

きぼうへのかけはし

基本理念 希望のある医療

栄養管理係のご紹介

栄養管理係では、管理栄養士と調理師が協力し合い、患者さまに納得して召し上がっていただける治療食が提供できるよう、料理のいりどりや味つけを工夫するなど日々努力を重ねています。

また、栄養相談では、管理栄養士が患者さまやご家族の方に、食事の重要性や1日当たりの目安量、献立を立てる時のポイントなどをわかりやすく説明しています。

堅苦しく思われがちですが、「話を聞いてホッとしました」と一言頂戴した時はとてもうれしいです。

栄養相談は診察時に予約ができますので、困ったことや疑問に思うことがあれば、医療スタッフまでお声かけください。

しっかり食べていますか？“緑黄色野菜”

緑黄色野菜ってどのような野菜かご存知でしょうか？

簡単に言えば、かぼちゃや人参など“カロチン”を豊富に含む色の濃い野菜のことで、他には青菜、トマト、アスパラガス、ブロッコリー、ねぎ、にら、大根葉などがあります。

カロチンには“抗酸化作用”があり、動脈硬化やガンの予防につながるとも言われています。

また、体内で必要に応じて、皮膚や粘膜を正常に保つ働きをもつ“ビタミンA”に変わります。

風邪をひきやすいこの季節、少し意識して色の濃い野菜を献立にプラスしてみてくださいはいかがでしょうか。



～さっぱりメニュー～ “鶏肉のおろし醤油焼き”

<材料(1人分)>

鶏肉(もも肉)	60g	
大根	40g	
ねぎ	2g	
レモン汁	5cc	
A	濃口醤油	8cc
	みりん	4cc
	酒	2cc
サラダ油	2cc	
※計量スプーン大さじ1杯:15cc		
小さじ1杯:5cc		

(つくり方)

- ①大根はおろしてザルに入れ、軽く水をきる。
- ②ねぎは小口切りにし、レモンは汁をしぼる。
- ③Aの調味料を合わせ、その2/3量で鶏肉を5分程漬け込む。
- ④残りの1/3を大根おろしに入れ、ねぎとレモン汁を加えて混ぜる。
- ⑤鶏肉は漬け汁を切り、油をひいたフライパンでふたをして両面を焼き、適当な大きさに切ってから器にのせる。
- ⑥焼いたあとのフライパンに大根おろしを入れて軽く火を通し、鶏肉の上のにのせる。



【エネルギー:114kcal、塩分:1.3g】

お知らせ

1. 今月の「ホッとひと息寄り道講座」

今月の講座は、**インフルエンザについて～お薬の話～**をテーマに感染制御認定薬剤師がお話します。お気軽にご参加ください。

日時 2月13日(月)・2月22日(水) 午前10時～10時30分
場所 玄関ホール 公衆電話前

来月は、**紙オムツのまめ知識～あなたのおしりにジャストフィット～**をテーマに、皮膚・排泄ケア認定看護師がお話します。

※過去の内容につきましては、ホームページでご覧いただけます

トップページ>高砂市民病院の概要>広報・イベント>ホッとひと息寄り道講座

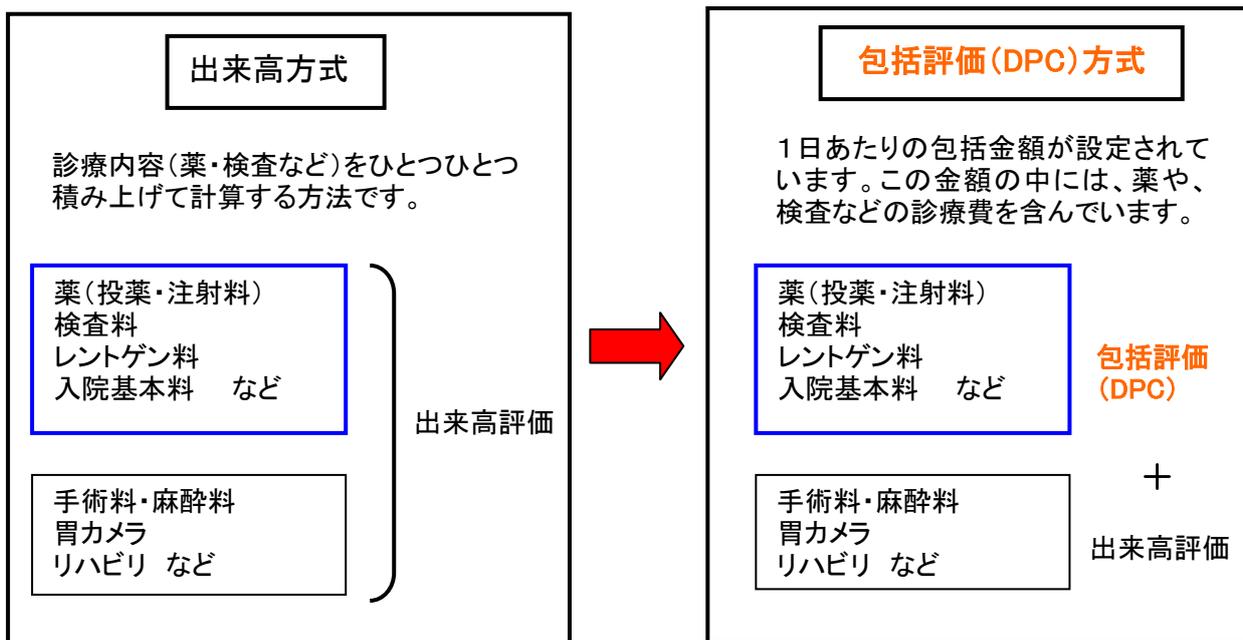


講座のようす

2. 入院医療費の計算方法について

当院では、平成21年4月1日より入院医療費の計算方法を**出来高方式→包括評価(DPC)方式**に変更しております。従来は患者さまに個々に行った治療(出来高)をもとに治療費の計算をおこなってありましたが、変更後は疾患に応じ定められた1日当たりの治療費×日数(包括)で計算いたします。

なお、手術など一部の出来高部分については包括に含まれないため、従来どおりの計算方法となります。



★患者さま、ご家族の方へ

当院入院中に他の医療機関を受診した場合は、健康保険証の使用が認められないことがあります。入院予定の患者さまは、かかりつけ医でご相談のうえ、入院期間以上のお薬を処方していただき、ご持参くださいますようお願いいたします。



「きぼうへのかけはし」に関するお問合せは、
地域医療連携室までお願いします。

連絡先 〒676-8585 兵庫県高砂市荒井町紙町33番1号
TEL 079-442-3981(内線5146)
FAX 079-443-1401
ホームページ <http://www.hospital-takasago.jp/>