

食べる機能の発達を促す食形態

本校では、一人一人の子供たちのニーズに応じ、食材の「大きさ」「軟らかさ」「まとまり具合」等に配慮した4つの食形態を準備しています。この食形態は、水分や栄養を無理なく安全に摂取できる目的のほかに、食べる機能（「噛む」「口の中で塊にする。」「飲み込む。」）の発達を促す目的があります。

それぞれの段階は明確には区切れず、また機能を獲得する時期には、幅や重なりもあります。子供たちの食べる機能を見極め、それぞれの段階に適した支援計画を立てることが大切になっています。

＜摂食機能及び食形態の目安と食材別調理法＞

発達段階	嚥下・捕食機能獲得期	押しつぶし機能獲得期	そしゃく機能獲得期	自食準備期
目 標	<ul style="list-style-type: none"> 口を閉じて飲み込む 口を閉じて取り込む 	<ul style="list-style-type: none"> しっかりと口を閉じる 上顎と舌で押しつぶして食べる 	<ul style="list-style-type: none"> 口を閉じて歯や歯茎ですりつぶし、噛んで食べる 	<ul style="list-style-type: none"> 自分で食べる
食形態の目安	ペースト食	押しつぶし食	やわらか食	普通食
調理形態	<ul style="list-style-type: none"> 粒や繊維が残らず、適度な水分と粘りのあるもの 滑らかに飲み込めるもの 	<ul style="list-style-type: none"> 舌で押しつぶせる軟らかさ 一口大で、できるだけ形を残す 食塊（食べ物の塊）形成できるもの 	<ul style="list-style-type: none"> 歯や歯茎ですりつぶせ、噛み切れるもの 軟らかいが、舌ではつぶせないかたさ 	<ul style="list-style-type: none"> 普通食 硬いもの、弾力のあるもの等に配慮する
米 飯	全がゆ (米：水=1：6)	やわらかご飯 (米：水=1：3)	ご飯 (米：水=1：1.6)	ご飯 (米：水=1：1.6)
麵 類	麺粥（ミルサー）	軟らかいきざみスープはとろみ	一口大軟らかくゆでる	スパゲティうどん等
肉・魚類	肉やわらか蒸し魚やわらか蒸し	肉の蒸し物魚の蒸し物	やわらか揚げ焼き魚すり身団子	肉唐揚げ、照り焼き魚フライ等
豆腐類	絹豆腐（ミルサー）	絹豆腐	木綿豆腐	木綿豆腐油揚・厚揚
卵 類	卵あん	卵豆腐卵あんかけ	ゆで卵（カット）いり卵	ゆで卵いり卵
野菜類	ゆでてミルサー	繊維の少ない野菜（圧力をかけ押しつぶせる軟らかさにする）	全般（レタス/ゴボウなどは圧力にかけ、竹刀は除去）	全般
果物類	コンポート果物缶詰	コンポート果物缶詰	すりつぶし・一口大果物缶詰	実態に応じてカット