

食事でお困りのがん患者様へ

がん患者様の 栄養と食事の ポイント

便利な商品のご紹介



カタログ番号

2-7370

本書の参考にあたって

がん治療のうえで、栄養状態を向上・維持することも治療の1つです。適切な食事摂取は、体力を維持し、本来の生理的な免疫力を向上し、各組織の再構築や感染への抵抗性を高める役割があります。しかし、がん治療に伴う手術や化学療法(抗がん剤)、放射線治療に伴い、しばしば十分な栄養補給が困難になることがあります。口内炎や味覚異常、嘔気・嘔吐、下痢・便秘など、食欲不振になる症状はさまざまです。これらによって栄養状態が低下してしまうと、QOL(生活の質)が低下するばかりか、痛みの程度が増すことやがん治療そのものが困難になることがあります。食事はがん治療の根底にあり、自身の栄養状態が治療を支えているといっても過言ではありません。

近年、栄養補助食品の種類が増え、味が向上したことで、症状に合わせて手軽に選択し、自宅で購入することも可能となりました。食事を作ることが大変な時期こそ、負担なく栄養を取り入れたいものです。市販品のメリットは食事を作る時間や手間なく取り入れることができることです。本リーフレットでは、症状別に工夫されて食べやすいと考えられる製品別に示してあります。ただし症状が出現する前に、少量で高栄養な食品で、食べられる製品を知っておくことをお勧めします。

関西電力病院 栄養管理室室長

真壁 昇

CONTENTS

お悩み別の栄養と食事のポイント

- ① 食欲がないとき 3
- ② 味覚の変化があるとき 4
- ③ 口内炎があるとき 5
- ④ 嘔気・嘔吐があるとき 5
- ⑤ 下痢があるとき 6
- ⑥ 便秘があるとき 6
- ⑦ 飲み込みにくい・むせやすいとき 7

お悩み別で選べる商品のご紹介

- ソフト・やわらか食 8
- 総合栄養食品 11
 - 食べるタイプ 11
 - 飲むタイプ 12
- 栄養補助食品 13
 - エネルギー補給 13
 - エネルギー+たんぱく質補給 14
 - ビタミン・ミネラル補給 14
 - 食物繊維・オリゴ糖補給 15
- その他 15
 - とろみ調整食品
 - 水分補給
 - その他

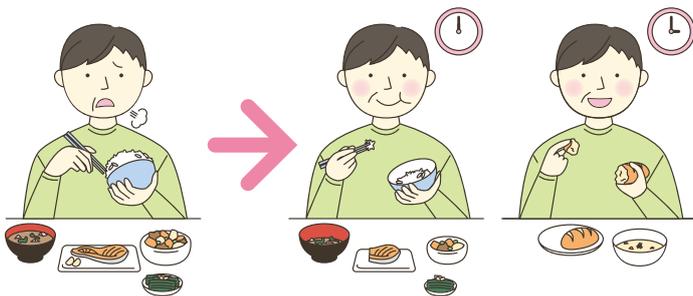
お悩み別の 栄養と食事のポイント

1 食欲がないとき

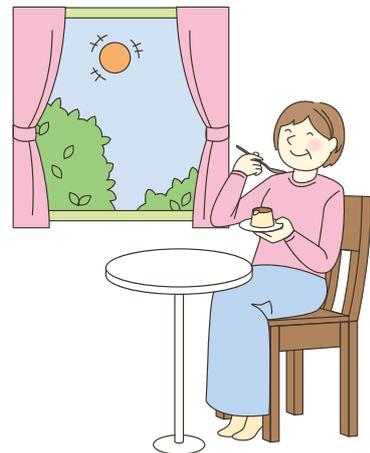
食欲不振の原因は、がんそのものによる原因のほか、治療による副作用や精神的なストレスなどさまざまです。はじめから食事を摂ることに執着せず、身体と心の調子に合わせて無理をせず、食べたいもの、食べられるものを摂ることから考えてゆきます。十分な水分補給からはじめましょう。

栄養と食事のポイント

- 1回の食事量が多いと感じたときは、回数を増やして補うように考えましょう。



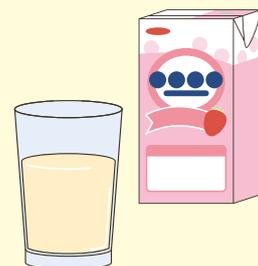
- たんぱく質が豊富な卵や乳製品、豆腐など少量でも栄養価の高い食品を利用しましょう。



- 好きなものや、楽しい思い出につながる料理などを試してみましょう。
- 心身的リラックスが大切です。食べる場所を変えたり、音楽を聴きながら気分転換を図り、楽しく食事ができる環境を工夫しましょう。

ワンポイント 総合栄養食品(濃厚流動食品など)、栄養補助食品

少量でバランス良く栄養が摂れる濃厚流動食品や、エネルギーが補給できる栄養補助食品をお勧めしています。お好みの市販食品をストックしておく、食べられそうなときに、すぐに食べられるので便利です。とくに体重減少が続く場合には、その原因に応じた選択が大切になりますので、担当の医師や管理栄養士と相談し選択しましょう。



2 味覚の変化があるとき

がん治療の副作用で一時的に味覚が変化し、食べ物の味を感じなくなったり、甘みを強く感じたり、苦く感じる場合があります。ときには砂を噛んでいるように感じる場合があります。これは味や臭いを感じる細胞などの感受性の低下が原因と考えられます。食事の前に、水やお茶を飲んだり、口腔ケアを行うことが有効な場合があります。長期的に持続する場合は、感じる事ができる味を見つけ、またそのような状況下でも食べやすい食事を摂ることが大切です。

栄養と食事のポイント

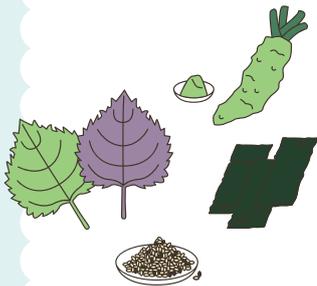
味を感じない、薄く感じる場合

- だしのうま味や油脂のコクが効いたカレーやソースなどでアクセントを付けてみましょう。
- 人肌程度の温度の方が、味が感じやすい場合があります。
- 酢の物や果物、また食べる前に汁物を飲むことなど試してみましょう。
※塩味が濃すぎる味付けに注意しましょう。



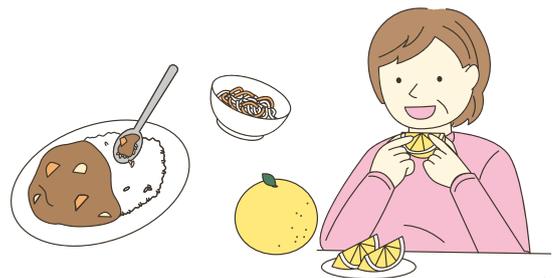
苦味や金属味がする場合

- 塩味を抑えめにし、だしの風味や柑橘類、酢の酸味を利用しましょう。
- 塩味や醤油が苦く感じる場合は味噌を試してみましょう。
- 薬味、ハーブ、香辛料などで味にアクセントをつけましょう。
(例)ごま、わさび、大葉、海苔
- ガムやキャラメルなどで口直しをすることもお勧めです。



甘みを強く感じる場合

- 砂糖や人工甘味料などの甘みを控えましょう。
- だしを効かせた味付けにしましょう。
- 酸味のある酢の物、果物、香辛料の利いた料理が食べやすいことがあります。



ワンポイント 亜鉛

がん治療に伴った味覚異常のほかに、亜鉛不足でも起こる症状です。亜鉛は味覚に関与するミネラルの1つで、牡蠣やレバー、うなぎなどに多く含まれます。通常の食品で補給できますが、効率良く亜鉛がとれる補助食品もあります。亜鉛は体内の生理活性物質として重要な働きを担いますので、不足しないよう摂ることが大切です。



3 口内炎があるとき

がん治療の影響によって正常な消化管の粘膜が障害され、さらに粘膜の再生も抑制されてしまうため、口内炎や下痢などが長く続くことがあります。また抗がん剤の影響によって口内炎が起きる時期は、感染を起こしやすいことがありますので、口腔ケアが大切です。さらに放射線治療の影響でも、唾液が出にくくなり口腔内が乾燥することで傷つきやすいため、食事形態にも注意しましょう。

栄養と食事のポイント

- 食事の形態は「なめらか」で薄味のものに向いています。
- 柔らかく調理して食べましょう。
(例)豆腐、プリン、煮物、雑炊、パン粥
- 冷たい料理を先に食べたり、油分が多い料理は、痛みを低減する場合があります。
- 液状のものはストローで飲むことで、痛みを感じにくい場合があります。



避けた方がよい食品

- × 刺激物、熱いもの、味の濃いもの、硬いもの
- × 塩味、酸味、辛味の強いもの

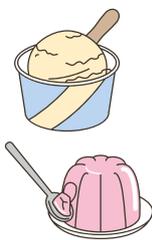


4 嘔気・嘔吐があるとき

嘔気や嘔吐が、抗がん剤の種類と量によって起きることがあります。一般的に抗がん剤治療を開始後、数時間から生じ、5～7日程度で症状が緩解することが多いと言われますが、個人差があります。このとき制吐作用を呈する薬剤を用いた場合には、傾眠によって食事が摂れないことがあります。水分や電解質の補給が、もっとも大切となります。

栄養と食事のポイント

- 全般的に冷たくさっぱりとした料理が食べやすいでしょう。
- 嘔気がある時は無理に食べることは控え、少し治ったら、ゼリーやシャーベット、またアイスクリームなど食べやすいものを少しずつ摂りましょう。
- においや味の強いもの、温かい料理(におい)、油っぽい料理などは嘔気を誘発することがあるため避けましょう。
- 無理をせず気分の良い時に食べたいものを少しずつ、ゆっくり食べましょう。



ワンポイント

脱水予防に水分補給を

経口補水液などで水分とミネラルを少量ずつ、時間をかけて補給し、吐き気が治まるのを待つことも大切です。経口補水液は水よりも胃から早く腸に流れますが、極めて少しずつ摂ることがポイントです。レモン水や氷水でのうがいや歯みがきで、嘔気が治まることもあります。



避けた方がよい食品

- × 脂肪分の多いものや繊維質のもの、刺激物、カフェイン
- × にんにく、ねぎ、生玉葱、にら、納豆など、においの強いもの

5 下痢があるとき

一部の抗がん剤や腹部への放射線照射の影響によって、腸粘膜が刺激された結果、下痢を引き起こすことがあります。下痢が続くときには、脱水の予防のため、水分と電解質の補給が必要です。

栄養と食事のポイント

- 水分のみならず、下痢で失われるミネラルとともに補給することが大切です。
- こまめに、少量ずつ飲むことがポイントです。
- 消化の良いものを摂ることが必要です。
- おかゆやうどんなど穀類をよく加熱し、塩味がある料理を摂りましょう。



避けた方がよい食品

- ✗アルコールやカフェイン、脂肪分の多いもの、食物繊維の多いもの、酸味や刺激物、冷たいもの



6 便秘があるとき

オピオイド鎮痛薬による治療を受けている患者さんの40～80%に便秘を認めると報告されています。その他、気づかない精神的なストレスによって消化管の運動機能が低下することや、腹水による消化管運動の低下など原因はさまざまです。しかしこれらのことも生活リズムの是正や、食べる内容によって改善する場合があります。便秘解消の工夫により、ストレスが軽快し、緩下剤の使用量が少なくなる場合もあります。

栄養と食事のポイント

- 十分な水分を摂りましょう。
- ヨーグルトなど乳酸菌を含む食品や適度な食物繊維を摂りましょう。



- 適量の油脂は便を軟らかくする役割があります。

※一部の鎮痛薬を使用中などには、こんにゃくやきのこ、海藻などの摂り過ぎによって腸を詰まらせる要因になることもありますので、注意しましょう。

7 飲み込みにくい・むせやすいとき

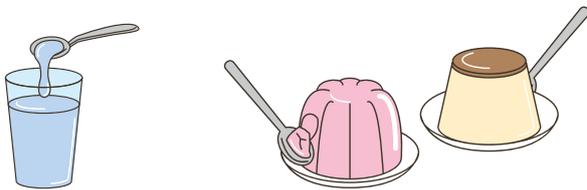
頭頸部がんの経過などで、飲み込みが困難になることがあります。このような場合は、水のようなサラサラの液体よりも、とろみが付いた料理の方が、むせることなく食べられます。また食物が誤って気道に入らないよう、食べるときの姿勢にも注意しましょう。口腔ケアで清潔に保つことも大切です。

栄養と食事のポイント

- お茶などの水分にとろみを付ける場合は、とろみ調整食品を使うと便利です。



- 適度な水分を含み、喉ごしが良いものを摂りましょう。
(例)あんかけ、ゼリー、プリン、ムース



- 食事が十分に摂れない場合は、ゼリータイプの栄養補助食品の利用も選択肢です。

避けた方がよい食品

- ✕硬いもの、繊維質のもの、パサパサしたもの、水分と固形物が混ざっているもの、口の中ではりつくもの、べたつくもの、片栗粉でとろみを付けたもの(口の中で液体になるため)



お悩み別で選べる商品のご紹介

お悩み別に商品をご紹介します。ご注文は背表紙をご覧ください。

マークの説明

商品特長マークは参考情報としてお悩み別に商品特長に合せてつけていますが、効果効能を示すものではありません。

- 1 食欲がないときなど、少ない量でバランス良く栄養を摂りたい時に。
- 2 味覚変化などで、亜鉛を摂りたい時に。
- 3 口内炎などで、なめらかな食感のものを摂りたい時に。
- 4 嘔気・嘔吐などで、さっぱりとしたものを摂りたい時に。
- 5 下痢などで、消化の良いものを摂りたい時に。
- 6 便秘などで、食物繊維を補給したい時に。
- 7 液体が飲み込みにくく、とろみ状やゼリー状のものを摂りたい時に。

各商品の見方

各商品の詳細は「はつらつ食品カタログ」またはホームページ(<http://www.healthynetwork.co.jp>)をご覧ください。



- 1 商品名
- 2 商品特長
- 3 カテゴリ
- 4 商品特長マーク
- 5 栄養成分表
数種ある商品は成分をまとめているため幅をもたせて表示しています(例:0~2g)。
- 6 商品番号
- 7 商品規格
ご注文最小単位です。1個からご注文を承っています。
- 8 価格※税込み表示
- 9 メーカー名
または総代理店名

冷凍品 常温品と冷凍品は分けて掲載しています。
 常温品は宅急便(送料756円)、
 冷凍品はクール便(送料972円)でお届けします。
 ※それぞれ別便になります。

ケース ケース単位のみでの販売となります。

お取り寄せ お取り寄せ商品となりますのでお届けに約7日~10日かかります。

※諸般の事情により、予告なく価格、成分値、商品の仕様等が変更になる場合があります。

ソフト食・やわらか食



快食応援団
なめらかおかゆ・
なめらかおじや
 お米の粒がなく、
 なめらかなペースト状。

3 5 7

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	76~78kcal
たんぱく質	1.2~2g



なめらかおかゆ

商品番号	
1170-021	おかゆ
200g	154円
1170-022	おじや
200g	165円
ヘルシーフード(株)	

快食応援団

粒がなく、なめらかなペーストを柔らかく固めました。
 1個で食物繊維2g。

6 7

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	50kcal
たんぱく質	1.6~2.5g



ほうれん草のごまあえ

商品番号	
1170-301	枝豆よせ
1170-302	ほうれん草のごまあえ
1170-303	コーンクリーム
1170-304	にんじんとごぼうのきんぴら
50g	各190円
ヘルシーフード(株)	

ふんわりムース

白身魚をベースに、素材の味を生かしたやさしい味わいのムースです。たんぱく質・亜鉛を補給。

1 3 7

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	100kcal
たんぱく質	7.7g
亜鉛	5.7mg



白身魚

商品番号	
1170-115	白身魚
1170-116	カニ風味
65g	各183円
ヘルシーフード(株)	

ソフト食・やわらか食



◎野菜も肉も魚もやわらかいから食べられる

◎見た目がそのままだから食べたくなる

- パッケージサイズ：縦12cm×横15cm×高さ3cm
- 酵素の力で食材の食感を残しながらも形がくずれないギリギリのやわらかさに調理されています。



お召し上がり方

冷凍のまま耐熱容器に移し替えラップをかるくかけて加熱してください。



<蒸し器>
蒸気があがった状態で約20分加熱。



<電子レンジ>

レンジ弱(200W)、または解凍モードで3~7分加熱。



トレーのまま温める場合、蒸し器であればフタを開封せずに、レンジであればフタを少し開封して加熱してください。

※十分に温まらない場合は適宜時間を調整してください。

あいと 人気セット



まずは人気商品を試してみたいという方へ!



【セット内容】

- *筑前煮
- *すき焼き風寄せ煮
- *ハンバーグ
- *豚の角煮
- *ホタテと野菜のあんかけ
- *吹寄せ野菜

商品番号

5200-031

6品 **3,530円**

あいと あっさりセット



食欲がないときでもあっさり食べられるメニューのセットです。



【セット内容】

- *鶏むねの旨煮
- *豚肉の葱塩焼き ポン酢風味
- *赤魚の素焼き 銀酢仕立て
- *ホタテと野菜のあんかけ
- *彩り野菜のコンソメ煮
- *五目ひじき

商品番号

5200-033

6品 **3,379円**

あいと 高エネルギーセット



1食当り100kcal以上のメニューのセットです。エネルギーを摂りたい方に。



【セット内容】

- *豚の角煮
- *豚肉の生姜焼き
- *チキンカツ
- *鮭の照焼き 柚子風味
- *さばの味噌煮
- *エビグラタン

商品番号

5200-029

6品 **3,562円**

あいと 単品リスト



筑前煮



吹寄せ野菜

商品番号	商品名	商品名	商品名
2861-014	ごはん	2861-188	肉じゃが
140g	280円	95g	561円
2861-091	食パン	2861-164	ハンバーグ
1枚	313円	78g	626円
2861-174	五目ちらし	2861-170	すき焼き風寄せ煮
91g	626円	93g	626円
2861-151	鶏とじゃが芋のバター醤油	2861-175	豚肉の生姜焼き
84g	540円	66g	648円
2861-152	筑前煮	2861-176	牛肉の赤ワイン煮
102g	518円	66g	648円
2861-153	鶏肉の香り醤油焼き	2861-180	チキンカツ
83g	518円	75g	550円
2861-154	鶏むねの旨煮	2861-181	とん汁
89g	518円	107g	583円
2861-155	酢豚風甘酢煮	2861-184	貝だくさんシチュー
77g	615円	103g	518円
2861-156	豚肉の甘草炒め	2861-185	たっぷり野菜のビーフカレー
75g	615円	102g	648円
2861-158	豚の角煮	2861-144	ぶりの照焼き
57g	648円	78g	594円
2861-159	豚肉の葱塩焼き ポン酢風味	2861-145	鮭の照焼き柚子風味
75g	648円	57g	583円
2861-160	牛肉のオイスターソース焼き	2861-146	ホタテと野菜のあんかけ
66g	648円	100g	594円
		2861-147	赤魚の素焼き銀酢仕立て
		66g	583円
		2861-148	ぶり大根
		82g	626円
		2861-150	さばの味噌煮
		66g	540円
		2861-168	エビグラタン
		111g	594円
		2861-169	エビチリ
		65g	626円
		2861-166	彩り野菜のコンソメ煮
		89g	518円
		2861-167	吹寄せ野菜
		78g	518円
		2861-171	五目ひじき
		82g	518円
		2861-172	海老芋の柚香蒸し
		78g	594円
		2861-183	野菜のおひたし
		66g	388円
		2861-186	鮭と白菜のクリーム煮
		79g	496円
		2861-187	牛肉の和風みぞれ
		73g	810円

●掲載価格は全て税込み価格です。

イーエヌ大塚製薬(株)

ソフト食・やわらか食

7

エバースマイル

見た目の彩りと素材そのものの味が楽しめる新しいムース食です。



肉じゃが



ビーフカレー



鮭と野菜のあんかけ



クリームシチュー



トマトソースハンバーグ



デミグラスハンバーグ



和風ハンバーグ



牛ごぼうの生姜煮



やきとり



きんぴらごぼう



ビーフシチュー



酢豚



チキンのトマト煮



筑前煮



回鍋肉



八宝菜



鶏とかぼちゃの煮物

商品番号

2029-002 肉じゃが 115g 390円	2029-011 きんぴらごぼう 60g×2 410円
2029-062 鮭と野菜のあんかけ 115g 390円	2029-068 ビーフシチュー 115g 390円
2029-004 ビーフカレー 115g 390円	2029-053 酢豚 115g 390円
2029-063 クリームシチュー 115g 390円	2029-069 チキンのトマト煮 115g 390円
2029-064 トマトソースハンバーグ 115g 390円	2029-055 筑前煮 115g 390円
2029-065 デミグラスハンバーグ 115g 390円	2029-070 回鍋肉 115g 390円
2029-066 和風ハンバーグ 115g 390円	2029-057 八宝菜 115g 390円
2029-009 牛ごぼうの生姜煮 115g 390円	2029-059 鶏とかぼちゃの煮物 115g 390円
2029-067 やきとり 115g 390円	

大和製罐(株)

やさしくラクケア とろとろ煮込み

7

具材をすりつぶし、食べやすい適度なとろみのペースト状のおかず。

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	86~96kcal
たんぱく質	1.8~2.5g



ビーフカレー

商品番号	
2638-871	ビーフカレー
2638-872	クリームシチュー
2638-873	肉じゃが
2638-874	すき焼き
80g	各130円

ハウス食品(株)

やさしい献立 なめらかおかず

7

それぞれの食材をじゃがいもなどと一緒に裏ごしました。

他の区分もお取り扱いしています。詳細は「はつらつ食品カタログ」をご覧ください。

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	52~77kcal
たんぱく質	2.1~3.9g



鶏肉と野菜



大豆の煮もの



うぐいす豆



豚肉と野菜

商品番号	
2204-203	鶏肉と野菜
2204-205	大豆の煮もの
2204-206	うぐいす豆
2204-207	豚肉と野菜
2204-208	鮭と野菜
2204-209	白身魚と野菜
75g	各145円

キユーピー(株)

オクノス栄養支援 茶碗蒸し

1 7

栄養価が高く食べやすい。湯せんで温めて、さらに美味しく召し上がれます。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	5~5.3g



かつお風味

商品番号	
2040-142	かつお風味
2040-143	ほたて風味
2040-145	たい風味
2040-146	まつたけ風味
75g	各118円

ホリカフーズ(株)

バランス献立 なめらかおかず

7

お肉や野菜をじっくり煮込んで丁寧に裏ごし。なめらかな食感に仕上げました。

他の区分もお取り扱いしています。詳細は「はつらつ食品カタログ」をご覧ください。

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	49~109kcal
たんぱく質	3.1~5.3g



ビーフシチュー

商品番号	
2945-011	ビーフシチュー
2945-012	ポークカレー
2945-013	クリームシチュー
2945-014	牛肉と野菜 ~しぐれ煮風~
2945-015	鶏肉と野菜 ~筑前煮風~
100g	各170円

アサヒグループ食品(株)

やわらかおかず エネカップ

1 2

おかずタイプのエネルギー補給食品。MCT(中鎖脂肪酸油)6g配合。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	104~120kcal
たんぱく質	0.24~0.4g



カレー味

商品番号	
2022-451	カレー味
2022-452	クリームシチュー味
40g	各170円

日清オイログループ(株)

●掲載価格は全て税込み価格です。

ソフト食・やわらか食

やさしくラクケア やわらか豆腐

だしのうま味をきかせました。高エネルギー・高たんぱく質補給食品。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	100kcal
たんぱく質	6g
亜鉛	0.1~0.3g



やわらか玉子豆腐

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2630-941	やわらか玉子豆腐	63g	各162円	ハウス食品㈱
2630-942	やわらかごま豆腐			

3 7

初回注文のお客様限定 やわらかお試しセット

通常価格(6品+送料) 1,599円 **半額** **830円** 実質 **769円** お得!!

1世帯様につき1セット限り



- *快食応援団 なめらかおかゆ
- *やさしくラクケア とろとろ煮込みのすき焼き
- *バランス献立 なめらかおかず ビーフシチュー
- *まぐろの煮こごり
- *ラクーナ飲むゼリー3S りんご風味
- *プロッカZn ピーチ

7 送料無料

粒のない商品のセットです。

商品番号	商品名	価格
5000-602	初回注文のお客様限定 やわらかお試しセット	830円

※本セットは当社のご利用が初めての方専用のため、**初回注文時1世帯様につき各1セット限りご購入可能な商品**です。
本セットの購入有無に関わらず、既に当社をご利用いただいている方はお買い求めいただけません。
※本セットとその他の商品は一緒にご注文いただけます。
※**常温品と一緒にご注文いただいた場合**合計金額に関わらず、送料無料でとなります。
※**冷凍品と一緒にご注文いただいた場合**別途クール便送料972円がかかります。
※諸般の事情により、予告なく価格、成分値、商品の仕様等が変更になる場合があります。

総合栄養食品



食べるタイプ

明治メイバランス ソフトJelly200

少量で高エネルギーを補給したい方へ。ソフトな食感のゼリータイプ。まろやかな味。
1ml = 1.6kcal



バナナヨーグルト味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.5g

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2250-594	ヨーグルト味	125ml	各224円	㈱明治
2250-595	ピーチヨーグルト味			
2250-596	パインヨーグルト味			
2250-597	ストロベリーヨーグルト味			
2250-598	マスカットヨーグルト味			
2250-591	はちみつヨーグルト味			
2250-592	バナナヨーグルト味			
2250-593	ぶどうヨーグルト味			

1 7

カロリーメイトゼリー

豊富な栄養を手軽にとれるバランス栄養食のゼリータイプです。
1g = 0.93kcal



アップル

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	8.2g

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2013-362	アップル	215g×6	各1,247円	大塚製薬㈱
2013-363	ライム&グレープフルーツ			

1 7

テルミール アップリード

100mlで400kcalの超高濃度栄養食。なめらかなとろみ食感。
1ml = 4kcal



りんご風味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	400kcal
たんぱく質	14g

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2450-183	りんご風味	100ml	各432円	テルモ㈱
2450-184	サワー風味			

1 7

テルミール ソフト

クリーミーな食感で後味爽やか。1本300kcalのとろみ食感。
1g = 1.5kcal



アップルヨーグルト味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	300kcal
たんぱく質	9g

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2450-021	アップルヨーグルト味	200g	各285円	テルモ㈱

1 7

テルミールソフトM

テルミールソフトの小さめサイズ。
1g = 1.6kcal



ヨーグルト味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	6g

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2450-025	ヨーグルト味	125g	各216円	テルモ㈱
2450-026	ストロベリー味			

1 7

ニュートリーコンク2.5

料理に混ぜて使えば栄養価アップ!珈琲や牛乳と割るだけでも◎。プレーン味。
1ml = 2.5kcal



ニュートリー

栄養成分(100ml当り)	
エネルギー	250kcal
たんぱく質	8.1g

商品番号	商品名	重量	価格	メーカー
2320-313	プレーン味	200ml	270円	ニュートリー(株)

1 7

●掲載価格は全て税込み価格です。

総合栄養食品

飲むタイプ

プロシュア バナナ味

ケース

EPA、DHAを配合し、たんぱく質も豊富に含有。飲みやすいバナナ味です。

1ml = 1.27kcal
ストロー付き。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	280kcal
たんぱく質	14.6g



商品番号	
2950-021	
220ml×24	10,730円
アポットジャパン(株)	

明治メイバランスMini

1

毎日でも飲みやすいよう、味のおいしさにこだわったミルクテイスト。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.5g



コーヒー味

商品番号	
2250-331	コーヒー味
2250-332	キャラメル味
2250-333	ヨーグルト味
2250-334	ストロベリー味
2250-335	バナナ味
2250-336	コーンスープ味
125ml	各194円
(株)明治	

明治メイバランスMini さわやか

1

すっきり飲める酸味のあるさわやかな風味。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.5g



白桃味

商品番号	
2250-341	白桃味
2250-342	ブルーベリー味
125ml	各194円
(株)明治	

セルティ

1

天然食品をメインに三大栄養素をバランスよく配合。冷やしても温めても美味しいスープ。

1ml = 1kcal

※パウチ袋です。器等にあげてお召し上がりください。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	6.6~7g



とうもろこしのスープ

商品番号	
2040-011	とうもろこしのスープ
2040-012	にんじんのスープ
2040-013	かぼちゃのスープ
2040-264	じゃがいものスープ
2040-265	たまねぎのスープ
2040-266	まめのスープ
200ml	各178円
ホリカフーズ(株)	

初回注文のお客様限定 濃厚流動食品お試しセット

1

送料無料

通常価格(4品+送料) 1,525円

半額 **768円**

実質 757円お得意!!

1世帯様につき1セット限り



- ※明治メイバランスMiniカップ 白桃ヨーグルト味
- ※リカバリーMini ミルクティー味
- ※ファインケア バナナ味
- ※テルミールミニ コーンスープ味

商品番号	
5000-703	初回注文のお客様限定濃厚流動食品お試しセット
4品	768円

※本セットは当社のご利用が初めての方専用のため、初回注文時1世帯様につき各1セット限りご購入可能な商品です。本セットの購入有無に関わらず、既に当社をご利用いただいている方はお買い求めいただけません。※本セットとその他の商品は一緒にご注文いただけます。常用品と一緒にご注文いただいた場合合計金額に関わらず、送料無料となります。冷凍品と一緒にご注文いただいた場合別途クール便送料972円がかかります。※諸般の事情により、予告なく価格、成分値、商品の仕様等が変更になる場合があります。

ファインケア すっきりテイスト

1

「すっきりした味わい」で毎日の栄養補給をサポートします。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.5g



エスプレッソ味

商品番号	
2200-881	ピーチ味
2200-882	ブルーベリー味
2200-883	ミルク味
2200-884	エスプレッソ味
2200-885	フルーツミックス味
125ml	各162円
キューピー(株)	

Juicio ミニ

1

ジュースのように飲みやすい濃厚流動食。モンドセレクション最高金賞を受賞。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。



オレンジ味



グレープ味



フルーツミックス味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	8g

商品番号	
2321-801	オレンジ味
2321-802	グレープ味
2321-803	フルーツミックス味
2321-804	ピーチ味
2321-805	マンゴー味
2321-806	青うめ味
2321-807	いちご味
2321-808	メロン味
125ml	各207円
ニュートリー(株)	

メディミル® ロイシンプラス

1

飲みきりサイズで豊富な栄養が摂れるロイシンを強化した経口栄養補助飲料です。

1ml = 2kcal
ストロー付き。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	8g



いちごミルク風味

商品番号	
2037-511	バナナミルク風味
2037-512	コーヒー牛乳風味
2037-513	いちごミルク風味
2037-514	バニラ風味
100ml	各181円
ネスレ日本(株)	

テルミールミニ

飲みやすく、飽きのこない4種類。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。



コーヒー味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.3g

商品番号	
2450-091	コーヒー味
2450-092	麦茶味
2450-093	バナナ味
2450-094	コーンスープ味
125ml	各205円
テルモ(株)	

エンジョイclimeal

1

少量ハイカロリーで、無理なくバランスよく栄養補給できます。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	7.5g



いちご味

商品番号	
2281-202	いちご味
2281-203	コーヒー味
2281-205	バナナ味
2281-206	コーンスープ味
2281-207	ミルクティー味
2281-208	みかん味
2281-209	くり味
2281-210	ヨーグルト味
125ml	各205円
(株)クリニコ	

●掲載価格は全て税込み価格です。

栄養補助食品

エネルギー補給

エナチャージ

飲みきりサイズの100gで、エネルギーや水分をしっかりと補給できます。

アップル風味・もも風味はお徳用(500g/392円)もございます。
アップル風味1170-071/
もも風味1170-075



アップル風味(食物繊維)

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	130kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
1170-011	アップル風味(食物繊維)
1170-012	マスカット風味(食物繊維)
1170-015	もも風味(鉄)
1170-016	あんず風味(鉄)
1170-017	みかん風味(鉄・亜鉛)
1170-018	ぶどう風味(鉄・亜鉛)
100g	各 108円

ヘルシーフード㈱

エナチャージ160

水分とエネルギーを同時に補給できる、ソフトボルトタイプのゼリーです。1本で食物繊維3g。



アップル風味 もも風味 ラムネ風味

栄養成分(1本当り)	
エネルギー	160kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
1170-095	アップル風味
1170-096	もも風味
1170-097	ラムネ風味
165g	各 118円

ヘルシーフード㈱

やさしくラクケア クリーミープリン

高エネルギーで濃厚な味わいのプリン。



カスタード風味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	150kcal
たんぱく質	0g
亜鉛	0~0.1g

商品番号	
2630-926	カスタード風味
2630-927	チーズケーキ風味
63g	各 118円
2638-893	マンゴーチーズケーキ風味
2638-894	ブルーベリーチーズケーキ風味
63g	各 135円

ハウス食品㈱

ブイ・クレス ハイプチゼリー

小容量・高エネルギーでビタミンリッチなハイプチゼリー!



ミックスフルーツ風味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
2320-401	ミックスフルーツ風味
2320-402	キウイフルーツ風味
23g×24	各 1,710円

ニュートリー㈱

ワンステップミール プチゼリー80

少容量でエネルギー補給できるゼリー。



アップル

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	0~0.1g

商品番号	
2206-111	アップル
2206-112	オレンジ
2206-113	ぶどう
2206-114	もも
2206-115	ゆず
35g×20	各 1,080円

キューピー㈱

スティックゼリー カロリータイプ

14.5gの少量で80kcal取れるゼリー。ヨーグルトなどに混ぜて利用もできます。



ヨーグルト風味

栄養成分(1本当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	0g
亜鉛	未測定

商品番号	
2630-774	ヨーグルト風味
2630-775	バナナ風味
2630-779	オレンジ風味
14.5g×20	各 1,058円

林業産業㈱

とけないアイス風デザート

溶けても液状になりにくい、アイス風のデザートです。



バニラ風味

冷凍品	
栄養成分(1個当り)	
エネルギー	84~89kcal
たんぱく質	0.7~0.9g
亜鉛	0~0.1mg

商品番号	
2006-501	バニラ風味
2006-502	いちご
2006-503	抹茶
2006-504	あずき
2006-505	チョコ
35g×10	各 617円

㈱ヤヨイサンフーズ

カロリーミックス

エネルギー、ビタミン8種と鉄・亜鉛の補給に。甘さを抑えた、果汁10%飲料。



りんご味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	160kcal
たんぱく質	0g

ストロー付き。	
商品番号	
2022-902	りんご味
2022-903	みかん・パイン味
2022-904	ピーチ味
2022-905	マスカット味
125ml	各 145円

日清オイログループ㈱

元気ジンジン

飲みやすい、さっぱりとした飲料です。エネルギーと食物繊維5.5gを補給できます。



アップル

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	125kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
1160-101	アップル
1160-102	ホワイトウォーター
1160-103	レモン
1160-104	コーヒー味
1160-105	グレープ
100ml	各 108円

ヘルシーフード㈱

ワンステップミール ごはんにあうソース

食欲増進を促しエネルギーも効率的に摂れるごはんにあうソースです。



たまご風味

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	60kcal
たんぱく質	0.1~0.2g

商品番号	
2206-131	たまご風味
2206-132	うに風味
2206-133	明太風味
10g×40	各 759円

キューピー㈱

日清MCTパウダー

消化吸収の良い中鎖脂肪酸。料理や飲み物に混ぜて利用。

※本品は吸湿性がありますので、開缶、開封後はふたをして乾燥した涼しい場所に保管し、できるだけ早くご使用ください。



13g×30

栄養成分(1包当り)	
エネルギー	100kcal
たんぱく質	0g

栄養成分(100g当り)	
エネルギー	764kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
2022-072	250g 1,722円
2022-073	13g×30 3,207円
2022-080	800g 5,037円

日清オイログループ㈱

栄養補助食品

エネルギー+たんぱく質補給

パワミナ200ゼリー

1本(120g)でエネルギー200kcal、たんぱく質6gが摂取できます。

1g = 1.67kcal



バナナ風味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	6g

商品番号

- 2970-201 バナナ風味
- 2970-202 いちご風味
- 2970-203 メロン風味
- 2970-204 オレンジ風味
- 2970-205 ぶどう風味
- 2970-206 サイダー風味
- 2970-207 レモンヨーグルト風味

120g **各164円**
バランス(株)

リハたいむゼリー

アミノ酸、たんぱく質補給ができるゼリー。



マスカット味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	100kcal
たんぱく質	10g

商品番号

- 2283-001 マスカット味
- 2283-002 もも味
- 2283-003 はちみつレモン味

120g **各232円**
(株)クリニコ

エンジョイ小さなハイカロリーゼリー

少量でおいしく、エネルギー100kcal、たんぱく質5g(うちBCAA1000mg)を摂取できる、さっぱり食べやすいゼリーです。



レモン味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	100kcal
たんぱく質	5g

商品番号

- 2281-801 りんご味
- 2281-802 もも味
- 2281-803 チーズケーキ味
- 2281-804 レモン味
- 2281-805 いちご味
- 2281-806 マスカット味

40g×24 **3,939円**
(株)クリニコ

おいしいプロテイン・ゼリー

たんぱく質、ビタミン、ミネラルを配合した、さっぱりしたゼリー。



メロン味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	88kcal
たんぱく質	7.2g

商品番号

- 2970-024 赤ぶどう味
- 2970-025 メロン味
- 2970-026 ミックスフルーツ味
- 2970-027 いちご味
- 2970-028 パイン&オレンジ味
- 2970-029 バナナ&ピーチ味

74g **各118円**
バランス(株)

プロッカZn

牛乳が苦手な方へ。たんぱく質・カルシウム補給ができる透明感のあるゼリー。



ピーチ

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	6.2g

商品番号

- 2320-001 オレンジ
- 2320-002 青りんご
- 2320-003 ピーチ
- 2320-009 グレープ
- 2320-010 甘酒
- 2320-801 いちご
- 2320-802 ゆず
- 2320-803 コーヒー

77g **各118円**
ニュートリー(株)

エプリッチドリンクSara

さっぱり・透明感を追求した、エネルギー・たんぱく質補給飲料。

1ml = 1.6kcal
ストロー付き。



アップル風味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	200kcal
たんぱく質	8g

商品番号

- 2008-301 ミックスフルーツ風味
- 2008-302 ストロベリー風味
- 2008-303 レモンティー風味
- 2008-304 アップル風味

125ml **各149円**
(株)フードケア

笑顔倶楽部すいすい

すっきり、さっぱりした飲み口の栄養補助飲料。

1ml = 1.28kcal
ストロー付き。



アセロラ風味

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	160kcal
たんぱく質	8g

商品番号

- 2008-901 アセロラ風味
- 2008-902 ストロベリー風味
- 2008-903 ゆず風味
- 2008-904 ミックスフルーツ風味

125ml **各178円**
(株)フードケア

パーフェクトイン80K

甘い物が苦手な方におすすめ。味噌汁タイプでエネルギー・たんぱく質・ビタミン・ミネラルが補給できます。



栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	80.3kcal
たんぱく質	5.4g

商品番号

2634-003
23g×15 **1,782円**
(株)アイドゥ

ワンステップミール 料理に混ぜる栄養パウダー

エネルギー・たんぱく質補給食品。みそ汁・お粥・飲み物に混ぜて利用。



5.5g×15

栄養成分(100g当り)	
エネルギー	500kcal
たんぱく質	55.1g

栄養成分(1包当り)	
エネルギー	27kcal
たんぱく質	3g

商品番号

2206-122 5.5g×15 **988円**
2206-121 700g **3,688円**
キユーピー(株)

ビタミン・ミネラル補給

アイスになるゼリー

凍らせればアイス、冷やせばゼリーの新感覚デザート。



りんご

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	0.1g
亜鉛	6mg

商品番号

- 1190-012 りんご
- 1190-013 ゆず
- 1190-014 ぶどう
- 1190-015 メロン
- 1190-016 ライチ

50g **各108円**
ヘルシーフード(株)

バイ・フレックスCP10

亜鉛などの微量元素、ビタミン、コラーゲンペプチドを配合の飲料。ストロー付き。



栄養成分(1個当り)	
エネルギー	80kcal
たんぱく質	12g
亜鉛	12mg

商品番号

2320-086
125ml **190円**
ニュートリー(株)

毎日ビテツ

これ1本で、不足しがちな鉄分と亜鉛が補える栄養サポート飲料。ストロー付き。



フルーツミックス

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	37~45kcal
たんぱく質	0g
亜鉛	10mg

商品番号

2035-101 フルーツミックス
2035-102 オレンジ
2035-103 キャロット&アップル
100ml **各116円**
アイクレオ(株)

●掲載価格は全て税込み価格です。

栄養補助食品

食物繊維・オリゴ糖補給

オリゴワン

6

ビフィズス菌を増やす乳果オリゴ糖を3g配合。自然に腸内環境を整えます。

ストロー付き。ヨーグルトサワーは、特定保健用食品です。

栄養成分(1個当り)	
エネルギー	58~75kcal
たんぱく質	0g



商品番号	
2030-130	ヨーグルトサワー
2631-031	オレンジ&キャラット
2631-032	マスカット
2631-033	トロピカルミックス
125ml	各 101円
(株)H+Bライフサイエンス	

ジーエフオー GFO

グルタミン(G)、ファイバー(F)、オリゴ糖(O)を含有する食品です。

栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	36kcal
たんぱく質	3.6g



商品番号	
2013-345	15g×21 3,088円
(株)大塚製薬工場	

オリゴワン オリゴ糖シロップ

6

ビフィズス菌を増やす乳糖果糖オリゴ糖が取れます。飲料などに混ぜて利用。

栄養成分(1包当り)	
エネルギー	14kcal
たんぱく質	0g

栄養成分(100g当り)	
エネルギー	195kcal
たんぱく質	0g



商品番号	
2030-201	7g×40 855円
2030-204	500g 1,330円
(株)H+Bライフサイエンス	

サンファイバー

6

料理に混ぜて使用できる食物繊維。腸内環境を整える為、お腹が緩めの方にも。

栄養成分(1包当り)	
エネルギー	12.3kcal
たんぱく質	0~0.06g

栄養成分(100g当り)	
エネルギー	204kcal
たんぱく質	0~1g



商品番号	
2031-071	6g×30 2,408円
2031-074	180g 1,852円
太陽化学(株)	

その他

水分補給

アイトニックゼリー

4 5 7

持ちやすい容器でのごしスムーズ。スポーツドリンク風味。



栄養成分(1本当り)	
エネルギー	6kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
2320-011	
150g	89円
ニュートリー(株)	

経口補水液 OS-1

4 5

下痢・嘔吐・発熱などによる脱水状態に。



栄養成分(100ml当り)	
エネルギー	10kcal
たんぱく質	未測定

商品番号	
2013-325	
500ml	205円
(株)大塚製薬工場	

経口補水液 OS-1ゼリー

4 5 7

消費者庁認可。そしゃくえん下困難な方の脱水状態時の水分補給ゼリー。



栄養成分(1個当り)	
エネルギー	20kcal
たんぱく質	未測定

商品番号	
2013-300	
200g×6	1,166円
(株)大塚製薬工場	

とろみ調整食品

トロミパワースマイル

3 7

飲み物や液状の食品に入れると簡単にとろみがつけられます。ダマになりにくいので使いやすいとろみ調整食品です。



栄養成分(1包当り)		栄養成分(100g当り)	
エネルギー	4.9kcal	エネルギー	202kcal
たんぱく質	0.02g	たんぱく質	0.9g

計量スプーン(2.6g/杯)をご希望の方は、ご注文時にお申しつけください。

商品番号	
1190-101	2.5g×50 1,055円
1190-102	700g 2,937円
1190-103	2kg 6,544円
ヘルシーフード(株)	

その他

アバンド ストロベリー&オレンジ

お取り寄せ

カルシウムHMB1.5g、L-グルタミン7g、L-アルギニン7gを配合。

※アバンドオレンジ風味もお取り扱いしております。



栄養成分(1袋当り)	
エネルギー	82kcal
たんぱく質	0g

商品番号	
2950-009	
24g×14	7,151円
アポットジャパン(株)	

●掲載価格は全て税込み価格です。

ヘルシーネットワークのご案内

株式会社ヘルネットワークは、医療・介護施設向けの食品を専門に取扱う通販会社です。
栄養成分等の商品特長別に発行する3種のカタログは現在、
全国18,000ヶ所の医療・介護施設で利用されています。
カタログとオンラインを通して、年間38万件以上の全国のお客様に商品をお届けしています。

カタログのご紹介



本冊子の他に**濃厚流動食品**や**少量で高栄養が摂れる食品**を多数掲載しているカタログ「はつらつ食品」をご用意しています。
初めてのご購入やまとめ買いに便利な**やわらか食品のセット**、
本冊子に掲載していない**濃厚流動食品**や**やわらか食**、
口腔ケア商品など様々な商品を多数掲載しています。
商品の他に、「**低栄養**」や「**とろみのつけ方**」「**脱水**」などの
お役立ち情報も掲載しています。



ご購入の際はお気軽に
お申し付けください。

ご注文の前に

医師・栄養士・看護師・言語聴覚士・薬剤師・ケアマネージャーの
相談、指導を得てご利用ください。

ご注文方法

電話

 **0120-236-977** 〈月～土 9時～17時〉



初めてご注文される方の専用ダイヤルもご用意しています。

 **0120-918-950** 〈24時間受付〉

インターネット

ヘルシーネットワーク

<https://www.healthynetwork.co.jp>



FAX

 **0120-478-433** 〈24時間受付〉

郵便

〒191-0024 東京都日野市万願寺1-34-3
(株)ヘルシーネットワーク 受注担当行

※ご注文の際には、「**がん冊子(カタログ番号7370)**」を見たとお伝えください。
※17時以降のインターネット及びFAXでのご注文は翌営業日の受付となります。

送料

常温品と冷凍品では、配達方法・送料が異なります。

常温品宅急便送料：756円(税込) / **冷凍品クール宅急便送料：972円(税込)**

※追加のご注文は別便での配送となりますので別途送料がかかります。

お支払い

以下3通りからお選びください。

- **振り込み** (コンビニエンスストアまたは郵便局)
- **代金引換** ※「常温品」「冷凍品」それぞれに対して商品代金+送料の他に、**代引き手数料300円(税込)**がかかります。
- **クレジットカード決済** (ホームページからご注文のお客様限定)

返品・交換

商品の性質上、お客様都合による返品、お取替えはお受けできませんのでご了承ください。

但し、お届けした商品がお申し込み商品と異なっていた場合、および不良品の場合は返送料当社負担でお取替えいたしますので、ご連絡ください。