

食形態別段階表

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	飲み込む力	<ul style="list-style-type: none"> ・口唇は単純閉鎖で、捕食の力は弱い ・口角はほとんど動かない ・舌は前後運動 ・顎(あご)は単純上下運動 ・処理は短時間 ・嚥下は乳児様嚥下が見られる 	<プレーンヨーグルト状(粘液状)> 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:30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"> ・スプーンからぽつぽつ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) ・粒がないなめらかな状態でとろみにも配慮 ・適度の水分(分離しないこと) ・主食はかゆをペースト状にする(形状例:ヨーグルトなど) ・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 ・魚のペーストは練り食材、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 		<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・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 ・主食はおかゆ・パン・麺類の裏ごし ・主菜、副菜は肉・魚・卵・野菜類のペースト、コンポート、ヨーグルトなど
			<カスタードクリーム状(ペースト状)> 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:24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	つぶす力	<ul style="list-style-type: none"> ・口唇はより強く閉鎖でき、しっかり捕食できる ・口角は嚥下(えんげ)時に動く ・舌は上下運動 ・顎は上下運動から側方運動に移行 ・押し潰し処理ができる ・嚥下は成熟嚥下に移行 	<マッシュポテト状> ①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる ②裏ごし目:16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"> ・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 ・とろみに配慮 ・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、角が立つくらいの軟らかさ(初期食よりかため) ・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) ・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 ・軟らかさ、まとまりに適した食材を用いる 		<ul style="list-style-type: none"> ・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 ・主食は6分粥、全粥、パン粥、麺類のくたくた煮 ・主菜、副菜はテリーヌ、煮ごり風、野菜の軟らか煮、コンポート、プリンなど
中期食Ⅱ			<マッシュポテト状> 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、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	かむ力	<ul style="list-style-type: none"> ・口唇は突出・牽引、変位などの複雑動作に移行 ・処理時に口角が偏位、活発化 ・舌は上下運動から側方運動に移行 ・顎は側方運動が増え、咀嚼(そしゃく)の動きができる ・舌による移動処理ができる ・嚥下は成熟嚥下 	<かぼちゃの煮物状> 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"> ・舌で移動できるようなまとまり・大きさ ・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) ・この硬さにできないものは、前段階の調理方法を用いる 	<ul style="list-style-type: none"> ・とろみを配慮 ・食材の大きさは1cm角以内 ・主食はかための粥状から軟飯 	<ul style="list-style-type: none"> ・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) ・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) ・主食は全粥、軟飯、牛乳に浸したパン、軟らか煮の麺類 ・主菜、副菜は軟らかハンバーグ、ほぐし魚のあんかけ、野菜類のシチュー、コンポート
後期食Ⅱ			<煮込みハンバーグ状> ①箸で切れる程度の硬さ ②一口大の大きさ ③パサパサしたものは、牛乳、スープ、たれなどで調整する			
普通食	そしゃくの力	<ul style="list-style-type: none"> ・口唇は複雑動作ができ、さらにしっかり捕食できる ・舌は側方捻転運動ができる ・顎は白摩の動きができ、さらに時間をかけてしっかり咀嚼処理できる ・嚥下はよりしっかりした成熟嚥下 	<ul style="list-style-type: none"> ・一般の食事(普通の食事)よりも、やや軟らかめ 	<ul style="list-style-type: none"> ・歯で咬み砕き、すりつぶせる大きさを配慮 ・硬い肉や繊維の多い素材は噛み砕くため、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) ・できるだけ一般食(普通の食事)に近い形状にする 		<ul style="list-style-type: none"> ・弾力がありつぶしにくい食品 ⇒ かまぼこ、ちくわ、ハム ・食塊がづくりにくく飲み込みにくい食品 ⇒ りんご、梨 ・主食はごはん、パン、麺類 ・主菜、副菜は照焼、玉子焼、野菜類の煮物、果物