

研究アイデアの概要

ソフト食とは、もともとの食材や料理の見た目を活かしつつ、工夫を加え、咀嚼力の弱まった高齢者のための介護食として用いられている。見た目にこだわったものは作られているが、匂いに着目した研究はあまり見られない。ソフト食がより好ましく食べられる匂いの種類、つけ方を発見する。1)

参考 1) [ソフト食とは？介護で利用するメリットやデメリットを解説 | ケアスル介護 \(caresul-kaigo.jp\)](https://caresul-kaigo.jp/column/articles/8/#:~:text=%E3%82%BD%E3%83%95%E3%83%88%E9%A3%9F%E3%81%A8%E3%81%AF%E3%80%81%E3%82%82%E3%81%A8%E3%82%82%E3%81%A8,%E3%81%A8%E3%81%97%E3%81%A6%E7%94%A8%E3%81%84%E3%82%89%E3%82%8C%E3%81%A6%E3%81%84%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82)

[https://caresul-](https://caresul-kaigo.jp/column/articles/8/#:~:text=%E3%82%BD%E3%83%95%E3%83%88%E9%A3%9F%E3%81%A8%E3%81%AF%E3%80%81%E3%82%82%E3%81%A8%E3%82%82%E3%81%A8,%E3%81%A8%E3%81%97%E3%81%A6%E7%94%A8%E3%81%84%E3%82%89%E3%82%8C%E3%81%A6%E3%81%84%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82)

[kaigo.jp/column/articles/8/#:~:text=%E3%82%BD%E3%83%95%E3%83%88%E9%A3%9F%E3%81%A8%E3%81%AF%E3%80%81%E3%82%82%E3%81%A8%E3%82%82%E3%81%A8,%E3%81%A8%E3%81%97%E3%81%A6%E7%94%A8%E3%81%84%E3%82%89%E3%82%8C%E3%81%A6%E3%81%84%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82](https://caresul-kaigo.jp/column/articles/8/#:~:text=%E3%82%BD%E3%83%95%E3%83%88%E9%A3%9F%E3%81%A8%E3%81%AF%E3%80%81%E3%82%82%E3%81%A8%E3%82%82%E3%81%A8,%E3%81%A8%E3%81%97%E3%81%A6%E7%94%A8%E3%81%84%E3%82%89%E3%82%8C%E3%81%A6%E3%81%84%E3%81%BE%E3%81%99%E3%80%82)

研究内容

介護食は普段の食事よりも美味しい、というイメージはあまりないのではないかと。生涯”食”を楽しむためには、介護食、特に見た目は流動食よりも形を保っているものが多いソフト食での美味しさを研究したい。大学の講義で、味を感じることもよりも、匂いを感じるメカニズムの方が複雑であると学んだ。そこで、美味しさの要素として、匂いに着目したソフト食はどうかと考えた。ソフト食に匂い(①素材、②料理、③使っている食材とはかけ離れたもの、など)をつけ、官能検査によりソフト食の最適な匂いを研究する。

これまでの研究進捗

『好まれる味・食欲は、実は匂いが決めている。食材そのものだけでなく、調味料などを含む実際の料理に近い匂いによってソフト食がより食べられるようになる。』という仮説を立てた。具体的な研究活動には未着手である。

課題

- ・ 匂いをつける技術、設備が必要
- ・ 美味しさの官能評価の設定



図1 食事介助場面



図2 ソフト食イメージ

今後の展望

今回のプログラムの合宿を通し、介護食を必要とする方が身近にいる参加者たちからの興味関心のコメントをいただいた。今後も高齢社会においてこのテーマを研究する必要性があると考えます。

ソフト食の加工方法を変えたり、嗅覚を物理的に遮断したりして匂いを変えた状態でソフト食を食べてもらう。その後被験者のソフト食の好み・食べやすさなどの項目で統計をとる。