

とろみ調整用食品ってなに？



とろみ調整用食品は、えん下を容易にし、誤えんを防ぐために、**液体にとろみをつける食品**です。とろみ調整用食品は、**特別用途食品**の1つであり、左記のマークが表示されています。

とろみ調整用食品を活用される際は、医師、歯科医師、管理栄養士、薬剤師、言語聴覚士等と相談し、指導に沿って使用することが適当です。

こんな方に

- ✓ 食事の中のむせ（誤えん）が気になる方など
※確実に誤えんが防げるわけではありません。



どんな特徴があるの？

- ・飲み物などの液体に「とろみ調整用食品」を混ぜることで、とろみをつけることができます。
- ・加熱をしなくても、混ぜることで簡単にとろみをつけられます。
- ・時間がたってもとろみが保たれるように、成分が調整されています。

どんな点に注意したらいいの？

- ・利用する方によって、適切なとろみの強さは異なります。
使用前に、医師、管理栄養士等に相談して、適切なとろみの強さを確認してください。
- ・同じ量を混ぜても、とろみの強さは食品の種類や温度の変化によって、変わります。食べる前に必ずとろみの強さを確認してください。
- ・とろみが弱いときは、強くとろみをつけたものを混ぜて、粘度を調整してください。
- ・とろみ調整用食品を一度に大量に加えると、塊（だま）が生じることがあります。少しずつ加えて調整してください。
また、塊（だま）が生じた場合は、必ず取り除いてください。

とろみ調整用食品をもっと詳しく

許可基準の概要

とろみ調整用食品は、基本的許可基準のほか、粘度や性能に係る要件を満たす必要があります。

<基本的許可基準（一部抜粋）>

- 液体に添加することでその物性を調整し、医学的、栄養学的見地からみてえん下困難者に適当な食品であること。
- 使用方法が簡明であること。
- 適正な試験方法によって特性が確認されるものであること。

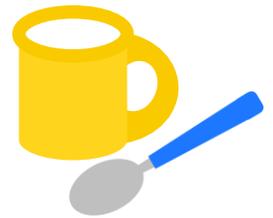
<規格基準（概要）>

1. 粘度要件

平均粘度 (mPa・s)	100	400
添加濃度 (%)	0.1以上1.5未満	1.5以上4.0未満

2. 性能要件 ※とろみ調整用食品を冷たい液体や温かい液体に溶かした際の以下の4つの性能を確認しています。

- ①溶解性・分散性（5mm以上の塊（だま）ができないか）
- ②経時的安定性（30分後でも一定の粘度が保たれるか）
- ③唾液抵抗性（アミラーゼ添加後でも一定の粘度が保たれるか）
- ④温度安定性（温度によって粘度が大幅に変動しないか）



必ず表示されている事項



とろみ調整用食品

- 「とろみ調整用食品」の文字
- 1回の使用量
- 喫食の目安となる温度及び喫食温度による粘度の違いに関する注意事項
- 1包装当たりの重量
- 1回の使用量又は1包装当たりの熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物及びナトリウム（食塩相当量に換算したもの）の量
- 医師、歯科医師、管理栄養士、薬剤師、言語聴覚士等の相談指導を得て使用することが適当である旨
- とろみをつける食品に関する注意事項
- とろみ調整用食品を加える際の手順
- 摂取する際の注意事項
- その他必要な特記事項

このほかにも、食品の表示には、アレルギー、賞味期限、原材料、保存方法などの大事な表示があります。表示をよく見て選ぶことが重要です。

実際の商品の詳細は、容器包装上の表示や、各メーカーのウェブサイトをご確認ください。



【とろみ調整用食品（特別用途食品制度）に関する問合せ先】

消費者庁食品表示企画課 特別用途食品担当 TEL:03-3507-8800（代） FAX:03-3507-9292

消費者庁ウェブサイト: https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/foods_for_special_dietary_uses/

