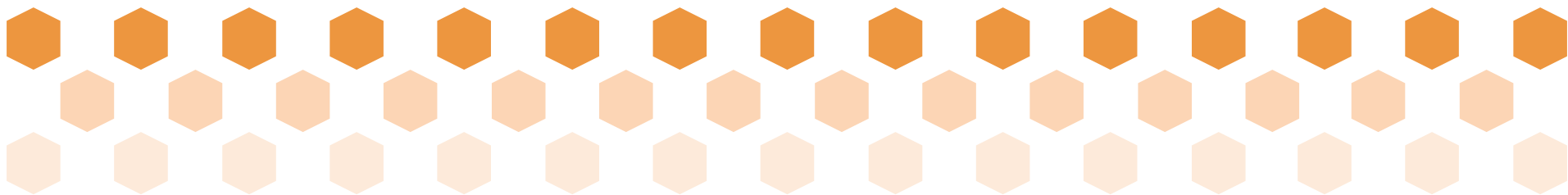


スマイルケア食の取組について



令和7年1月

農林水産省

大臣官房新事業・食品産業部
食品製造課

介護の食の課題①～栄養

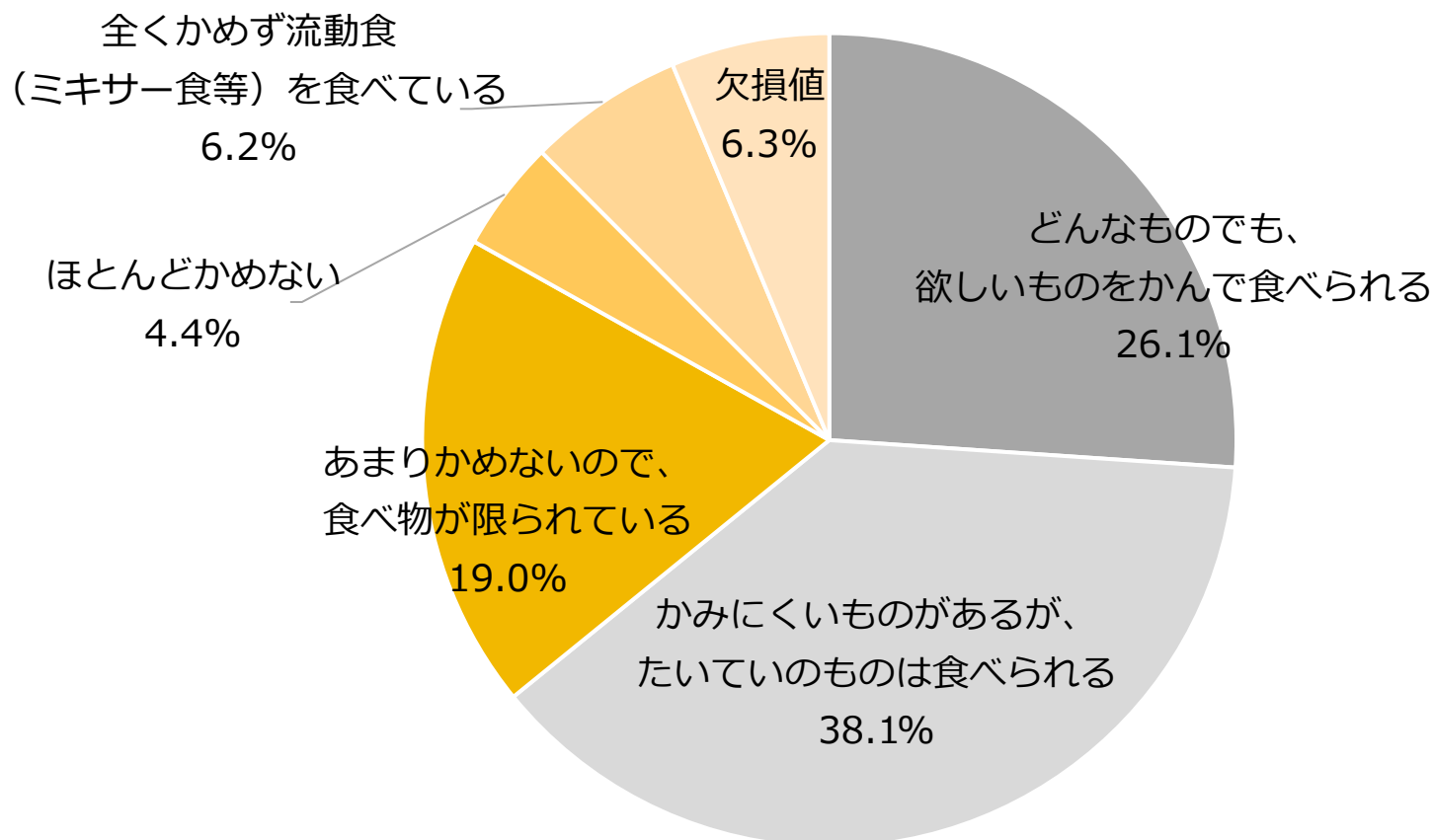
ある調査では、65歳以上の在宅療養患者のうち
7割以上が「低栄養」「低栄養のおそれあり」。

低栄養	低栄養のおそれあり	栄養状態良好
37.4%	35.2%	27.3%
72.7%		

資料：国立長寿医療研究センター「平成24年度老人保健健康増進等事業 在宅療養患者の摂取状況・
栄養状態の把握に関する調査研究報告書」

介護の食の課題②～噛む

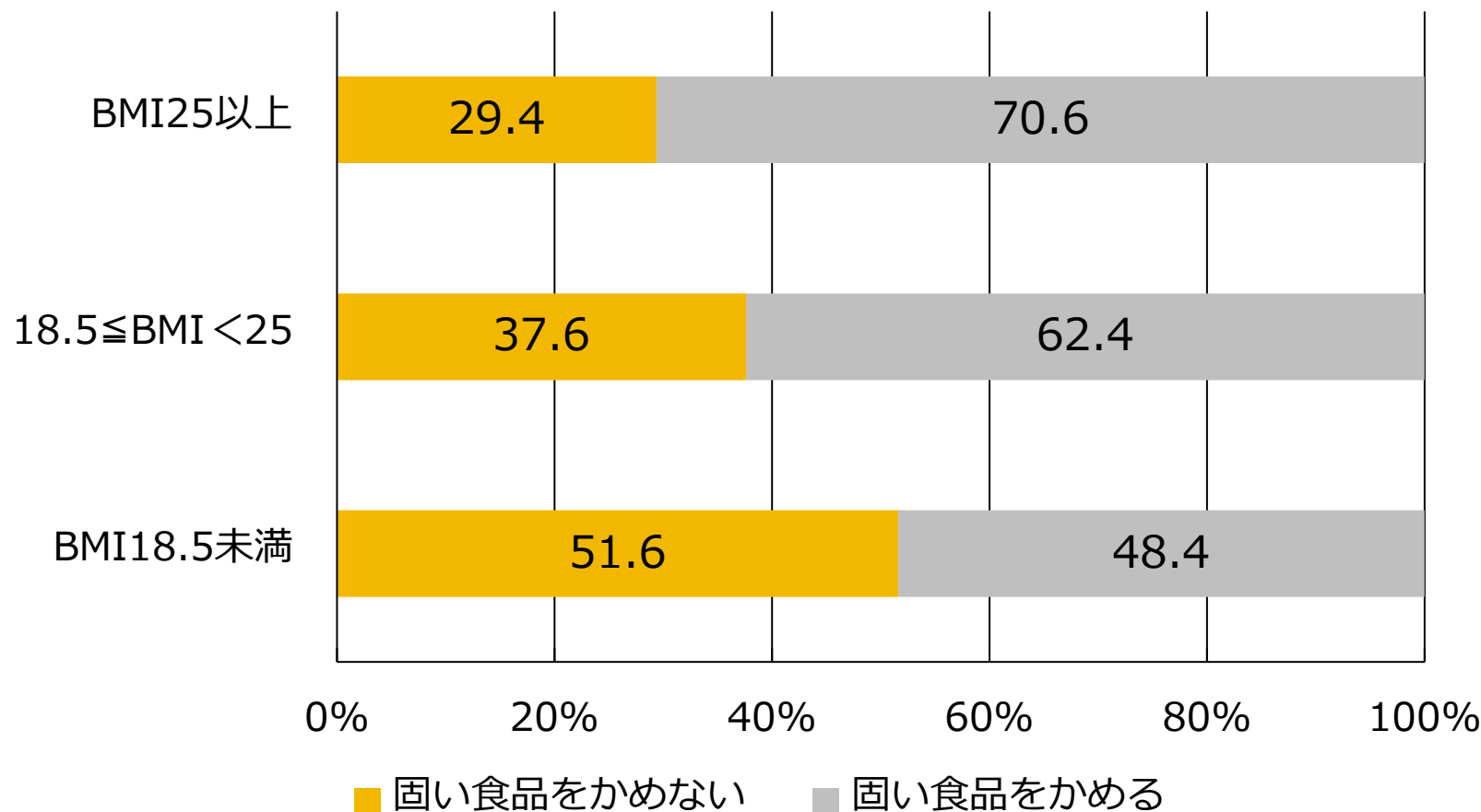
65歳以上の在宅療養患者のうち3割は
噛める程度に制限あり。



資料：国立長寿医療研究センター「平成24年度老人保健健康増進等事業 在宅療養患者の摂取状況・栄養状態の把握に関する調査研究報告書」

介護の食の課題②～噛む

固いものを噛むことが困難だとBMIも低くなる。

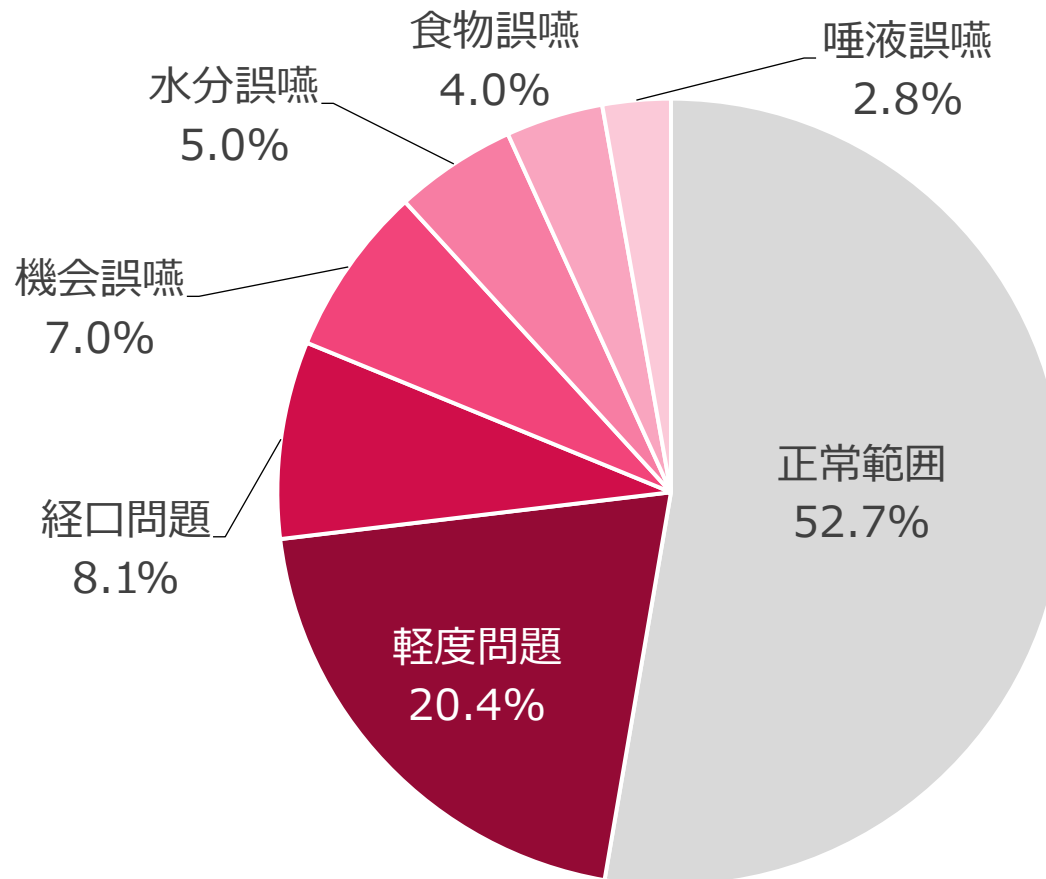


資料：国立長寿医療研究センター「平成24年度老人保健健康増進等事業 在宅療養患者の摂取状況・栄養状態の把握に関する調査研究報告書」

農林水産省 大臣官房新事業・食品産業部 / Minister's Secretariat New Business and Food Industry Department. Ministry of Agriculture, Forestry and Fisheries.

介護の食の課題③～飲み込む

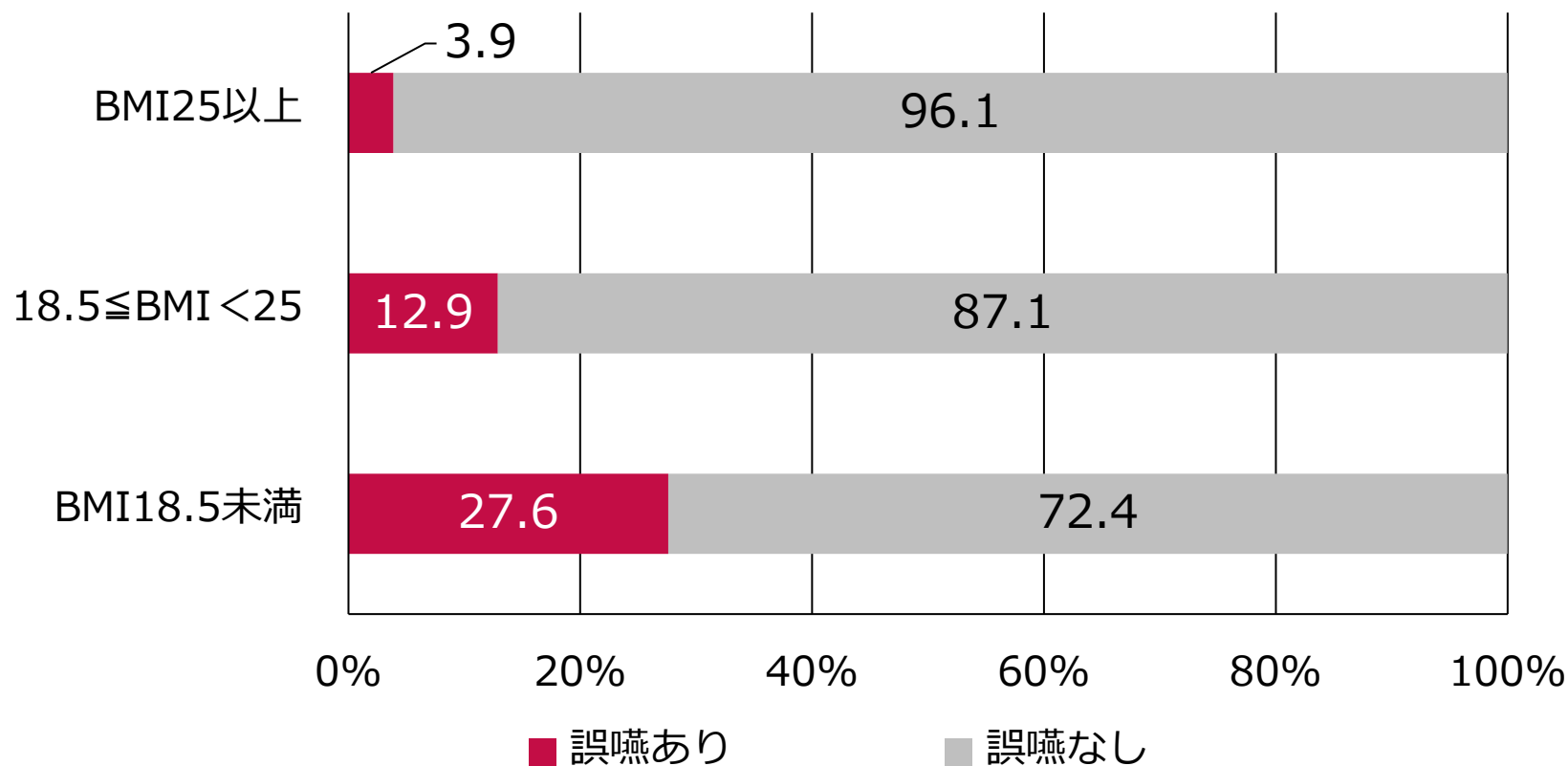
65歳以上の在宅療養患者のうち5割は飲み込むことに問題あり。



資料：国立長寿医療研究センター「平成24年度老人保健健康増進等事業 在宅療養患者の摂取状況・栄養状態の把握に関する調査研究報告書」

介護の食の課題③～飲み込む

誤嚥がある人はBMIも低くなる。



資料：国立長寿医療研究センター「平成24年度老人保健健康増進等事業 在宅療養患者の摂取状況・栄養状態の把握に関する調査研究報告書」

介護食品市場は今後ますます拡大

栄養補給食及び嚥下・そしゃく困難者用食品の
販売額は拡大が見込まれる。

(単位：億円)

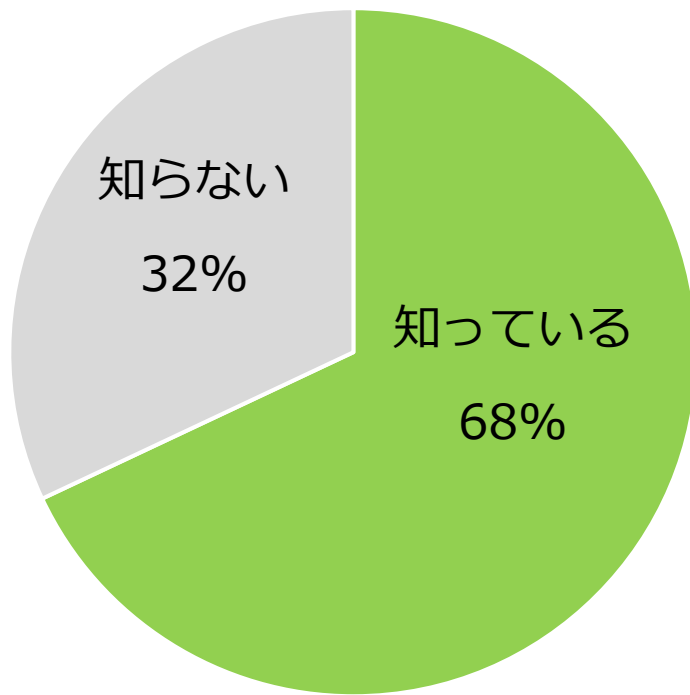
	2015年	2020年 予測	2025年 予測
栄養補給食	127	232	350
嚥下・そしゃく 困難者用食品	141	210	280

資料：(株)富士経済「高齢者向け食品市場の将来展望2017、2019」

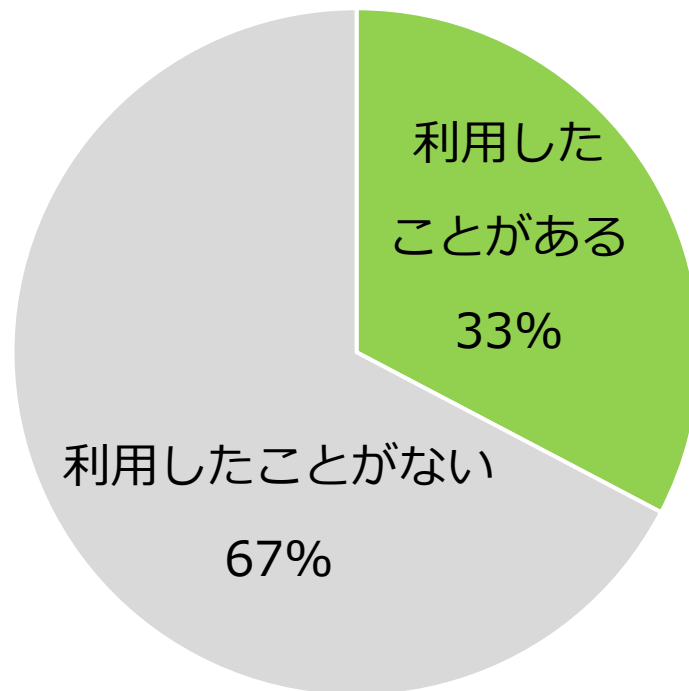
介護食品の認知度と利用度

介護食品を知っている人は7割近いが、
実際に利用した人は3割にとどまる。

介護食品の認知度



介護食品の利用状況



資料：NHKプロモーション「平成26年度医福食農連携推進環境整備事業（介護食品普及支援）報告書」

介護食品の普及に向けた検討

農林水産省は2013年に検討会議を設置し、翌年に介護食品の普及のために必要な取組を整理。

(1) 介護食品を次の3つに再整理

- ①食機能に問題はないが、健康な体を維持し活動するために栄養補給を必要とする人向けの食品
- ②飲み込む機能に問題がある人向けの食品
- ③噛む機能に問題がある人向けの食品

(2) 新たな介護食品を選ぶ際の参考となるマークを設ける。

(3) 愛称を「スマイルケア食」にする。



スマイルケア食 青マーク



- (1) 青マークを表示するには、「自己適合宣言」により、事業者自らがエネルギー及びたんぱく質の量がこの制度の基準を満たしていることを宣言。
- (2) 2025年1月31日現在、青マークの利用許諾を得た商品49企業198アイテム。

〔基準〕

- ・ エネルギー 100kcal以上（100g又は100ml当たり）
- ・ たんぱく質 8.1g以上（100g当たり）
又は4.1g以上（100ml又は100kcal当たり）

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

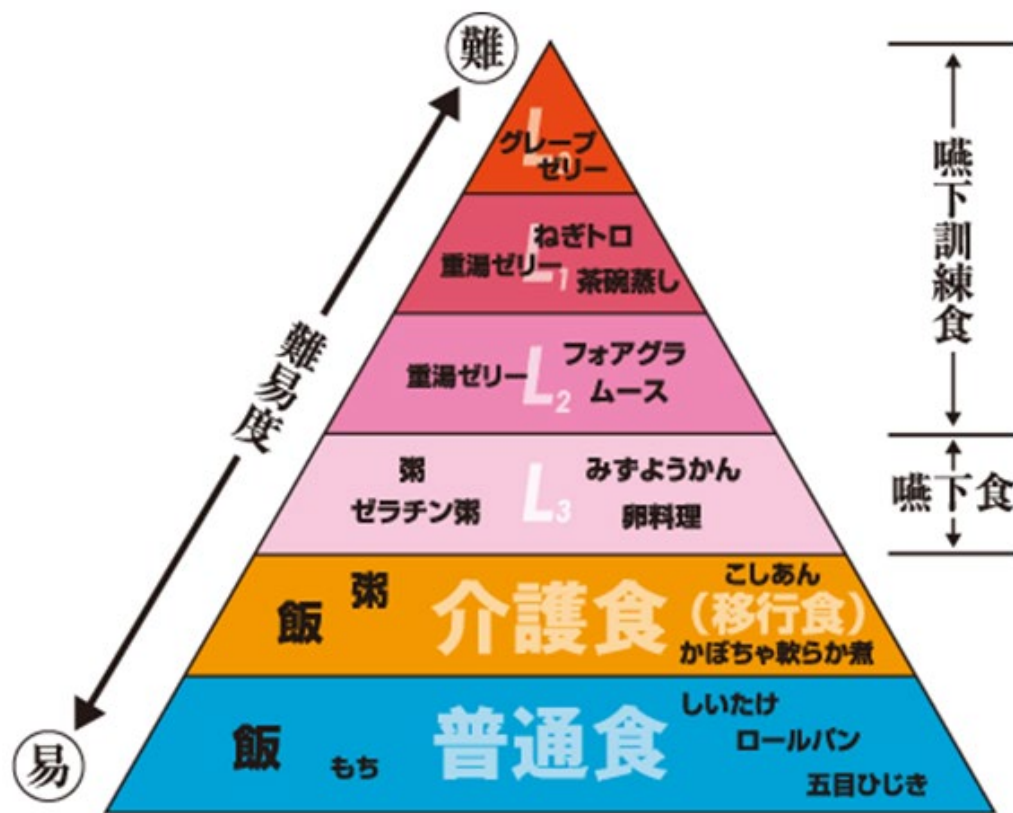
病院、施設、在宅医療及び福祉関係者の共用が目的。
医療検討委員会の嚥下調整食特別委員会で制定。

コード		名称	形態	目的・特色
0	j	嚥下訓練食品 0 j	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したゼリー 離水が少なく、スライス状にすくうことが可能なもの	重度の症例に対する評価・訓練用少量をすくってそのまま丸呑み可能 残留した場合にも吸引が容易たんばく質含有量が少ない
	t	嚥下訓練食品 0 t	均質で、付着性・凝集性・かたさに配慮したとろみ水 (原則的には、中間のとろみあるいは濃いとろみのどちらかが適している)	重度の症例に対する評価・訓練用少量ずつ飲むことを想定 ゼリー丸呑みで誤嚥したりゼリーが口中で溶けてしまう場合 たんばく質含有量が少ない
1	j	嚥下調整食 1 j	均質で、付着性・凝集性・かたさ、離水に配慮したゼリー・プリン・ムース状のもの	口腔外で既に適切な食塊状となっている(少量をすくってそのまま丸呑み可能) 送り込む際に多少意識して口蓋に舌を押しつける必要がある 0jに比し表面のざらつきあり
2	1	嚥下調整食 2-1	ピューレ・ペースト・ミキサー食など、均質でなめらかで、べたつかず、まとまりやすいもの スプーンですくって食べることが可能なもの	口腔内の簡単な操作で食塊状となるもの(咽頭では残留、誤嚥をしにくいように配慮したもの)
	2	嚥下調整食 2-2	ピューレ・ペースト・ミキサー食などで、べたつかず、まとまりやすいもので不均質なものも含む スプーンですくって食べることが可能なもの	
3	嚥下調整食 3		形はあるが、押しつぶしが容易、食塊形成や移送が容易、咽頭でばらけず嚥下しやすいように配慮されたもの 多量の離水がない	舌と口蓋間で押しつぶしが可能なもの 押しつぶしや送り込みの口腔操作を要し(あるいはそれらの機能を賦活し)、かつ誤嚥のリスク軽減に配慮がなされているもの
4	嚥下調整食 4		かたさ・ばらけやすさ・貼りつきやすさなどのないもの 箸やスプーンで切れるやわらかさ	誤嚥と窒息のリスクを配慮して素材と調理方法を選んだもの 歯がなくても対応可能だが、上下の歯槽提間で押しつぶすあるいはすりつぶすことが必要で舌と口蓋間で押しつぶすことは困難

出典：日本摂食嚥下リハビリテーション学会HP

嚥下食ピラミッド

管理栄養士の金谷節子氏が2004年に発表。
普通食から 嚥下食 まで 6 段階に分類。
食物形態の物性条件を基準化。



出典：嚥下食ドットコムHP

高齢者ソフト食

管理栄養士の黒田留美子氏が1994年から開発。
介護現場で常識的だった「きざみ食」「ミキサー食」と異なる食形態を提案。

区分			食べる力の目安	
			かむ力	飲み込む力
ソフト食①	弱い力でかめる	口の中でまとまりやすく スムーズに飲み込める	やや弱い	やや弱い
ソフト食②	歯ぐきでつぶせる		弱い	やや弱い
ソフト食③	舌でつぶせる		とても弱い	弱い

ユニバーサルデザインフード（UDF）

介護食品の利用者や指導者向け。
日本介護食品協議会が自主規格として2003年に作成。

区 分		 容易にかめる ユニバーサルデザインフード	 歯ぐきでつぶせる ユニバーサルデザインフード	 舌でつぶせる ユニバーサルデザインフード	 かまなくてよい ユニバーサルデザインフード
かむ力の目安		かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安		普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい
かたさの目安	ごはん	ごはん～やわらかごはん	やわらかごはん～全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	たまご	厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	やわらかい茶わん蒸し(具なし)
	肉じゃが	やわらか肉じゃが	具材小さめやわらか肉じゃが	具材小さめさらにやわらか肉じゃが	ペースト肉じゃが
	調理例(ごはん)				
物性規格	かたさ上限値 N/㎡	5×10^5	5×10^4	ソル: 1×10^4 ゲル: 2×10^4	ソル: 3×10^3 ゲル: 5×10^3
	粘度下限値 mPa・s			ソル: 1500	ソル: 1500

出典：日本介護食品協議会HP

そしゃく・嚥下食の統一分類を整理

2015年の「スマイルケア食普及推進会議」で既存の民間規格を統一的に分類。

学会分類2013	嚥下食ピラミッド	高齢者ソフト食	UDF区分	統一分類	
—	—	高齢者ソフト食 1	容易にかめる	5	かむことに問題
嚥下調整食 4	L 4	高齢者ソフト食 2	歯ぐきでつぶせる	4	
嚥下調整食 3		高齢者ソフト食 3	舌でつぶせる	3	
嚥下調整食 2 - 2	L 3	—	かまなくてよい	2	飲み込むことに問題
嚥下調整食 2 - 1		—		2	
嚥下調整食 1 j	L 1 ・ L 2	—		1	
嚥下訓練食品 0 j	L 3 の一部	—	—	0	
	L 0	—	—	0	

JAS(日本農林規格)とは

食品・農林水産品の品質や仕様の規格。
農林水産大臣が制定する国家規格。

「こいくちしょうゆ」の例

- ◆原材料 : 大豆、麦、食塩等のみ
- ◆全窒素分 : 1.50%以上(特級)
1.35%以上(上級)
1.20%以上(標準)



JAS制度の見直し (2018年4月1日施行)

- ①全国的に出回る食品・農林水産品の品質や仕様
→特定の事業者・地域のモノやサービスも対象
- ②国内業界全体のコンセンサスがある場合に制定
→民間提案に基づき弾力的な手続で制定可能

そしゃく配慮食品のJAS

噛むことに問題がある食品は、新たに「そしゃく配慮食品の日本農林規格」（JAS）を制定。

区 分	定 義	統一分類
容易にかめる食品	その固さが、容易にかみ切り、かみ砕き又はすりつぶせる程度のもの（適度なかみごたえを有するものに限り）をいう	スマイル ケア食 5
歯ぐきでつぶせる食品	その固さが、容易にかめる食品と舌でつぶせる食品の中間程度のものをいう	スマイル ケア食 4
舌でつぶせる食品	その固さが、舌と口蓋の間に押しつぶせる程度のものをいう	スマイル ケア食 3
かまなくてよい食品	その固さが、かまずに飲み込める程度のものをいう	スマイル ケア食 2

そしゃく配慮食品のJASの特徴

そしゃく配慮食品の日本農林規格には、固さの定義だけでなく、外観や食味等についても規定。

(1) 摂食時の内容物の性状

一般に飲食に供される食品としての外観及び食味を有していること。

(2) 容器又は包装の状態

密封されており、かつ、外観が良好であること。

スマイルケア食「黄」マーク



- (1) 黄マークを表示するには、そしゃく配慮食品のJASマークが付されていることが条件。
- (2) 2025年1月31日現在、黄マークの利用許諾を得た商品は1企業の6アイテム。

嚥下困難者用食品の新分類

飲み込むことに問題がある食品は、健康増進法の特別用途表示許可制度と分類を統一。

特別用途表示許可制度（嚥下困難者用食品）		統一分類
区分	許可基準区分の表示	
許可基準Ⅲ	少しそしゃくして飲み込める性状のもの （不均質なものを含む、まとまりの良いおかゆ状）	スマイル ケア食 2
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 （均質なゼリー・プリン・ムース状）	スマイル ケア食 1
許可基準Ⅰ	そのまま飲み込める性状のもの （均質なゼリー状）	スマイル ケア食 0

スマイルケア食「赤」マーク



- (1) 赤マークを表示するには、特別用途表示許可制度の嚥下困難者用食品の表示許可を得ていることが条件。
- (2) 2025年1月31日現在、赤マークの利用許諾を得た商品は1企業の14アイテム。



スマイルケア食



噛むこと・飲み込むことに問題はないものの、
健康維持上栄養補給を必要とする方向けの食品

自己適合宣言



噛むことに問題がある方向け食品



J A S 制度

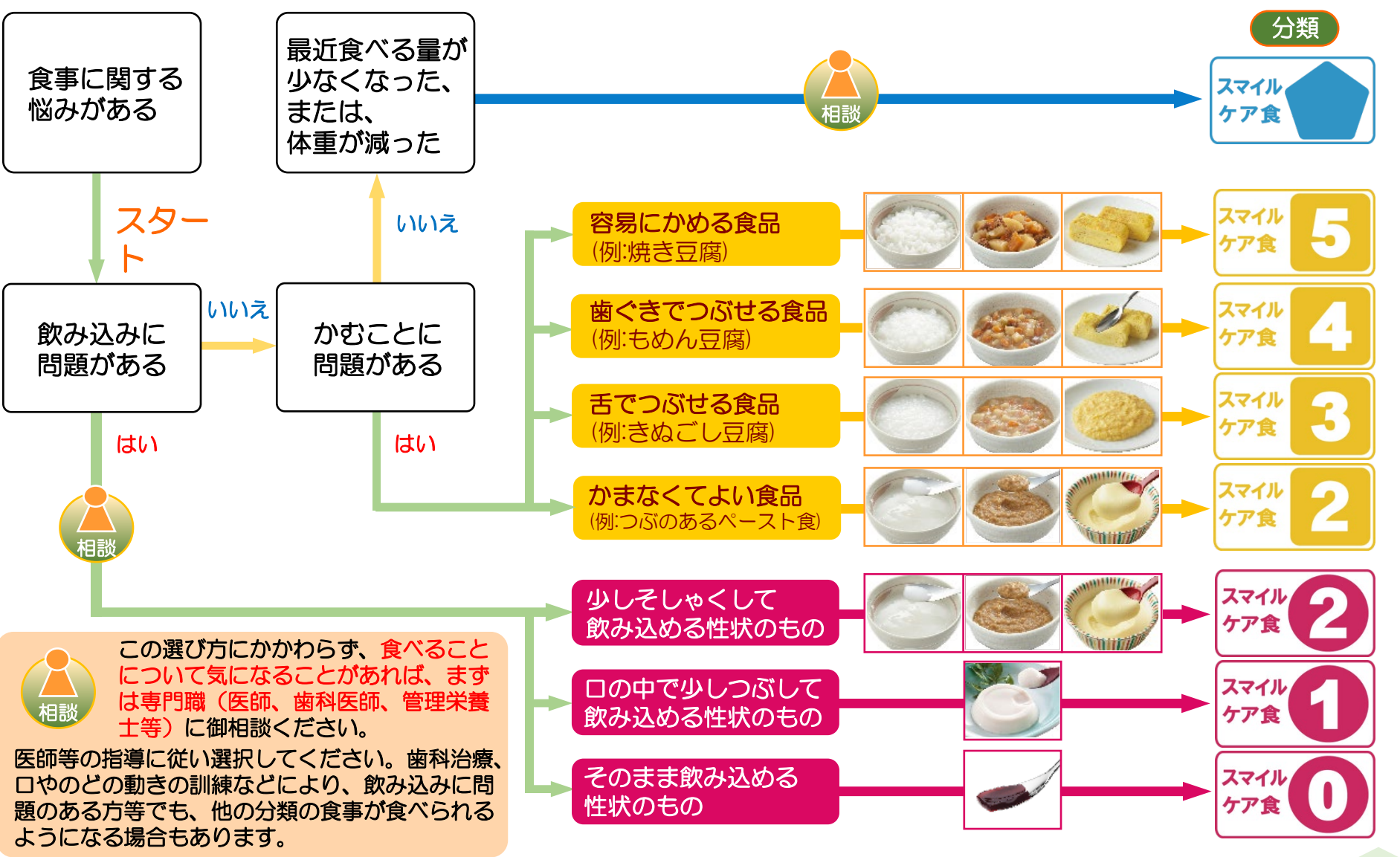


飲み込むことに問題がある方向け食品



特別用途食品の表示許可制度

スマイルケア食の選び方



スマイルケア食の普及（令和7年1月31日）

年度			 		 	
	会社数	商品数	会社数	商品数	会社数	商品数
2016	7	23	0	0	1	9
2017	17	62	0	0	1	13
2018	24	93	1	2	1	13
2019	26	105	1	4	1	13
2020	34	138	1	4	1	13
2021	40	159	1	6	1	14
2022	42	172	1	6	1	14
2023	47	191	1	6	1	14
2024	49	198	1	6	1	14

注：令和7年1月31日時点で許諾マークの利用を終了している商品を除いた数値