

# ムース食の作り方

## 普通食



## ムース食



## ムース食の有効性

食べる機能の発達には、口唇・舌・顎などの動きの発達段階にあった食形態を選択することが重要です。

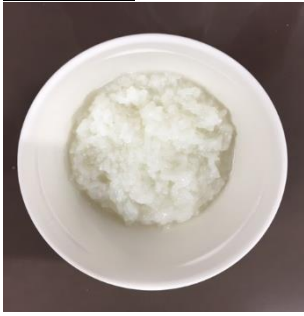
例えば、舌での押しつぶしがではじめた時期には、舌でつぶせるかたさやまとまりがあるものを食べることで、舌で押しつぶして食べる力がより育っていきます。

通常の調理によってそのようなかたさやまとまりに調整することが難しい場合には、ムース状に調整する調理法で作るムース食が有効です。これは家庭でもできる調理法です。

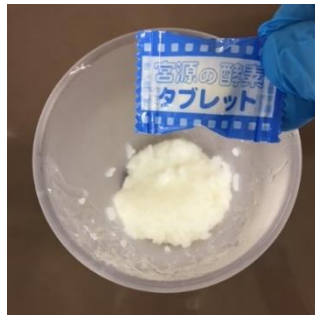
当センターでは、「発達期摂食嚥下障害児(者)のための嚥下調整食分類 2018」を基に摂食委員会を中心に食形態を検討し、個々のニーズや発達段階に応じて食事提供しています。



## 粥ゼリー



全粥



①全粥と酵素を入れる



②ハンドブレンダーで攪拌する



③ミキサーゲルを全体量の0.7%入れる



④ハンドブレンダーで攪拌する



⑤鍋に入れて加熱する



⑥粗熱をとり冷蔵庫で冷やし固めれば出来上がり

※センターでは、粥ゼリーに「ミキサーゲル」を使用していますが、「かたまるくん」でも作ることができます。

## けんちん汁



①けんちん汁をカップに入れる



②かたまるくんを全体量の0.7%入れる



③攪拌する



④鍋に入れて85℃に加熱する



⑤粗熱をとり冷蔵庫で冷やし固める

## 果物（柿）



柿



①やわらかく炊きコンポートを作る



②ミキサーゲルを全体量の2%入れる



③攪拌する



④冷蔵庫冷やし固める

## 焼き魚



焼き魚



①皮を取った魚と同量の白湯をカップにいれる



②かたまるくんを全体量の0.7%入れる



③攪拌する



④鍋に入れる



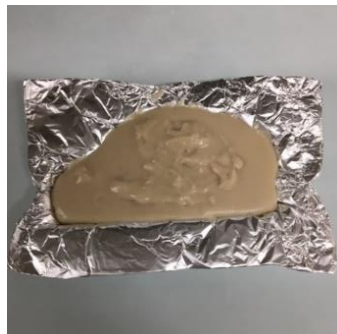
⑤加熱する



⑥85℃まで加熱する



⑦アルミホイルで型をとり流し込む

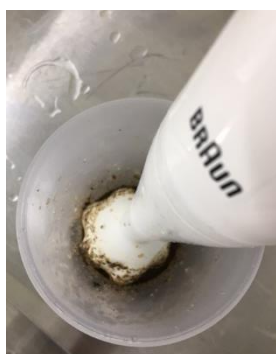


⑧粗熱をとり冷蔵庫で冷やし固める



⑨器に盛りつければ、出来上がり

## ひじき



①カップにひじきと同量の白湯を入れ攪拌する



②かたまるくんを全体量の0.7%入れ攪拌する



③鍋に入れて85℃まで加熱する







④型に入れ粗熱をとり冷蔵庫で冷やし固める

## 当センターで使用している嚥下調整剤

摂食・嚥下機能の状態に応じた適切な食事を提供するために使用し、誤嚥の防止や栄養状態の改善を目指した嚥下調整食を提供しています。

ゲル化剤には加熱が必要なものと必要でないもの、でんぷん分解酵素を含んだもの等もあります。とろみ調整剤もいろんなメーカーからいろんな商品が販売されています。

	<p><b>ミキサーゲル（宮源）</b> [クイックゲル化食品] まとまりミキサー食・まとまりマッシュ食に使用 加熱しなくても混ぜるだけでゲル化する</p>
	<p><b>かたまるくん（宮源）</b> [ゼリー化食品] ムース食に使用 加熱しないとゼリーにならない</p>
	<p><b>新スルーキング i（キッセイ薬品工業）</b> [とろみ調整剤] 液体のとろみつけ まとまりミキサー食・まとまりマッシュ食に使用</p>
	<p><b>酵素パウダー（宮源）</b> [食品酵素製剤] でんぷんをさらさらに分解する イモ類の料理・粥ゼリーに使用</p>

## 調理器具の紹介

使用目的にあった容量や機能のものを選びましょう。

	<p><b>ハンドブレンダー</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・手で持って使用するスティックタイプ</li><li>・アタッチメントによって、ブレンダー機能のほかにみじん切りに対応するチョッパー、泡立て用のビーター（ホイッパー）などにも使え多機能である。</li></ul>
	<p><b>ミキサー 2台（容量ちがい）</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>・比較的きれいに細かくすることができるが、ある程度の水分と容量がないときれいに仕上がらない。</li><li>・一人分を作る場合は容量が少なく、使い勝手のいいものを選ぶとよい。</li></ul>