

* 食べることは、生きること *

えんげ

シリーズNO.3 嚥下食って何？

2021年6月号

Q：嚥下食って何？

A：噛む力や飲み込む力が低下した方でも食べやすいように調理された食事のことです。



さんまの塩焼き

例えば

魚の種類を変えて煮魚に



刻んで、だしで煮る



カラスガレイの煮魚



ほうれん草しらす和え



ほうれん草の煮びたし

Q：調理の手間がかかりますか？

A：調理方法を変えたり、刻み煮込むなど少しかかります。
市販されている嚥下食もありますので、ご検討ください。

嚥下食について、ご相談があれば摂食の
認定看護師にご相談ください。

