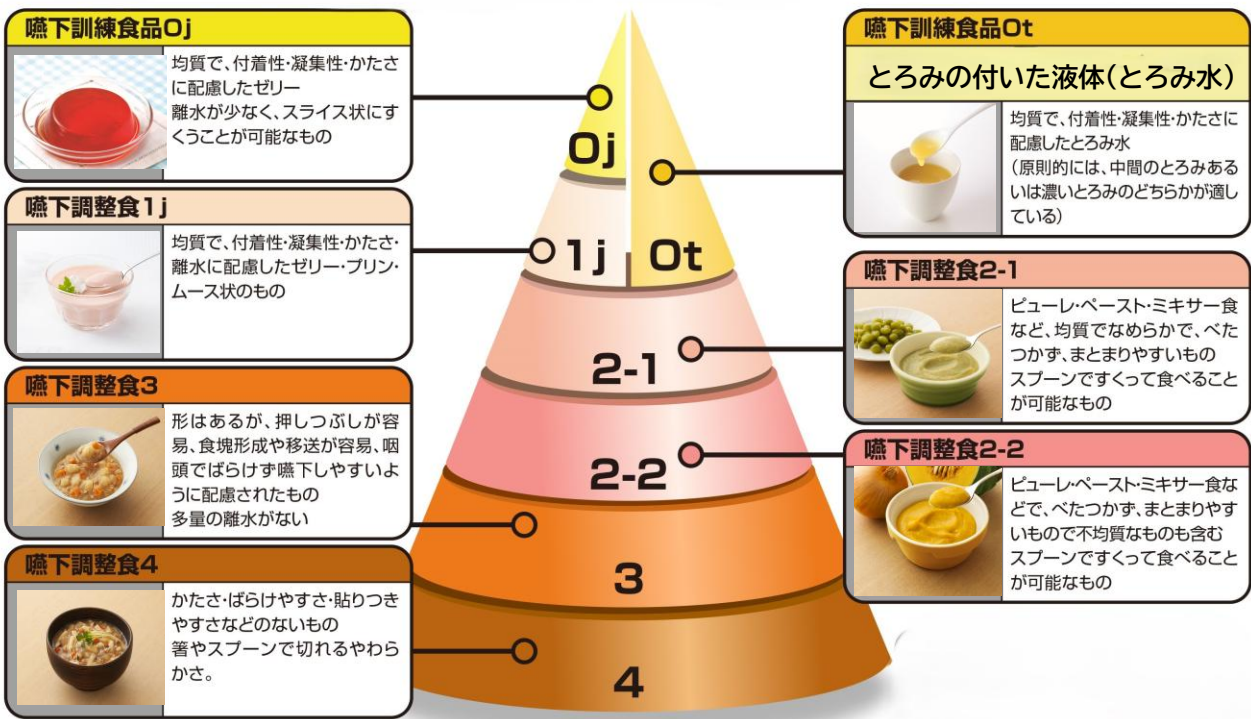
「嚥下調整食学会分類2021」と「えん下困難者用食品」の対応

- 日本摂食嚥下リハビリテーション学会では、えん下困難者の方に適する食事をえん下機能の障害の程度に対応するよう分類されています（以下「学会分類2021」という）。
- えん下困難者用食品（許可基準Ⅰ～Ⅲ）は学会分類2021に対応する市販食品です。製品選択の際に参考としてください。
- とろみ調整用食品は学会分類2021のコード0tに相当するとろみ水の調整に利用できる食品です。

「嚥下調整食学会分類2021」と「えん下困難者用食品」の対応表

学会分類 コード	目的・特色	特別用途食品 えん下困難者用食品
0j	重度の嚥下障害者に対する評価・訓練用 少量をスライス状にすくって丸のみが可能	許可基準Ⅰ そのまま飲み込める 性状のもの
1j	既に適切な食塊状となっている (少量すくってそのまま丸のみが可能)	許可基準Ⅱ 口の中で少しつぶして 飲み込める性状のもの
2-1 2-2	口腔内の簡単な操作で食塊状となるもの スプーンですくって食べることが可能なもの	許可基準Ⅲ 少しそしゃくして飲み 込める性状のもの

学会分類2021（食事）早見表のピラミッド型



『嚥下調整食学会分類2021』の（食事）早見表を改変。早見表の理解にあたっては『嚥下調整食学会分類2021』の本文をお読みください。
「『日摂食嚥下リハ会誌25(2)：135-149, 2021』 または日本摂食嚥下リハ学会HPホームページ：
<https://www.jsdr.or.jp/wp-content/uploads/file/doc/classification2021-manual.pdf>
『嚥下調整食学会分類2021』を必ずご参照ください。

特別用途食品 えん下困難者用食品 製品例

許可基準Ⅰの製品例 そのまま飲み込める性状、均質なゼリー状

アイソニックゼリー	アイソニックグリーンゼリー	エンゲリードアップルゼリー	エンゲリードグレープゼリー
ニュートリー株式会社	ニュートリー株式会社	株式会社大塚製薬工場	株式会社大塚製薬工場
許可表示/えん下困難者用食品 許可基準Ⅰ アイソニックゼリーは水分補給を目的とした、えん下困難者用の食品です。	許可表示/本品は、えん下困難者に適したゼリー食品です。	許可表示/本品はえん下困難者に適したゼリーです。	許可表示/本品はえん下困難者に適したゼリーです。
			
ビタミンサポートゼリー (4種類)	ブイ・クレスCP10 (シーピーテン)ゼリー (2種類)	ブイ・クレスゼリー (3種類)	プロッカ ゼットエヌ (8種類)
森永乳業クリニコ株式会社	ニュートリー株式会社	ニュートリー株式会社	ニュートリー株式会社
許可表示/本品は、誤えんに配慮した、えん下困難者に適した栄養補給ゼリーです。	許可表示/本品は、えん下困難者に適したゼリー食品です。	許可表示/本品は、えん下困難者に適したゼリー食品です。	許可表示/本品は、えん下困難者に適したゼリー食品です。
			

許可基準Ⅱの製品例 口の中で少しつぶして飲み込める性状、均質なゼリー、プリン、ムース状

アイソカル ゼリー たんぱくプラス(2種類)	アイソカル ゼリー ハイカロリー(12種類)	アイソカル ゼリー もっとハイカロリー(5種類)	エスジーなめらか トマト
ネスレ日本株式会社	ネスレ日本株式会社	ネスレ日本株式会社	日東ベスト株式会社
許可表示/本品は、誤嚥防止を目的としたえん下困難者に適した食品です。	許可表示/本品は、誤嚥防止を目的としたえん下困難者に適した食品です。	許可表示/本品は、誤嚥防止を目的としたえん下困難者に適した食品です。	許可表示/この商品は、えん下が困難な方に適しています。
			

許可基準Ⅲの製品例 少しそしゃくして飲み込める性状のもの

アイソカル とろっとゼリー(2種類)	えん下困難者用食品の使用上の注意 ●医師、歯科医師、管理栄養士、薬剤師、言語聴覚士等と相談し、指導に沿って使用することが適当です。 ●容器に漏れ・膨張・破損が見られるもの、開封時に色・におい・味等に異常のあるものは使用しないでください。 ●開封後はすみやかに使用してください。		
ネスレ日本株式会社			
許可表示/本品は、誤嚥防止を目的としたえん下困難者に適した食品です。	とろみ調整用食品の使用上の注意 ●利用する方によって、適切なとろみの強さは異なります。使用前に、医師、管理栄養士等に相談して、適切なとろみの強さを確認してください。		
			

特別用途食品 とろみ調整用食品 製品例

つるりんQuickly(クイックリー)	トロミアップパーフェクト	トロミアップやさしいとろみ																				
森永乳業クリニコ株式会社	日清オイリオグループ株式会社	日清オイリオグループ株式会社																				
許可表示/本品は、えん下を容易にし、誤えんを防ぐことを目的に、お茶や水、食品にとろみをつけるためのとろみ調整用食品で、えん下困難者が水分や栄養を摂取する際の使用に適しています。	許可表示/本品は、えん下困難者の飲み込みを容易にするための水分へのとろみ付けに適した食品です。	許可表示/本品は、えん下困難者の飲み込みを容易にするための水分へのとろみ付けに適した食品です。																				
																						
ソフティアS(エス)	ソフティア トロメリンEX(イーエックス)	ネオハイトロミールⅢ																				
ニュートリー株式会社	ニュートリー株式会社	株式会社フードケア																				
許可表示/本品は、えん下を容易にし、誤えんを防ぐことを目的として液状食品(水やお茶など)にとろみつけるためのもので、えん下困難者用のとろみの調整に適した食品です。	許可表示/本品は、えん下を容易にし、誤えんを防ぐことを目的として液状食品(水やお茶など)にとろみつけるためのもので、えん下困難者用のとろみの調整に適した食品です。	許可表示/本品は、えん下を容易にし、誤えんを防ぐことを目的としたとろみ調整用です。																				
																						
ネオハイトロミールスリム	明治かんたんトロメイク	キューピー やさしい献立とろみファイン																				
株式会社フードケア	株式会社明治	キューピー株式会社																				
許可表示/本品は、えん下を容易にし、誤えんを防ぐことを目的としたとろみ調整用です。	許可表示/本品は、食事の誤えんを防ぐため、食べ物や飲み物にトロミをつける事ができるとろみ調整用食品で、えん下困難者が食事や水分を摂取する際の使用に適しています。	許可表示/本品は、えん下(飲み込み)を容易にし、誤えんを防ぐことを目的にした食品です。えん下が難しい方のとろみの調整に適しており、水・お茶・濃厚流動食を飲み込みやすく、食事をまとまりやすくします。																				
																						
新スルーキングi(アイ)	— お問い合わせ先 —																					
キッセイ薬品工業株式会社	実際の商品の詳細は、容器包装上の表示や、各メーカーのウェブサイトを確認いただくか、下記にお問い合わせください。																					
許可表示/本品は、えん下(飲み込み)を容易にし、誤えんを防ぐことを目的として飲み物や液状食品(水やお茶など)にとろみをつける食品であり、えん下困難者のとろみの調整に適しています。	<table><tr><td>・(株)大塚製薬工場 お客様相談センター</td><td>Tel:0120-872-873</td></tr><tr><td>・キッセイ薬品工業(株) お客様相談センター</td><td>Tel:0120-113-513</td></tr><tr><td>・キューピー(株) お客様相談室</td><td>Tel:0120-14-1122</td></tr><tr><td>・日清オイリオグループ(株) お客様窓口</td><td>Tel:0120-016-024</td></tr><tr><td>・日東ベスト(株) お客様相談窓口</td><td>Tel:0120-210-717</td></tr><tr><td>・ニュートリー(株)</td><td>Tel:0120-219-038</td></tr><tr><td>・ネスレ日本(株) お客様相談室</td><td>Tel:0120-00-3088</td></tr><tr><td>・(株)フードケア</td><td>Tel:042-700-8809</td></tr><tr><td>・(株)明治 お客様相談センター</td><td>Tel:0120-201-369</td></tr><tr><td>・森永乳業クリニコ(株) お客様相談部</td><td>Tel:0120-52-0050</td></tr></table>		・(株)大塚製薬工場 お客様相談センター	Tel:0120-872-873	・キッセイ薬品工業(株) お客様相談センター	Tel:0120-113-513	・キューピー(株) お客様相談室	Tel:0120-14-1122	・日清オイリオグループ(株) お客様窓口	Tel:0120-016-024	・日東ベスト(株) お客様相談窓口	Tel:0120-210-717	・ニュートリー(株)	Tel:0120-219-038	・ネスレ日本(株) お客様相談室	Tel:0120-00-3088	・(株)フードケア	Tel:042-700-8809	・(株)明治 お客様相談センター	Tel:0120-201-369	・森永乳業クリニコ(株) お客様相談部	Tel:0120-52-0050
・(株)大塚製薬工場 お客様相談センター	Tel:0120-872-873																					
・キッセイ薬品工業(株) お客様相談センター	Tel:0120-113-513																					
・キューピー(株) お客様相談室	Tel:0120-14-1122																					
・日清オイリオグループ(株) お客様窓口	Tel:0120-016-024																					
・日東ベスト(株) お客様相談窓口	Tel:0120-210-717																					
・ニュートリー(株)	Tel:0120-219-038																					
・ネスレ日本(株) お客様相談室	Tel:0120-00-3088																					
・(株)フードケア	Tel:042-700-8809																					
・(株)明治 お客様相談センター	Tel:0120-201-369																					
・森永乳業クリニコ(株) お客様相談部	Tel:0120-52-0050																					
																						

発行者



公益財団法人

日本健康・栄養食品協会

〒162-0842 東京都新宿区市谷砂土原町2-7-27

e-mail (栄養食品部) eishoku@jhnfa.org

2025年9月9日発行