



〒981-3328

宮城県富谷市上桜木二丁目1番地6

TEL:022-779-1470(代表)

FAX:022-779-1481(代表)



む

す

び

～地域とのかけはし～



## 病院理念

地域の皆様に安心・信頼をお届けし、親しまれる病院を目指します

## 病院基本方針

1. 地域の皆様に質の高い医療環境を提供します
2. 地域の医療、福祉機関と連携を図り、包括医療の向上に寄与します
3. 職員全員が一体となり、良質な医療を目指し、病院経営の健全化に努めます
4. 職員全員が仕事に誇りを持ち、互いに理解し、協力し合い、働き甲斐のある職場を目指します

密着

食のスペシャリスト

# 栄養科におまかせあれ



はじめまして、管理栄養士の狩野健仁と申します。当院栄養科は管理栄養士が3名在籍しており入院患者さんの栄養アセスメント、入院・外来患者さんの糖尿病・透析を主とした栄養指導を中心に業務を行っております。これまで1人での業務でしたが人員増加に伴い、栄養アセスメント・栄養指導共により丁寧で深いアプローチを目標に知識・技術の向上を目指しています。

私個人としては以前、外来指導や訪問栄養指導にて低栄養・嚥下障害など終末期の患者さんへの栄養指導も行っておりました。「食べさせたい家族」と「食べたくない患者本人」の気持ちの差や、生活背景などそれぞれの気持ちに沿った深い理解を持っての介入が必要で、ただ情報のアウトプットをすることだけが栄養指導ではないということ学びました。この経験を活かし、現在の入院・外来でも食事不安を持っている患者さんの気持ちを少しでも軽くしてあげたいという思いがあり、低栄養の栄養指導にも力を入れていくことを目標にしています。

## 食事で悩みがあるときは是非相談にきてください！

食事が思うように食べられない、体重が減ってきた、バランスの良い食事がわからない、低栄養だと言われたなどなど…栄養指導、終末期の食事や補助食品等についてのお問合せは「地域医療連携室」へ。(平日 9:00～16:00、直通電話番号 022-779-5181)





# 教えて！先生ドクタートークルー



○今回の担当は、透析担当・医局長・無類の猫好き渡邊哲子先生です！

渡邊哲子と申します。「哲子」と書いて「のりこ」と読みます。ふつうは「てつこ」と読むので、小さいころから友人には「てっちゃん」と呼ばれております。

育ちは山形県米沢市ですが、こんな面倒な名前を私に付けた父方の祖父は黒川郡大郷町出身でした。小学生までは父に連れられて、お正月のもち米を分けてもらいに祖父の実家に来ていました。この地域の病院にお世話になったのも、「ルーツに帰る」といった感じで感慨深いものがあります。

微力ではありますが、これからも力を尽くしていきたいと思えます。よろしくお願いたします。

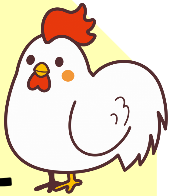
ぼくたち哲子先生の  
愛猫三兄弟だよ♪



お酒のおつまみにも  
ヘルシーでおすすめです♪



## 糖質オフ！やみつきささみのキムチ和え



### 材料(3人分)

- ・ささみ 3本(129g)
- ・酒 大きじ1(15g)
- ・キムチ 100g
- ・ごま油 小さじ1(4g)
- ・小ネギ 3本(4g)
- ・鶏ガラダシ 小さじ1(5g)
- ・卵黄 1個(17g)



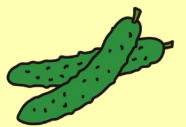
(E:301kcal、P:35g、F:11g、Nacl:2.3g)

### 作り方

- ① ささみをフォークで全体的に刺します。
- ② ささみに酒を振りかけラップをして電子レンジ 600w5分。
- ③ 全体的に熱が回ったらささみをほぐします。
- ④ キムチ、小ネギ、ごま油、鶏ガラダシをほぐしたささみに混ぜます。
- ⑤ 最後に卵黄を乗せたら出来上がり。

※キムチは商品によってしょっぱさが違うので食べてみて量を調整してください。

きゅうりを入れて棒棒鶏風やとろけるチーズを入れてチーズタッカルビ風などアレンジ無限大！



## 編集後記

最近料理を始めた初心者ですが、「やみつきささみのキムチ和え」を鶏胸肉に変えて作ってみました。キムチの量を計らず「適宜」にしてしまいキムチの味が濃くなってしまいましたが、卵黄がマイルドにしてくれておいしくできました。

簡単でアレンジのきくレシピなので、皆様もぜひお試しください♪ (佐々木)



### 【地域医療連携室】

- 室長 渡邊 哲子
- 相談員 佐々木 澄江
- 相談員 五十嵐 博志
- 事務員 熊谷 令奈
- 看護師 松井 睦子 (非常勤)



### 【連携室直通】

- 022 (779) 5191 (TEL)
- 022 (779) 5192 (FAX)