

日本介護食品制度與市場發展趨勢簡介

撰文：資策會科法所 黃毓瑩組長

在一個人老去的過程中，會產生咀嚼能力下降及營養吸收能力減弱等問題，並會伴隨著出現各種健康問題，因此，「食」的問題是最優先需要面對的議題。台灣為了讓長者能吃得營養、吃得方便，2016 年開始推動「Eatender 銀髮友善食品」之標誌與質地分級規格。然而，似乎仍然面臨許多產業化的問題，包括研發成本高、目標市場量體不夠大、價格難以壓低及市場通路少等¹。日本政府在應對社會高齡化的趨勢時，已在銀髮食品領域有成熟的政策、法規、產品與市場，本文擬透過介紹日本介護食品制度，讓我國食品業者更加熟悉相關要求，從而思考未來商品開發、市場布局之可能性。

一、日本介護食品驗證制度

(一)由產業界推動的 UDF 標誌

隨著日本人口老化，需要被照顧的人數不斷增加，日本食品業者研發出可以使用牙齦或舌頭輕易壓碎的軟質食物，稱為「介護食品」（即照顧高齡者用的食品）。後來考量到需要制定一定的標準，以確保這些介護食品能夠順利地被使用者和照護者接受並安心使用，日本食品產業界於 2002 年成立了日本介護食品協議會（Japan Care Food Conference, 以下簡稱 JCFC），專門進行介護食品的技術研究和標準制定。根據其於 2003 年公告之第一版「通用設計食品」（Universal Design Food, 以下簡稱 UDF）的產業自主規格，分為「容易咀嚼」、「牙齦壓碎」、「舌頭壓碎」及「無需咀嚼」四種等級（如圖一）。在這之後，UDF 的銷售量和產量持續擴大，並不斷發展至今已有共計 96 間企業會員參與；2018 年開始 JCFC 進一步針對冰淇淋、巧克力、焦糖和仙貝等這類點心零食，容易受到溫度與水分而使質地有所變化的食品，進行 UDF 擴充規格調整使其可對應原本的分級，並於 2020 年

¹ 吳佳珍，〈保養自己也照顧家人！500 億商機的銀髮友善食品為何看得到、吃不到？〉銀天下，2023 年 11 月 27 日，<https://www.cw.com.tw/index.php/aging/article/5128266>（最後瀏覽日：2024/07/12）。

11 月 1 日正式公告⁽²⁾。

若一項產品想要得到 UDF 標誌，需符合下列要件：第一，申請廠商必須是 JCFC 會員，第二，在該產品上市前向 JCFC 提交 UDF 標誌使用申請。

區分	 容易咀嚼	 牙齦壓碎	 舌頭壓碎	 無需咀嚼	
咀嚼能力指標	堅硬或大塊的食物 稍微難以咀嚼	無法咀嚼硬塊 或較大的食物	可咀嚼質地軟的食物	無法咀嚼固體食物	
吞嚥能力指標	可正常吞嚥食物	部分食物吞嚥困難	吞嚥液體食物稍微困難	吞嚥液體食物困難	
軟硬度 指標	米 飯	一般米飯	軟 飯	粥	稀 飯
	料理範例 (米飯)				
	雞 蛋	煎 蛋	歐姆蛋	蛋 羹	蒸 蛋
	料理範例 (雞蛋)				
	馬鈴薯燉肉	軟嫩肉塊	小塊嫩肉丁	更小塊的肉碎	肉沫醬
料理範例 (馬鈴薯燉肉)					
物性 規格	硬度上限 N/m ² 黏度下限 mPa·s	5×10 ⁵	5×10 ⁴	膏狀 :1×10 ⁴ 膠體 :2×10 ⁴ 膏狀 :1500	膏狀 :3×10 ³ 膠體 :5×10 ³ 膏狀 :1500



[UDF擴充規格]食物原始狀態時硬度不在“容易咀嚼”至“無需咀嚼”的範圍中，藉由食用時調整水分或溫度方式使其達到與上述類別相同硬度或易食用性的食品。

※「ソル」とは、液体、もしくは固形物が液体中に分散しており、流動性を有する状態をいう。「ゲル」とは、ソルが流動性を失いゼリー状に固まった状態をいう。

圖一、UDF 規格說明(資料來源：日本介護食品協議會⁽³⁾)

(二)日本政府推動的 Smile Care Food 標誌

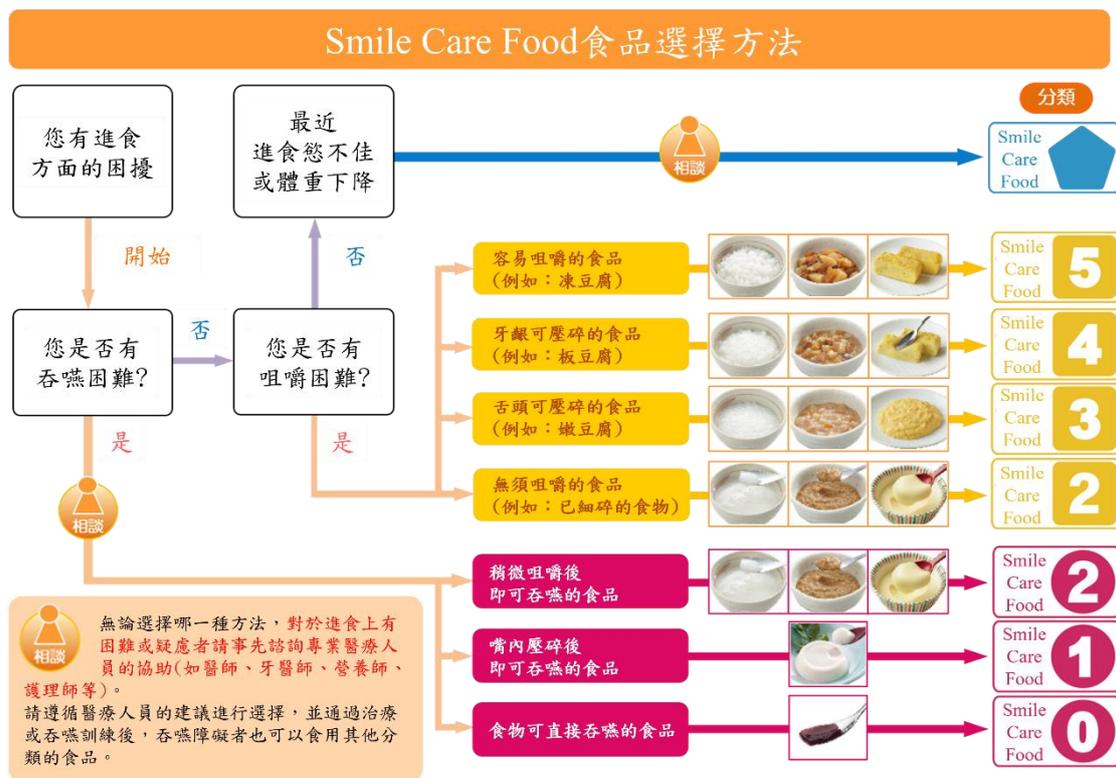
事實上，除了 UDF 之外還有其他針對介護食品的分類。儘管根據統計，高達 70% 的受訪者對介護食品具有一定的認知度，但真正使用過的人只有 30%⁽⁴⁾ 使用度較低。日本農林水產省（相當於我國農業

² 社團法人台灣國際生命科學會整理自日本介護食品協議會，〈日本通用設計食品(UDF, Universal Design Foods)擴充規格指引正式開始使用〉，2020 年 11 月 1 日，<https://www.ilsitaiwan.org/Page/LTDetail?v=FlhTHsUI%2B9bhz159RC179Q%3D%3D<ID=NLhEHaaHLEUeVJ9ID0iJw%3D%3D&NID=f34PwexGsagq29vd2euvfA%3D%3D>（最後瀏覽日：2024/07/12）。

³ 日本介護食品協議會，〈ユニバーサルデザインフードとは〉，<https://www.udf.jp/outline/udf.html>（最後瀏覽日：2024/07/12）。

⁴ 農林水產省食料産業局食品製造卸売課，〈新しい介護食品（スマイルケア食）の取組について〉，https://www.maff.go.jp/j/shokusan/seizo/kaigo/pdf/150708_shiryuu.pdf（最後瀏覽日：

部) 為了讓百家爭鳴的食品業者有共同的度量衡，使介護食品的推廣與普及更為順利，2013 年開始出面整合產業界各項食物質地規格分級標準並制定介護食品標準架構，研議新的介護食品分級制度，讓介護食品不僅含括解決咀嚼和吞嚥困難問題的食品，亦包含用於維持健康的食品；2015 年正式推行介護食品分級制度並給予一個新的標誌「Smile Care Food」。Smile Care Food 的分級制度有三級：藍色是適合沒有咀嚼/吞嚥問題但需要補充營養以保持健康之人士的食品，黃色是適合咀嚼困難之人士的食品，紅色則是適合吞嚥困難之人士的食品，參見圖二與表一。



圖二、Smile Care Food 規格說明

資料來源：日本農林水產省⁵

表一、Smile Care Food 的分級制度

2024/07/12)。

⁵ 農林水產省，〈スマイルケア食 (新しい介護食品)〉，

<https://www.maff.go.jp/j/shokusan/seizo/kaigo.html> (最後瀏覽日：2024/07/12)。

標誌顏色	適合對象	使用 Smile Care Food 標誌的要件
藍色	適合沒有咀嚼/吞嚥問題但需要補充營養以保持健康之人士的食品	業者自主發布「符合性聲明」，自行確認其產品符合食品熱量和蛋白質含量標準，並提交發布證明給農林水產省負責窗口。 [標準] ● 熱量：不少於 100kcal（每 100g 或 100ml） ● 蛋白質：不少於 8.1g（每 100g）或 4.1g（每 100ml 或 100kcal）
黃色	適合咀嚼困難之人士的食品	業者需取得日本農業標準（Japanese Agricultural Standards, JAS）驗證，符合吞嚥困難友好型食品標誌要求。 ● 申請驗證：業者需要向 JAS 驗證機構提交產品樣品和生產流程等詳細資訊。 ● 審查和測試：驗證機構對產品進行審查和測試，包括硬度、質地、營養成分等評估。 ● 現場稽核：驗證機構會進行現場檢查，確保生產設施和流程符合 JAS 標準。
紅色	適合吞嚥困難之人士的食品	符合日本消費者廳的特殊用途食品標示許可（特別用途食品の表示許可）。 ● 生產和銷售皆需獲得政府的許可。企業需要提交詳細的科學資料，證明其產品的安全性和適用性。 ● 政府定期對這些食品進行監管和檢查。

資料來源：資策會科法所整理自日本農林水產省、消費者廳

二、日本介護食品標誌普及狀況

UDF 標誌與 Smile Care Food 標誌推行至今已有一段時間，然而比較二個標誌的商品數，卻相差甚遠（表二）。由標誌申請的要件很明顯可以看出，因申請 UDF 標誌的要件為產業界的自主管理，標準相對寬鬆，也讓 UDF 的商品數量多且市場能見度高。反觀 Smile Care Food 標誌，雖然適合各年齡層的消費者，但申請條件也需要明確定義其具體的食品標準和適用範圍。因此，食品業者在選擇標誌時，經常是根據其產品的目標市場、消費者需求和品牌定位來決定採用哪一種標誌。

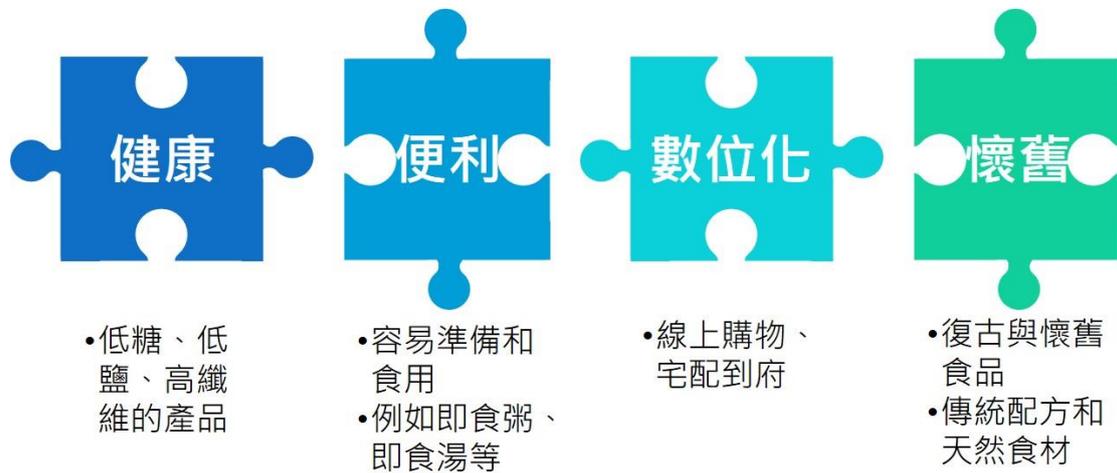
表二、二個標誌的普及狀況

介護食品 標誌	UDF 標誌 (截至 2023 年底)	Smile Care Food 標誌 (截至 2024 年 8 月)
標誌 目的	幫助照護者與高齡者 選擇適合特定需求的 食品，確保攝入安全 和營養均衡。	提供更多健康的食品選擇， 促進整體健康生活方式。
現況	登錄商品數：2,167 項 生產量：68,496 噸 銷售金額：512 億日圓	藍色：50 家公司 208 件商品 黃色：1 家公司 6 件商品 製造：紅梅食品工業 販售：アルファフーズ 紅色：1 家公司 14 件商品 製造/販售：ニュートリー
分類 標準	根據食物的硬度、黏 度和顆粒大小等物理 性質，分為四個級別 (如容易咀嚼的食 物、半固態食物等)。	關注食品的營養價值、健康 益處以及適合特定健康需求 (如低鹽、低糖等)的屬 性。

資料來源：資策會科法所整理

三、結論

依據聯合國「World Social Report 2023」的資料⁶，未來三十年，65 歲以上的人口數量預計將增加一倍，到 2050 年將達到 16 億；亞洲處於人口老化趨勢的最前緣，預計到 2050 年，香港、韓國和日本的 65 歲以上人口比例將最高。可以預見接下來的 30 年，銀髮產業最大市場將在亞洲。已知目前日本、韓國都積極發展銀髮食品產業，甚至亦欲輸出海外。根據日本經驗，銀髮食品市場的發展朝向健康、便利、數位化和懷舊四大方向。台灣的美食一向在國際上具有知名度，我們可以借鏡他國過往的發展經驗甚至透過瞭解他國現行法規要求，對於發展推廣國內的銀髮友善食品市場與提前布局外銷銀髮食品至未來高齡化社會較為嚴峻的國家舉凡日本、韓國、中國與新加坡等都很有幫助。



圖三、日本銀髮食品市場的發展方向

資料來源：資策會科法所整理

⁶ Felix Richter, *The World's Oldest Populations* (Feb. 20, 2024), <https://www.statista.com/chart/29345/countries-and-territories-with-the-highest-share-of-people-aged-65-and-older/> (last visited July 12, 2024).