

# 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↓強	<p>＜フレーンヨーグルト状（餅状）＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①口に入ったらそのまま飲み込む状態で、粒や繊維が残っていない、滑らかな形状</li> <li>②絹ごし目：50メッシュ</li> <li>③寒天などのとろみ、牛乳、スープが必要</li> </ul> <p>＜カスタードクリーム状（ペースト状）＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>②真ごし目：30メッシュ</li> <li>③寒天などのとろみ、牛乳、スープが必要</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・スプーンからぽつぽつと落ちるくらいのパワらかさ、もしくはスプーンで混ぜたときじか残る程度のパワらかさ（あまりゆるくなりすぎないよう配慮）</li> <li>・粒がない、なめらかな形状でとろみも配慮</li> <li>・適宜水分（分離しないこと）</li> <li>・主食はかゆ・パン・麺類の裏ごし</li> <li>○辛いもの、すっぱいもの、えぐみのあるもの等はプリンカーにかけ過ぎない</li> <li>○魚のすりつきは練り食材、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体験するために、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	弱↑つぶす力↓強	<p>＜マッシュポテト状＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる</li> <li>②真ごし目：12メッシュ</li> <li>③口の中でバラけやすいようことろみ、牛乳、スープなどで調整する</li> </ul> <p>＜マッシュポテト状＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①絹ごし豆腐の硬さで、舌で押しつぶせる</li> <li>②真ごし目：9メッシュ</li> <li>③口の中でバラけやすいようことろみ、牛乳、スープなどで調整する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・舌で押しつぶせるくらいのパワらかさ・煮た野菜、形がある</li> <li>・とろみも配慮</li> <li>・ミキサーを使って形態を調整する場合は、かたい粒（ペーコン、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パワらかさのかゆ状（併用例：6分粥、全粥）（形状例：プリン、卵豆腐、絹ごし豆腐、かまぼこの煮物、熟したバナナなど）</li> <li>○全体が軟らかく調理するために、長時間蒸る、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Ⅰ	下手↑かむ力↓上手	<p>＜かまぼこの煮物状＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①糊指と中指で軽くつぶせるくらいに軟らかさで、舌ではつぶせない、形のあるもの</li> <li>②一口以下で飲みやすい大きさ</li> <li>③口の中でバラけやすいことろみなどで調整する</li> </ul> <p>＜茹込みハンバーグ状＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>①箸で取れる程度の硬さ</li> <li>②一口の大きさ</li> <li>③のりやハサミしたもの、牛乳、スープ、たれなどで調整する</li> </ul>	<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パワらかさ（併用例：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>・食材をみじん切りにしない（食・物の硬さ、大きさ、形が癖からならぬので丸呑みよりやりやすい）</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	そしやく力	<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めず丸呑みとなるため、調理方法の工夫が必要（一口程度の物は噛み砕かなくても硬いものを除けば、ほぼ普通に食べられる）</li> <li>・できるだけ一般的な食事（普通の食事）に近い形状とする</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、ちくね、ハンム</li> <li>・食筋がしっかりとつ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>