

# 食形態段階表

区分		摂食機能の発達段階	食物形態 (①硬さ ②大きさ ③まとまり)	調理における留意点		備考
初期食 I	弱 ↑ 飲み込む力	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口唇は単純閉鎖で、捕食の力は弱い</li> <li>・口角はほとんど動かない</li> <li>・舌は前後運動</li> <li>・顎(あご)は単純上下運動</li> <li>・処理は短時間</li> <li>・えん下は乳児様えん下が見られる</li> </ul>	<b>&lt;プレーンヨーグルト状(粘液状)&gt;</b> ①口に入ったらそのまま飲み込める状態で、粒や繊維が残っていない滑らかな形状 ②絹ごし目:50メッシュ ③寒天などのとろみ、牛乳、スープが必要	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スプーンからぼつとんと落ちるくらいのやわらかさ、もしくはスプーンで混ぜたときすじが残る程度のやわらかさ(あまりゆるくなりすぎないように配慮)</li> <li>・粒がないなめらかな状態でとろみにも配慮</li> <li>・適度の水分(分離しないこと)</li> <li>・主食はかゆをペースト状にする (形状例:ヨーグルトなど)</li> <li>○辛いもの、すっぱいもの、えぐみのあるもの等はブレンダーにかけ過ぎない</li> <li>○魚のバサつきは練り食材、肉の硬さはペースト食材など、対応できる素材を使用したり、加熱時間を長めにしたりする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・調理法の原則として、ミキサー後に裏ごし器に通すことが基本</li> <li>・いろいろな食品の味を経験するために、素材別・料理別に仕上げる工夫が必要</li> <li>・主食:おかゆ・パン・麺類の裏ごし</li> <li>・主菜、副菜:肉・魚・卵・野菜類のペースト、コンポート、ヨーグルトなど</li> </ul>	
	初期食 II		<b>&lt;カスタードクリーム状(ペースト状)&gt;</b> ①水分量が多く、適度な粘性があり、平らなスプーンにのせても流れ落ちない形状 ②裏ごし目:30メッシュ ③寒天などのとろみ、牛乳、スープが必要			
中期食 I	弱 ↑ つぶす力	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口唇はより強く閉鎖でき、しっかり捕食できる</li> <li>・口角はえん下時に動く</li> <li>・舌は上下運動</li> <li>・顎は上下運動から側方運動に移行</li> <li>・押し潰し処理ができる</li> <li>・えん下は成熟えん下に移行</li> </ul>	<b>&lt;マッシュポテト状&gt;</b> ①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる ②裏ごし目:12メッシュ ③口の中でバラけないようにとろみ、牛乳、スープなどで調整する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・舌で押しつぶせるくらいやわらかく煮た野菜等、形がある</li> <li>・とろみに配慮</li> <li>・ミキサーを使って形態を調整する場合は、かたい粒(ベーコン、ひき肉、かための野菜など)がない、なめらかな状態で、角が立つくらいに軟らかさ(初期食よりかため)</li> <li>・主食は舌で押しつぶせるやわらかさのかゆ状(形状例:6分粥、全粥)(形状例:プリン、卵豆腐、絹ごし豆腐、かぼちゃの煮物、熟れたバナナなど)</li> <li>○全体に軟らかく調理するために、長時間煮る、蒸す、圧力鍋を使用するなどの調理方法を用いる</li> <li>○軟らかさ、まとまりに適した食材を用いる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・移行期にある場合は、それぞれの段階別の主食、主菜、副菜の一部を組み合わせて調整する</li> <li>・主食:6分粥、全粥、パン粥、麺類のくたくた煮</li> <li>・主菜、副菜:テリヤキ、煮こごり風、野菜の軟らか煮、コンポート、プリンなど</li> </ul>	
	中期食 II		<b>&lt;マッシュポテト状&gt;</b> ①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる ②裏ごし目:9メッシュ ③口の中でバラけないようにとろみ、牛乳、スープ、たれなどで調整する			
後期食 I	下手 ↑ かむ力	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口唇は突出・牽引、変位などの複雑動作に移行</li> <li>・処理時に口角が偏位、活発化</li> <li>・舌は上下運動から側方運動に移行</li> <li>・顎は側方運動が増え、そしゃくの動きができる</li> <li>・舌による移動処理ができる</li> <li>・えん下は成熟えん下</li> </ul>	<b>&lt;かぼちゃの煮物状&gt;</b> ①親指と中指で軽くつぶせるくらいの軟らかさで、舌ではつぶせない形のあるもの ②一口大以下の均一した大きさ ③口の中でバラけないようにとろみなどで調整する	<ul style="list-style-type: none"> <li>・舌で移動できるようなまとまり、大きさ</li> <li>・歯茎で押しつぶせるくらいのやわらかさ (形状例 大根の煮物、柔らかい果物類など)</li> <li>・この硬さにできないものは、前段階の調理方法を用いる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・素材をみじん切りにしない(食べ物の硬さ、大きさ、形が解からないので丸呑みになりやすい)</li> <li>・捕食やかむ練習(前歯や奥歯を使用する練習に、茹でた野菜類をスティック形で提供)</li> <li>・主食:全粥、軟飯、牛乳に浸したパン、軟らか煮の麺類</li> <li>・主菜、副菜:軟らかハンバーグ、ほぐし魚のあんかけ、野菜類のシチュー、コンポート</li> </ul>	
	後期食 II		<b>&lt;煮込みハンバーグ状&gt;</b> ①箸で切れる程度の硬さ ②一口大の大きさ ③バサバサしたものは、牛乳、スープ、たれなどで調整する			<ul style="list-style-type: none"> <li>・まとまりを配慮</li> <li>・食材の大きさは後期食 I よりもやや大きめ</li> <li>・主食は普通食の主食と同じ</li> <li>・前歯でかみ切れるものも試す</li> </ul>
普通食	そしゃくの力	<ul style="list-style-type: none"> <li>・口唇は複雑動作ができ、さらにしっかり捕食できる</li> <li>・舌は側方捻転運動ができる</li> <li>・顎は臼磨の動きができ、さらに時間をかけてしっかり咀嚼処理できる</li> <li>・えん下はよりしっかりした成熟えん下</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・一般の食事(普通の食事)よりも、やや軟らかめ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・歯で咬み砕き、すりつぶせる大きさを配慮</li> <li>・硬い肉や繊維の多い素材は噛みずくに丸呑みになるため、調理方法の工夫が必要(一口程度の物は噛みきれないほど硬いものを除ければ、ほぼ普通に食べられる)</li> <li>・できるだけ一般食(普通の食事)に近い形状にする</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・弾力がありつぶしにくい食品 ⇒ かまぼこ、ちくわ、ハム</li> <li>・食塊がつくりにくく飲み込みにくい食品 ⇒ りんご、梨</li> <li>・主食:ごはん、パン、麺類</li> <li>・主菜、副菜:照焼、玉子焼、野菜類の煮物、果物</li> </ul>	