

30秒で分かる!



食べるデイテストは、デイサービスで行う食事・栄養状態の簡易スクリーニングになり、その内容は3つのテストに分かれます。

# 食べるデイテストの簡単マニュアル

## ① 摂食機能のテスト

せんべいテスト

準備

サラダせんべい1枚を用意し、1/4の大きさにカット。  
(包丁などで切れ目を入れるとカットしやすい)



テスト

「このせんべいを一口で口の中に入れて、出来るだけ早く噛んで食べて下さい」口に入れてから飲み込むまでの噛んだ回数を計測。

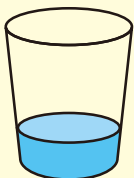


評価

- 30回未満◎
  - 50回未満○
  - それ以外×
- (もしも危険な場合はテストを回避して×)

準備

常温の水30mlを注いだカップを用意する。  
(透明なプラスチックが使いやすくてオススメ)



テスト

「このお水を出来るだけ早く飲み干して下さい」口に入れてから、すべてを飲み干すまでの秒数を計測。



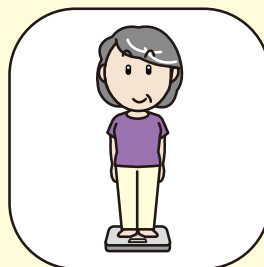
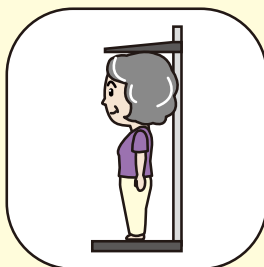
評価

- 5秒以内にむせずに一気に飲めた◎
  - 5秒以内にむせずに飲めた○
  - それ以外×
- (もしも危険な場合はテストを回避して×)

## ② 体力測定テスト

より簡単な内容になりました。

利用者さんの身長、体重を測ればOK!



円背や寝たきりで身長が計りにくい時の推計方法や、身長と体重からBMIを自動計算するサポートもあります。

## ③ 栄養評価のテスト

ネスレニュートリション®の「簡易スクリーニング項目」を用いた栄養状態の評価になり、6つの項目を選んでポイントの合計を出します。

準備

手元にスクリーニング項目の紙や画面を用意。



テスト

職員さんが、栄養に関わる健康状態の項目をチェック。

【項目例】

- 過去3ヶ月間で食事量が減少しましたか?
- 過去3ヶ月間で体重の減少がありましたか?
- 自力で歩けますか?など。



評価

- 12ポイント以上 = 栄養状態良好
- 8～11ポイント = 低栄養のおそれ
- 7ポイント以下 = 低栄養



専門用語の解説や判断する参考例や、合計ポイントの自動計算もできます。