

# 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"> <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>	<p>&lt;粘液状、ペースト状&gt;</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"> <li>スプーンからぽつ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)</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、対応できる食材を使用したり、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>
	中期食	弱 ↑ つぶす力 ↓ 強	<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>	<p>&lt;マッシュポテト状&gt;</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"> <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、角が立つくらいは軟らかさ(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>	
後期食	下手 ↑ かむ力 ↓ 上手	<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>	<p>&lt;かぼちゃの煮物状&gt;</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"> <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はやわらかさ (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>とろみを配慮</li> <li>食材の大きさは1cm角以内</li> <li>主食はかための粥状から軟飯</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>
準備食	<p>&lt;煮込みハンバーグ状&gt;</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"> <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</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食材は噛み砕くため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>食塊がづ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>