

食形態段階表

資料2

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	弱 ↑ 飲み込む力 ↓ 強	<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 えん下は乳児様えん下が見られる 	<p><粘液状、ペースト状></p> <p>①-1 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</p> <p>①-2 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</p> <p>②-1 絹ごし目:50メッシュ</p> <p>②-2 裏ごし目:30メッシュ</p> <p>③ 寒天などのとろみ、牛乳、スープが必要</p>	<ul style="list-style-type: none"> スプーンからぽつとんと落ちるくらいはやわらかさ、もしくはスプーンで混ぜたときすじが残る程度はやわらかさ (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、対応できる食材を使用したり、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: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
	中期食	<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 口角はえん下時に動く 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 えん下は成熟えん下に移行 	<p><マッシュポテト状></p> <p>①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる</p> <p>②裏ごし目:12メッシュ</p> <p>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</p>	<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、角が立つくらいは軟らかさ(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:6分粥、全粥、パン粥、麺類のくたくた煮 主菜、副菜:テリーヌ、煮ごごり風、野菜の軟らか煮、コンポート、プリンなど
後期食	<p>下手 ↑ かむ力 ↓ 上手</p>	<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、そしゃくの動きができる 舌による移動処理ができる えん下は成熟えん下 	<p><かぼちゃの煮物状></p> <p>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</p> <p>②一口大以下の均一した大きさ</p> <p>③口の中でバラけないようにとろみなどで調整する</p>	<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はやわらかさ (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)
準備食			<p><煮込みハンバーグ状></p> <p>①箸で切れる程度の硬さ</p> <p>②一口大の大きさ</p> <p>③パサパサしたもの、牛乳、スープ、たれなどで調整する</p>	<ul style="list-style-type: none"> まとまりを配慮 食材の大きさは後期食 I よりもやや大きめ 主食は普通食の主食と同じ 前歯でかみ切れるものも試す 	<ul style="list-style-type: none"> 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	<p>そ し ゃ く の 力</p>	<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 えん下はよりしっかりした成熟えん下 	<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食材は噛めず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) 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:ごはん、パン、麺類 主菜、副菜:照焼、玉子焼、野菜類の煮物、果物