

# 約束食事箋

平成10年度	策定
平成15年度	改定
平成18年度	改定
平成23年度	改定
平成28年度	改定
令和 5年度	改定

岩手県立病院 栄養管理科

# 約束食事箋 目次

- 1 約束食事箋の改定について
- 2 約束食事箋の基本となる考え方
- 3 約束食事箋
  - 一般治療食
  - 特別治療食

## 1 約束食事箋の改定について

### (1) 約束食事箋の改定について

厚生労働省による通達や学会等により、ガイドライン等の策定や改定に伴い、栄養基準の見直しを行うものである。

### (2) 約束食事箋の改定目的

- ① 「日本人の食事摂取基準2020年版」(令和元年12月)及び「診療報酬の算定方法の一部を改正する件」(令和2年厚生労働省告示第57号)に対応する。
- ② 「日本食品標準成分表2023年版(八訂)」(2020年12月改訂)に対応する。
- ③ 各ガイドライン等の治療指針に沿った「栄養成分管理」を行うため。

### (3) 約束食事箋の改定手順

- ① 上記(2)①～③に基づいて、「食事基準表」の見直しを行う。
- ② 「食事基準表」に基づいて、約束食事箋の見直しを行う。

### (4) その他

令和5年度の県立病院の食事基準表等の改定に関連し、下記の書類を作成する際に半角数字を使用した。なお、字体は基本としてHGPゴシックMを使用した。(各表サイズに表示できるようにするため)

- 食品の分類定義
- 日本人の食事摂取基準2020年版（患者年齢構成及び荷重平均所要量表のデータベース用）
- 食事基準表
- 約束食事箋
- 食糧構成表作成手順
- 食糧構成表

## 2 約束食事箋の基本となる考え方

日本人の食事摂取基準(2020年版)に示す、性別、年齢、身体活動レベルを基本に下記の点を考慮し作成した。

### 1. 一般治療食

常食	<ol style="list-style-type: none"><li>1 日本人の食事摂取基準(2020年版)を基本に、性別、年齢、身体活動レベルを考慮し作成した。</li><li>2 エネルギー量は、推定エネルギー必要量の身体活動レベルⅠとした。</li><li>3 エネルギーの設定は、食事摂取基準を基本とするが、指示の出しやすさを考慮し、10の位は切り上げることとした。 例：30～49(歳) 女性 1750kcal → 1800kcal</li><li>4 たんぱく質エネルギー比率は、目標量13～20%の平均より算出した。</li><li>5 脂質エネルギー比率は、目標量20～30%の平均より算出した。</li><li>6 炭水化物は、たんぱく質及び脂質エネルギー比率を優先し、その残りを炭水化物とする考え方に基づいた。</li><li>7 食塩相当量は、15歳以上の男性7.5g及び女性6.5g未満より、7.5g未満とした。</li></ol>
産褥食	<ol style="list-style-type: none"><li>1 妊産婦の対象年齢を18～49歳とし、基本的な栄養量は必要量1800kcalとした。</li><li>2 授乳婦の付加エネルギー量350kcal、推定たんぱく質必要量20gを付加、脂質については基準どおり付加なしとした。</li></ol>
嚥下訓練食	<ol style="list-style-type: none"><li>1 開始食は嚥下訓練食Ⅰとし、段階ごとに嚥下訓練食Ⅱ、嚥下訓練食Ⅲとした。</li></ol>
学齢児食 幼児食	<ol style="list-style-type: none"><li>1 エネルギー量は、学齢児食は推定エネルギー必要量の身体活動レベルⅠとした。 幼児食は推定エネルギー必要量の身体活動レベルⅡとした。</li><li>2 たんぱく質エネルギー比率は、目標量13～20%の平均より算出した。</li><li>3 脂質エネルギー比率は、目標量20～30%の平均より算出した。</li></ol>

離乳食	<p>「日本人の食事摂取基準2020年版」及び「授乳・離乳食ガイド(2019年改訂版)」を基本とし、平均値を参考に栄養量・食糧構成を作成した。離乳食と哺乳量を合わせて、食事摂取基準(2020年版)と同等になるよう作成した。哺乳量は、乳児用調製粉乳を用いて算出した。</p>				
		食事摂取基準(2020年版)	離乳食の栄養量	乳児用調整粉乳の栄養量(ミルクに換算)	
	離乳食Ⅰ	エネルギー	550kcal	30kcal	520kcal
		たんぱく質	10g	0.5g	11g
					(ミルクに換算して8本/100ml)
	離乳食Ⅱ	エネルギー	650kcal	150kcal	500kcal
離乳食Ⅲ		たんぱく質	15g	5g	10.5g
					(ミルクに換算して8本/100ml)
	離乳食Ⅲ	エネルギー	700kcal	350kcal	350kcal
		たんぱく質	15g	12g	7.5g
					(ミルクに換算して5本/100ml)

## 2. 特別治療食

エネルギー調整食	<ol style="list-style-type: none"> <li>「糖尿病診療ガイドライン2019」に基づいて栄養量を設定した。</li> <li>炭水化物エネルギー比率は、50～60%を基準とした。</li> <li>たんぱく質エネルギー比率は、20%以下を基準とした。</li> <li>脂質エネルギー比率は、25%を基準とした。</li> <li>食塩相当量は、男性及び女性とも、6.0g未満とした。</li> </ol>
塩分調整食	<ol style="list-style-type: none"> <li>高齢患者の増加より、1200kcal(食種コード:S12)からのエネルギー設定とした。</li> <li>「高血圧治療ガイドライン2019」に基づいて食塩相当量は、男性及び女性とも、6.0g未満とした。</li> </ol>
たんぱく質調整食	<ol style="list-style-type: none"> <li>「エビデンスに基づくCKD診療ガイドライン2018」、「小児特発性ネフローゼ症候群診療ガイドライン2020」に基づいて栄養量を設定した。</li> <li>上記1より、食塩相当量は、男性及び女性とも、3g以上6.0g未満とした。</li> </ol>
脂質調整食	<ol style="list-style-type: none"> <li>「慢性膵炎ガイドライン2021(改訂第3版)」等に基づいて栄養量を設定した。</li> <li>流動、3分粥の食種コードは、別紙「食事基準表(特別食)」ではF18と表示しているが、各施設のオーダーリングシステム等の設定事情により、食種コードの設定は各施設対応とする。</li> </ol>
易消化・術後食	<ol style="list-style-type: none"> <li>炎症性腸疾患(寛解期)食、クローン病食は、潰瘍食を基準とした。</li> <li>施設によって、炎症性腸疾患(寛解期)の食事指示は、潰瘍食やクローン病食等に対応しているところもあることから、各施設対応とする。</li> </ol>

### 3 約束食事箋

#### 一般治療食

# 常食

## 【目的】

治療上、特に栄養量の増減を必要としない一般患者向けの食事。

## 【特徴】

- (1) 成人が日常摂取する食品をバランス良く使用し、米飯とそれに相当する副食を供する。
- (2) 患者の年齢、性別に対応する。

## 【栄養量】

食種 コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	備 考
114	1400	60	35	210	7.5	女 75歳以上
116	1600	70	45	230	7.5	女 50～74歳
118	1800	75	50	260	7.5	男 75歳以上 女 18～49歳
121	2100	85	55	320	7.5	男 65～74歳 女 15～17歳
123	2300	90	60	350	7.5	男 18～64歳
125	2500	95	65	380	7.5	男 15～17歳

※ 食種コード121～125は、表3:1単位、表5:0.5単位付加する。

※ 食種コード125は、牛乳200mlを付加する。

## 軟食・流動食

### 【目的】

回復過程における常食までの移行期に用いる食事。

### 【特徴】

#### (1) 全粥食

主食は全粥で、副食は柔らかい、刺激の少ない食品を使用する。

#### (2) 5分粥食

主食は5分粥で、副食は全粥食より消化良く調理した食事。

#### (3) 3分粥食

主食は3分粥で、副食は5分粥食より更に柔らかく調理した食事。

#### (4) 流動食

消化管に食物を慣らし水分補給を目的とし、流動的で易消化の食品を主体とした食事。

水分量が多く、栄養量は不足しているため長期継続は不適當。

### 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
812	全粥食1200kcal	1200	55	35	160	
815	全粥食1500kcal	1500	65	40	230	
500	5分粥食	1100	50	30	150	
300	3分粥食	1000	50	30	130	基準献立参照
000	流動食	700	30	20	100	基準献立参照



# 産褥食

## 【目的】

産後を対象とした食事。

## 【特徴】

常食に準じ、栄養量を確保するため、中間食を1回/日付加する。

## 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
150	産褥食	2100	90	55	300	中間食1回

# 嚥下訓練食

## 【目的】

経口摂取移行のための訓練に用いる食事。

## 【特徴】

食事の内容、形態、回数は患者の状態により選定する。

- (1) 嚥下訓練食Ⅰ 1回/日
- (2) 嚥下訓練食Ⅱ 2回/日
- (3) 嚥下訓練食Ⅲ 3回/日

## 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
910	嚥下訓練食Ⅰ	20	0	0		
920	嚥下訓練食Ⅱ	220	10	10		
930	嚥下訓練食Ⅲ	480	25	20		

# 離乳食

## 【目 的】

生後5ヵ月以上の離乳期の乳児を対象とした食事。

## 【特 徴】

食事の内容、形態、回数は月齢・発育状況・病状などにより選定する。

- (1) 離乳食Ⅰ 離乳前期(5～6ヵ月) 1回/日
- (2) 離乳食Ⅱ 離乳中期(7～8ヵ月) 2回/日
- (3) 離乳食Ⅲ 離乳後期(9～11ヵ月) 3回/日

## 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
215	離乳食Ⅰ	30	0.5			なめらかにすりつぶした状態
230	離乳食Ⅱ	150	5			舌でつぶせる固さ
260	離乳食Ⅲ	350	12			歯ぐきでつぶせる固さ

※ 離乳食は食事の栄養量を表記した。食事とミルクの考え方は「マニュアル集-3 約束食事箋」の「2 約束食事箋の基本となる考え方」参照。

# 幼児食

## 【目 的】

幼児(未就学期)を対象とした食事。

## 【特 徴】

幼児期を下記の2区分とし、幼児期の嗜好に合わせ、形態などを食べやすくし、中間食を2回/日付加する。

- (1) 幼児Ⅰ      1～2歳対象
- (2) 幼児Ⅱ      3～5歳対象

## 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
611	幼児食Ⅰ	1000	35	25	170	
614	幼児食Ⅱ	1300	45	30	200	

# 学齡児食

## 【目 的】

就学期の児童を対象とした食事。

## 【特 徴】

就学期を下記の4区分とし、嗜好等を考慮し、中間食を1回/日付加する。

- (1) 学齡児Ⅰ 小学1～2年生(6～7歳)対象
- (2) 学齡児Ⅱ 小学3～4年生(8～9歳)対象
- (3) 学齡児Ⅲ 小学5～6年生(10～11歳)対象
- (4) 学齡児Ⅳ 中学生(12～14歳)対象

## 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
714	学齡児食Ⅰ	1400	50	35	220	
716	学齡児食Ⅱ	1600	60	40	250	
720	学齡児食Ⅲ	1900	70	50	290	
722	学齡児食Ⅳ	2200	80	60	330	

※ 食種コード722は、表3:1単位、表5:0.5単位付加する。

### 3 約束食事箋

#### 特別治療食

# エネルギー調整食

## 【目 的】

エネルギーコントロールによる疾病治療の食事。

- インスリン節約作用
- 体内蓄積脂肪の燃焼
- エネルギー代謝の改善 等

## 【適応疾患】

糖尿病、肥満、高尿酸血症、痛風、脂質異常症、慢性肝炎、脂肪肝、妊娠高血圧症候群、てんかん 等

## 【栄養量】

食種 コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
E12	1200	60	30	170	6.0	○	
E14	1400	65	40	200	6.0	○	
E16	1600	70	45	240	6.0	○	
E18	1800	80	50	260	6.0	○	
E20	2000	85	55	300	6.0	○	

※ 食種コードE20は、表3:1単位、表5:0.5単位付加する。

## エネルギー調整食(小児)

### 【目 的】

エネルギーコントロールによる疾病治療の食事。

- インスリン節約作用
- 体内蓄積脂肪の燃焼
- エネルギー代謝の改善 等

### 【適応疾患】

小児糖尿病、小児脂質異常症、小児肥満 等

### 【栄養量】

食種 コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
C16	1600	70	45	240		—	
C18	1800	80	50	260		—	
C20	2000	85	55	300		—	
C22	2200	90	60	330		—	

※ 小児糖尿病は、中間食2回/日を基本とする。



# 塩分調整食

## 【目 的】

塩分及びエネルギーコントロールによる疾病治療の食事。

- 血圧のコントロール
- 体重の適正維持

## 【適応疾患】

心臓疾患、高血圧性心疾患、高血圧症

## 【栄養量】

コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
S12	1200	60	30	170	6.0	—	
S14	1400	65	40	200	6.0	○	
S16	1600	70	40	240	6.0	○	
S18	1800	80	50	260	6.0	—	
G16	1600	70	40	240	6.0	○	

# たんぱく質調整食

## 【目 的】

体内のたんぱく質代謝異常及び疾病治療の食事。

- たんぱく質(アミノ酸)代謝の改善
- 肝及び腎機能の改善
- 腎不全の進行抑制 等

## 【適応疾患】

慢性腎臓病、腎炎、腎不全、ネフローゼ症候群、糖尿病性腎症、透析、肝硬変(非代償期)、肝不全、鉄欠乏性貧血 等

## 【栄養量】

コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
P38	1800	30	50	310	3以上6.0	○	
P58	1800	50	45	300	3以上6.0	—	
P66	1600	60	45	240	3以上6.0	○	
P78	1800	70	45	280	3以上6.0	—	
P82	2000	85	50	300		○	貧血

※ 食種コードP38は、栄養補助食品等300kcal/日を付加する。

※ 食種コードP66は、栄養補助食品等80kcal/日を付加する。

※ 食種コードP82は、鉄補助食品等とヨーグルトを付加する。

# たんぱく質調整食(小児)

## 【目 的】

体内のたんぱく質代謝異常及び疾病治療の食事。

- たんぱく質(アミノ酸)代謝の改善
- 肝及び腎機能の改善
- 腎不全の進行抑制 等

## 【適応疾患】

小児腎疾患(糸球体腎炎、ネフローゼ症候群 等)

## 【栄養量】

コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
C35	1500	35	40	250	3以上6.0	—	
C52	2200	50	45	360	3以上6.0	—	

# 脂質調整食

## 【目 的】

消化管への刺激の緩和、及び炎症の沈静化の食事。

## 【適応疾患】

急性肝炎、脂質異常症、閉塞性黄疸、急性膵炎、慢性膵炎

## 【栄養量】

コード	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
F18 <sup>注1</sup>	800	20	10	165		○	主食流動食
F18 <sup>注1</sup>	1000	35	15	170		○	主食3分粥
F11	1100	45	20	200		—	主食5分粥
F24	1400	50	20	250		—	
F26	1600	55	20	300		○	
F36	1600	60	30	270		—	
F38	1800	65	30	320		○	

※ 食種コードF26、F36、F38は、栄養補助食品等200kcal/日を付加する。

注1 食種コードは、基本コードはF18とし、オーダーリング等の設定等の事情により、各施設のコード設定で対応する。

## 易消化食 ・ 術後食

### 【目 的】

消化管の保護及び術後の栄養状態改善の食事。

- 消化管の負担の軽減
- 必要栄養量の確保 等

### 【特徴】

術後食は、5回/日とする。(但し、流動食以外)

### 【適応疾患】

胃・十二指腸潰瘍、消化管術後、潰瘍性大腸炎、クローン病 等

### 【栄養量】

食種コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g(未満)	食糧構成表 有無	備 考
H16	胃・十二指腸 潰瘍	600	20	20	90		—	主食3分粥
		1000	45	30	140		—	主食5分粥
		1600	70	40	230		○	主食全粥
		1800	80	50	260		—	主食米飯
K10	術後食	400	15	15	50		—	主食流動
		600	20	20	90		—	主食3分粥
		800	25	20	130		—	主食5分粥
		1000	45	30	130		○	主食全粥
		1200	50	30	180		—	主食米飯
D16	炎症性腸疾患 (寛解期)	1600	70	40	230		—	潰瘍食に準じる
D18	クローン病	1800	75	30	250		—	潰瘍食に準じる

※ 食事基準表に記載している食種は、食糧構成表を作成している食種コードH16、K10、D16の3種類とした。

# 経管栄養

## 【目 的】

通常の食事形態では十分な栄養補給ができない場合、濃厚流動食により栄養管理を行う食事。

## 【適応疾患】

意識障害、嚥下障害、消化管の通過障害、口腔・食道障害 等

## 【栄養量】

経管栄養はコードのみとし、エネルギーはオーダーとする。

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
N10	-	-	-	-	-	-

# 検査食

## 【目 的】

大腸の内視鏡検査や注腸造影検査を行うための食事。

## 【特 徴】

食物残渣や脂肪の少ない食事を検査前日の朝、昼、夕に供する。

## 【適応疾患】

大腸X線検査、大腸内視鏡検査 等

## 【栄養量】

食種 コード	食種	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	備 考
M10	注腸検査食	-	-	-	-	-
M20	低残検査食	-	-	-	-	-