

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 | <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:50メッシュ ③寒天などのとろみ、牛乳、スープが必要 | ・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リクサーにかけ過ぎない ○魚のパサつきは練り食材、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 | ・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:おかゆ・パン・麺類の裏ごし ・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 |
| 初期食Ⅱ | ↓ 強 | <カスタークリーム状(ペースト状)> ①水分量が多く、適度な粘性があり、平らなスプレー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 | <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 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 | ・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) | ・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 |
| 中期食Ⅱ | ↓ 強 | <マンュポテト状> ①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる ②裏ごし目: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 | ・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 | ・主食:6分粥、全粥、パン粥、麺類のぐたくた煮 ・主菜、副菜:テリース、煮こごり風、野菜の軟らか煮、コンポート、プリンなど |
| 後期食Ⅰ | 下手 ↑ かむ力 | <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 | ・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) | ・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) |
| 後期食Ⅱ | ↓ 上手 | <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 | ・この硬さにできないものは、前段階の調理方法を用いる | ・主食:全粥、軟飯、牛乳に浸したパン、軟らか煮の麺類 ・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 |
| 普通食 | そしゃくの力 | ・口唇は複雑動作ができ、さらにしっかりと捕食できる ・舌は側方捻転運動ができる ・頸は臼嚙の動きができ、さらに時間をかけてしっかりと咀嚼処理できる ・えん下はよりしっかりと成熟えん下 | ・一般の食事(普通の食事)よりも、やや軟らかめ | ・弾力がありつぶしにくい食品 ⇒ かまぼこ、ちくわ、ハム ・食塊がつくりにくく飲み込みにくい食品 ⇒ りんご、梨 ・主食:ごはん、パン、麺類 ・主菜、副菜:照焼、玉子焼、野菜類の煮物、果物 |