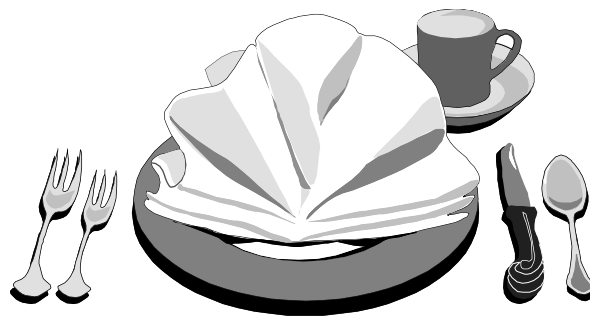


約束食事箋



静岡医療福祉センター成人部

2025 年 10 月

静岡済生会総合病院 栄養管理科

2025 年 7 月

目次

【食事名】

一般食 ※特別食加算のない食事

1. 常食（常食栄養基準表、献立表別紙参照）

治療食 ※医師の指示のもと特別食加算病名のある患者に対し提供する食事

1. エネルギー調整食（糖尿病食、脂質異常症食、減塩食、痛風食）
・日本糖尿病学会食品交換表単位配分、・エネルギーの算出方法
2. 腎臓病食（1.たんぱく制限 2.透析食）
3. 脾臓病食
4. 胃潰瘍食
5. 肝臓病食
6. 貧血食

【食形態】

1. 主食（米飯、軟飯、全粥、ゼリー粥、ペースト粥）
2. 副食（Ⅴ普通、Ⅳ一口大、Ⅲきざみとろみ食、Ⅱペースト）

一 般 食

1. 常食

基準：日本人の食事摂取基準に準拠した食事

自助食器使用あり

食種名	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
エネルギー比率		15～20%	20～25%	60%
常食 1 2 0 0	1000Kcal	38～50g	22～30g	150g
常食 1 4 0 0	1400Kcal	45～60g	26～33g	180g
常食 1 6 0 0	1600Kcal	53～70g	31～40g	210 g
常食 1 8 0 0	1800Kcal	60～80g	36～45g	240 g
常食 2 0 0 0	2000Kcal	68～90g	40～50g	270 g
常食 2 2 0 0	2200Kcal	75～100g	44～55g	300 g

治 療 食

1. エネルギー調整食（糖尿病食、脂質異常症食、減塩食、痛風食）

*脂質異常症食の対象となる入所者等について

療養食として提供される脂質異常症食の対象となる入所者等は、空腹時定常状態における LDL-コレステロール値が 140mg/dl 以上である者又は HDL-コレステロール値が 40mg/dl 未満若しくは血清中性脂肪値が 150mg/dl 以上である者のこと。

*減塩食療法等について

心臓疾患等に対して減塩食療法を行う場合は、腎臓病食に準じて取り扱うことができるものであるが、高血圧症に対して減塩食療法を行う場合は、加算の対象とはならないこと。

また、腎臓病食に準じて取り扱うことができる心臓疾患等の減塩食については、総量 6.0g 未満の減塩食をいうこと。

*療養食加算あり

*医師に指示に従い対応

*1日の総エネルギーおよび毎食のエネルギー調整を目的とする食事。

ただし、生活習慣病の治療を目的とするため、当施設の基準は次のように決める。

炭水化物エネルギー比：60%、脂質エネルギー比：20～25%、残りをたんぱく質とする。

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
1000Kcal	38～50g	22～30g	150g	6g 未満
1200Kcal	45～60g	26～33g	180g	
1400Kcal	53～70g	31～40g	210 g	
1600Kcal	60～80g	36～45g	240 g	
1800Kcal	68～90g	40～50g	270 g	
2000Kcal	75～100g	44～55g	300 g	

日本糖尿病学会 食品交換表による単位配分（1 単位 80Kcal）

	交換表分類	表 1		表 2	表 3	表 5	表 5	表 6
	合計単位	主食	ほか	果物	肉魚大豆卵	乳類	油脂	野菜
1200Kcal	15 単位	4.8	0.5	1.0	4.0	0.8	1.0	1.0
1400Kcal	18 単位	6.6			5.5			
1600Kcal	20 単位	8.4			6.0		1.5	1.2
1800Kcal	23 単位	10.2			7.0			

1 日の必要エネルギーの算出方法

1 日の必要エネルギーの算出 = ①標準体重（Kg）×②身体活動エネルギー（Kcal）

①標準体重（Kg） = 身長（m²）×22

②身体活動エネルギー（日本糖尿病学会：糖尿病患者の食事療法より）

労作	安静	軽労作（デスクワーク・車いす	普通・立ち仕事
身体活動エネルギー	20～25Kcal/kg/日	25～30Kcal/kg/日	30～35Kcal/kg/日

※肥満や低体重がある場合は考慮する

2. 腎臓病食（1. たんぱく制限 2. 透析食）

* 塩分、カリウム、水分に配慮した食事

食種名	エネルギー —	たんぱく 質	脂質	炭水化 物	食塩	カリウ ム	水分	リン		
PC40-1200	1200kcal	40g	※	※	6g 未満	1500 mg 以下	—	—		
PC40-1400	1400kcal									
PC40-1600	1600kcal									
PC40-1800	1800kcal									
PC50-1200	1200kcal	50g								
PC50-1400	1400kcal									
PC50-1600	1600kcal									
PC50-1800	1800kcal									
HD1200	1200kcal	45g	40g	145g						
HD1400	1400kcal	50g	40g	210g		2000	1000	750～ 850mg		
HD1600	1600kcal	55g	50g	230g		mg	ml			
HD1800	1800kcal	60g	55g	270g		以下	以下			
HD2000	2000kcal	70g	60g	300g						

※エネルギーに準じる。

3. 肝臓病食（脂質制限食）

* 脂質の量に配慮した食事

* 1日の脂質 30g 以下

4. 胃潰瘍食

*胃潰瘍食について

十二指腸潰瘍の場合も胃潰瘍食として取り扱って差し支えないこと。手術前後に与える高カロリー食は加算の対象としないが、侵襲の大きな消化管手術の術後において胃潰瘍食に準ずる食事を提供する場合は、療養食の加算が認められること。また、クローン病、潰瘍性大腸炎により腸管の機能が低下している入所者等に対する低残渣食については、療養食として扱って差し支えないこと。

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物
1400kcal	60g	40g	210g
1600kcal	70g	45g	220g
1800kcal	75g	50g	240g

5. 肝臓病食

*肝臓病食について

肝臓病食とは、肝庇護食、肝炎食、肝硬変食、閉鎖性黄症食（胆石症及び胆嚢炎による閉鎖性黄症の場合を含む。）等をいうこと。

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩
1200kcal	40g	60g	170g	6g 未満
1400kcal			220g	
1600kcal			270g	

6. 貧血食

*貧血食の対象者となる入所者等について

療養食として提供される貧血食の対象となる入所者等は、血中ヘモグロビン濃度が
10g/dl 以下であり、その原因が鉄分の欠乏に由来する者であること。

*栄養補助食品を含め、鉄を強化した食事

参考資料

食品構成（食事提供の際に使用する食品を食品群別に表した物）

○糖尿食、脂質異常食、減塩食、痛風食、腎臓病食、脂質制限食、肝臓病食、

食種 食品群	・糖尿病・脂質異常症食・減塩食、痛風食						PC40- 1600	透析食	脾臓食	肝臓病 食
エネルギー (kcal)	1000	1200	1400	1600	1800	2000	1600	1600	1600	1600
米	125	114.4	156.4	198.4	246.1	283.8	212.3	198.4	203.8	225.9
小麦粉・雑穀	2.4	3.5	3.8	4.7	4.7	4.7	5.5	4.8	1.6	2.85
いも類	11.0	17.4	18.6	20.4	20.9	20.9	32.9	28.8	32.7	45.7
果物類	70.0	134.8	134.8	134.9	135.0	135.0	51.6	62.4	56.6	87.0
大豆製品	50.0	88.9	94.2	95.6	99.6	99.6	77.0	93.1	108.8	108.3
卵とその製品	22.0	39.1	41.5	42.7	43.3	43.3	26.3	40.8	31.7	31.6
魚とその加工品	47.0	76.4	81.6	86.1	92.9	92.9	20.9	64.4	70.5	32.7
肉とその加工品	55.0	81.2	93.7	103.9	109.7	109.7	32.7	62.8	80.5	48.2
乳・乳製品	126	124.0	125.1	125.3	126.0	126.0	77.8	73.1	127.7	86.9
緑黄色野菜	97	175.3	177.2	181.4	195.1	195.1	155.4	161.1	64.0	91.1
淡色野菜	147.0	234.7	240.0	244.8	294.4	294.4	227.6	228.5	133.6	192.8
海藻類	0.95	1.9	1.9	1.9	1.9	1.9	2.3	2.3	3.0	3.0
きのこ類	9.4	13.4	14.2	15.0	18.8	18.8	14.7	12.8	1.3	3.9
油脂類	13.2	22.7	24.0	24.8	26.4	26.4	35.7	27.6	10.4	17.3
さとう	2.8	4.4	4.7	4.7	5.5	5.5	59.9	38.8	50.7	37.6
栄養強化食品	－	－	－	－	－	－	4.5	4.5	11.3	4.4

食 形 態

○主食

名称	
米飯	・ 食形態に問題ない場合は米飯
軟飯	・ 軟らかく炊いたご飯
全粥	・ 米に対し 5 倍の水で炊いたもの
ゼリー粥	・ 飯粒がなく均一なペースト状で表面の付着性の低いもの ・ スプーンですくうとそのままの形状を保つ
ペースト粥	・ 飯粒がなく均一なペースト状 ・ 傾けるとゆっくり落ちる

○副食

区分	嚥下学会 コード	食事名	
V	-	普通	・ 食形態に問題ない場合は普通食
IV	4	一口大	・ 繊維の硬い食材をさけた高齢者向けの食事 ・ 食材を軟らかく調理 ・ 2～3 cm程度の大きさ
Ⅲ	3	きざみとろみ食	・ 咀嚼が困難な方向き ・ 5mm程度に細かく刻む ・ パサつかないように少量のとろみをつけている
Ⅱ	2-1	ペースト	・ ペースト状で粒がなく均一 ・ トロミが必要

食形態表指示

区分	Ⅱ	Ⅲ	Ⅳ
嚥下学会分類コード	2-1	3	4
基本形態	ペースト状でつぶがなく 均一。とろみが必要	1cm程度の大きさ とろみが必要	2～3cm程度の大きさ
麺類	提供なし	形態に準じ提供可	形態に準じ提供可
パン類	パン粥		
丼物	提供なし	主食米飯の場合:提供可 主食軟飯の場合:提供可 主食粥の場合:別盛り	主食米飯の場合:提供可 主食軟飯の場合:提供可 主食粥の場合:別盛り
味飯	提供なし	形態に準じ提供可	形態に準じ提供可
魚類	皮を取り除く		
いか・たこ	提供なし		
肉類	形態に準じ提供可		
卵	温全卵のみ 提供なし		
大豆製品	形態に準じ提供可		
高野豆腐	極力使用しない ※均一な物性の場合は可	極力使用しない ※均一な物性の場合は可	極力使用しない
こんにゃく	提供なし	提供なし	提供なし
ふりかけ	ねりみそに交換	提供可	提供可
油揚げ・わかめ・にら	汁物の場合のみ除去	形態に準じ提供可	形態に準じ提供可
果物	パイナップル使用なし 他果物は形態の準じ提供可	パイナップル使用なし 他果物は形態の準じ提供可	形態に準じ提供可
飲み物	ヨーグルトへ変更	提供可	提供可

