

管理栄養士 ごはん

～ 友禅蒸し～

Nutrition,
Managers Recipe



- 材料(1人分)
- 魚すり身(白)60g
 - 木綿豆腐20g
 - むきえび20g
 - グリーンピース5g
 - 卵15g
 - 人参10g
 - 干椎茸0.5g
 - だし汁20g
 - ⑦ 砂糖4g
 - 濃口醤油3g

- ① 茹卵を作り、白身と黄身に分ける。白身は5mm角ほどに荒刻みする。黄身は荒目の茶こし等で裏ごしする。
- ② 木綿豆腐は水切りし、荒くつぶしておく。
- ③ 酒を振りかけて臭みを除いたむきえびは、背ワタを取り除き、5mm角ほどに荒刻みする。
- ④ 人参ともどした干椎茸は5mm角ほどに荒刻みし、⑦で柔らかく煮て汁気を除く。
- ⑤ 卵黄以外のすべての材料をよく混ぜ合わせ、ラップを敷いたパットに1cm程度の厚さに平らに広げる。
- ⑥ ⑤の上に裏ごした卵黄をまんべんなく振り掛ける。
- ⑦ 蒸気の上上がった蒸器で8分ほど蒸す。もしくは、電子レンジ500Wで3分加熱する。
- ⑧ 包丁でカットし盛り付ける。

色鮮やかで、彩も美しい「お・も・て・な・し♡」にもお奨めの一品です。手間がかかっていそうに見えて、意外と簡単に出来上がります。具材はお好みて色々工夫できますので、料理のレパートリーに加えてみませんか。蒸し料理は、素材の味を生かして、低エネルギーに仕上げることができるヘルシー料理です。

●栄養価(1人分)

エネルギー 146kcal	たんぱく質 13.7g	脂質 5.3g	糖質 10.8g	カリウム 22mg
カルシウム 97mg	リン 169mg	鉄 1.6mg	亜鉛 0.6mg	塩分 1.4g



『今回は薬剤師の専門的な分野でのかわりをご紹介します。』

薬剤長 戸梶 孝枝 (とかじ たかえ)

■ 化学療法チーム



(今井、野島)
薬剤科では現在レジメン(がん治療で投与する薬剤の用法・用量・スケジュールなど)の登録・内容を確認しての払出を行っています。また、外来・入院化学療法時のミキシングなど、業務も多岐にわたっております。

■ 栄養サポートチーム



(山本、仁木、村上、浅井)
NSTとは栄養サポートチーム(NST: Nutrition Support Team)、つまり栄養管理により治療をサポートするチームの事を言います。NST専門療法士がおります。入院患者さまの栄養状態を確認し、適切な栄養管理を実施できるよう多職種(医師、看護師、薬剤師、栄養士等)と協働しております。

■ 感染対策チーム



(中澤、八木、友永)
抗生物質の適正使用の推進や、ICT(Infection Control Team: 病院など医療施設において感染管理を担当するグループ)の一人として院内感染対策業務をサポートしています。また、地域ぐるみでの感染防止対策にも取り組んでいます。

■ 糖尿病療養指導士



(村上、仁木)
多職種で連携して、糖尿病など生活習慣病の方のサポートをしています。

■ 緩和ケアチーム



(山本、橋本)
緩和ケアではがんをはじめとする病気による痛みや、その他の苦痛となる身体的症状(全身倦怠感、食欲不振、薬の副作用による便秘、口内炎など)を和らげることを目的として薬の効果的な使い方などを提案しています。早期から患者様とご家族の方に関わりたくとチームで活動しています。



「安全で確実な医療を遂行するために、顔の見える薬剤師として精進していきたいと思っています。何でもご相談ください。」

NEWS 3 新病院建設情報。

新病院の建設工事は順調に進んでいます。10月末現在、精神科棟との接続部を除き、建物の外観はほぼ出来上がっています。内装工事も着々と進んでおり、予定どおり2月末の竣工を迎えられそうです。今後、電子カルテのリハーサルや引っ越しなど、最後の大事な仕事に向けて職員一丸となって取り組んでいきます。



NEWS 2 第2回 あき祭りを開催

しました。

平成25年10月30日(水)、あき総合病院やまのホールをメインに、その周辺にて第2回あき祭りを開催しました。前リハビリテーション科元吉技師長との元気体操や生活習慣病チェックコーナー、お好み焼き等の販売、地域の作業所による出店等があり、大勢のお客さんにおこしいただきました。ご来場いただきました皆様ありがとうございました。



NEWS 1 認知症疾患医療センターのご案内。

平成25年10月から認知症疾患医療センターが設置されました。専門の医療相談員が、ご本人、ご家族からの認知症に関する様々な相談に応じます。認知症疾患に関する初期診断、鑑別診断、治療を行います。受診の際には、地域との診療連携を図りますのでかかりつけ医の紹介状が必要となります。かかりつけ医と連携し、早期発見、治療と適切なケアにより進行の予防を行い、家族と一緒に地域で生活できるように支援いたします。



AGH NEWS!

