



こんだてじまん

釧路赤十字病院・北海道

楠本 茜・村田智津子・篠原彩音・宮井理沙・信行祐子・坂田浩子

「食事は治療の一環」を栄養課の基本方針として活動している。当院は、糖尿病センターや腎臓内科を併設しており、釧路・根室地域の患者さんが教育のために入院してくる場合も多く、学びの多い食事となるよう日々工夫を重ねている。



じまんの一品

あんかけ焼きそば (ひまわり食：化学療法食)

化学療法で食欲不振に陥った患者さんにアンケートをとり、ひまわり食が完成した。アンケートで主食に対する希望が多かったため、主食に力を入れ、変わりご飯や丼物、麺類を提供している。

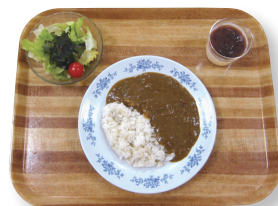


給食の現状



常食 ザンギ

釧路発祥といわれる「ザンギ」は唐揚げと少し違い、この地域の人々になじみが深いので病院食として提供している。



特別食 チキンカレー (エネルギーコントロール食)

制限食という意識よりも、「じょうずに食べよう」をめざし、主食に押麦を入れて食物繊維を増やしたカレーライスや、低エネルギー甘味料を使用した豆乳寒天を提供するなど工夫している。

食種 内訳 1回平均食数(食) 総食数に対する割合(%)

■一般食

常食	56(20.0)
学齢食	3(1.1)
妊産婦食	16(5.7)
全粥食	5(1.8)
七分粥食	1(0.4)
五分粥食	1(0.4)
三分粥食	1(0.4)
流動食	2(0.7)
軟菜食	7(2.5)
スープ食	1(0.4)
ひまわり食	2(0.7)

■特別食

エネルギーコントロール食	37(13.2)
エネルギー塩分コントロール食	43(15.4)
たんぱくコントロール食	14(5.0)
透析食(透析食, CAPD食)	6(2.1)
脂質制限食	4(1.4)
低残渣食	7(2.5)
術後食	6(2.1)
肝臓食	3(1.1)
潰瘍食	2(0.7)
胃腸炎食	2(0.7)
幼児食	8(2.9)
離乳食	2(0.7)
嚥下調整食	23(8.2)
貧血食	20(7.1)
検査食(注腸検査食, CF食)	1(0.4)
経管栄養	2(0.7)

■小計

常食	275(98.3)
----	-----------

■その他(入院患者以外)

外来透析	1(0.4)
付添食	2(0.7)
当直食	2(0.7)

■合計

合計	280(100)
----	----------



施設の概要



釧路赤十字病院は、基本理念である「人道・博愛の赤十字精神をたずさえて温かみのあるより良い医療を提供する」ことをめざしている。

現在は、エイズ診療拠点病院、総合周産期母子医療センター、小児救急医療拠点病院などの指定を受け、釧路・根室地域の基幹病院として役割を果たしている。

また、2013年1月より糖尿病センターを開設し、糖尿病専門医が3名配置され、コメディカルスタッフ26名が糖尿病療養指導士(CDEJ)の資格を取得し、地域の糖尿病診療・教育を担っている。



栄養部門の活動



医療技術部 栄養課は、栄養係：管理栄養士6名、給食係：委託業者50名を配置し、計56名で運営している。

管理栄養士は、外来栄養相談室に2名配置、入院病棟は病棟担当制で対応しており、NSTを稼働し、多職種と連携し栄養管理を行っている。

「食事は治療の一環」として、治療食の充実、季節に合わせた行事食を年27回実施、食欲低下などの患者さんに対し、スープ食・ひまわり食を提供するなど、病状に合わせて個別対応している。

食物の飲み込みがむずかしい患者さんには、「嚥下調整食学会分類2013」に基づいた嚥下調整食5段階を用意している。「釧路えん下食・栄養研究会」で作成した「嚥下調整食一覧表（嚥下マップ）」、「栄養管理情報書」を使用し、釧路・根室地域で共有・連携している。

また、2013年1月より、出産された患者さんに対し、出産膳を提供している。「出産後の女性の体を癒す食事」をコンセプトに、メニューや効能を記載した手づくりカードを添えている。毎年献立を更新し、アンケート調査では経産婦からも好評を得ている。

さらに、地域の啓発活動として栄養に関するポスターを透析室や売店、ロビーに掲示し、糖尿病教室、地域のイベントである「糖尿病デー」においても積極的に活動している。

今後も釧路・根室地域の患者さんに喜んでいただけるよう、細やかな栄養管理と食事提供を行っていく。

概要

所在地：

〒085-8512
北海道釧路市新栄町21番14号

TEL：0154-22-7171

病床数：489床

診療科：内科（糖尿病センター、腎臓内科）、外科、産婦人科、小児科、眼科、精神科など19科

栄養部門の位置づけ：
医療技術部

STAFF

管理栄養士 6名
委託業者
(日清医療食品株式会社)

管理栄養士 2名
栄養士 7名
調理師 8名
調理員 31名
事務員 2名

合計 56名





献立作成への配慮

当院では、北海道の郷土料理を味わっていただきたく、昼食に「鮭のチャンチャン焼き」、夕食に「ザンギ」を提供している。自宅でもよく食べているメニューで「親しみのある食事」をめざしながら献立を作成している。そのほかにも、ジンギスカンや釧路ラーメンも提供している。

主な料理のつくり方

■ザンギ

- ①鶏肉を30gずつにカットする。
- ②鶏肉を調味液（料理酒、食塩、濃口しょうゆ、上白糖、しょうが、にんにく）を揉み込むようにして漬け込む。
- ③1時間以上漬け込んだ後、小麦粉とかたくり粉を入れ、混ぜ込む。
- ④180℃に熱した油で揚げる。
- ⑤輪切りにしたレモンを添える。

※特別食への応用

揚げ物を提供していない食種には、蒸した鶏肉に同じ調味料をソースとしてかけ、提供している。

メモ

漬け込む調味液に、上白糖やしょうゆが入っていて焦げやすいため、油温が上がりすぎないように注意する。



■朝食

献立名……材料名／1人当たり数量 (g)	
ご飯(精白米)	90
みそ汁	25
たまねぎ	5
にんじん	7
トモエ鉄入り強化こぼん味噌	130
高野豆腐のそぼろ煮	2
高野豆腐	14
若鶏肉(ひき肉)	10
しょうが	1
濃口しょうゆ	3
チンゲンサイの和えもの	60
チンゲンサイ	1.5
漬物(つぼ漬け)	12
牛乳	200

■昼食

献立名……材料名／1人当たり数量 (g)	
ご飯(精白米)	90
鮭のチャンチャン焼き	15
鮭	60
料理酒	5
キャベツ	40
たまねぎ	30
ぶなしめじ	20
もずく酢	4
もずく(味なし)	30
オクラ	30
すまし汁	0.3
木綿豆腐	30
糸みつば	5
食塩	1
コーヒゼリー	15
コーヒゼリーの素	8

■夕食

献立名……材料名／1人当たり数量 (g)	
ご飯(精白米)	90
ザンギ	0.2
若鶏肉(もも、皮なし)	90
料理酒	1
食塩	0.4
濃口しょうゆ	1.5
上白糖	0.7
しょうが	0.2
にんにく	0.2
小麦粉	3
かたくり粉	3
油	15
レモン	15
ポテトサラダ	0.1
じゃがいも	50
きゅうり	10
にんじん	8
食塩	0.1
上白糖	2
濃口しょうゆ	1.5
食塩	0.1
はくさいの中華スープ	1
はくさい	30
にんじん	8
くろきくらげ	0.5
鶏卵	10
顆粒中華だし	1
上白糖	2
濃口しょうゆ	1.5
食塩	0.4
ごま油	0.5
こしょう	0.01
水	130

■1日成分量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩	金額
朝食	619kcal	24.8g	15.3g	90.9g	2.9g	¥206
昼食	601kcal	24.4g	9.5g	100.4g	2.4g	¥315
夕食	746kcal	26.8g	27.3g	93.2g	2.3g	¥184
合計	1,966kcal	76.0g	52.1g	284.5g	7.6g	¥705



特別食：エネルギーコントロール食

献立作成への配慮

エネルギーコントロール食でも常食とできるだけ同じになるよう献立を工夫しているが、量が少なく味が薄くなりがちなので押麦や寒天でボリュームアップし、調味料の工夫で味を調整している。

主な料理のつくり方

■チキンカレー

- ①洗米した精白米に押麦を入れ、浸漬後、炊飯する。
- ②ラードを回転釜で熱し、鶏肉、たまねぎ、にんにくを炒める。
- ③②の釜に水を入れ、鶏肉、野菜に火が通るまで煮る。
- ④カレーフレーク、カレールー、顆粒洋風だし、ウスターソースを入れ、とろみが付くまで煮込む。
- ⑤隠し味にはちみつ、にんにく、ぶどう酒（赤）、トマトケチャップ、上白糖、こしょうを入れ、味を調える。

※特別食への応用

カレールーばかりに頼らず、食塩の少ないトマトケチャップやにんにく、はちみつを使用することで、減塩しながらもおいしいカレーをつくることができる。

メモ

押麦入りご飯は食物繊維が増し、腹持ちもよくなることから、糖尿病教育入院の患者さんからも好評を得ている。当院では、嗜好調査で人気の高いカレーライスを週1回提供しており、飽きないようにチキンカレーのほか、ポークカレーや豆カレーなど具材を変えて提供している。



■朝食

献立名……………材料名／1人当たり数量 (g)	
ご飯(精白米)	70
みそ汁	70
緑豆もやし	20
にんじん	10
トモエ鉄入り強化こぼん味噌	7
焼魚	40
赤魚	40
マリネ	10
かに風味かまぼこ	15
たまねぎ	50
黄ピーマン	8
漬物(しば漬)	10
牛乳	200
ほんだし [®] かつおだし	0.2
ほんだし [®] いりこだし	0.6
ファイン [®] 食物繊維	3
水	130
食塩	0.2
赤ピーマン	10
油	3
食塩	0.3
こしょう	0.01

■昼食

献立名……………材料名／1人当たり数量 (g)	
チキンカレー	1
精白米	60
押麦	10
若鶏肉(もも)	50
たまねぎ	60
にんじん	15
カレーフレーク	4
カレールー	4
トマトケチャップ	3
ラード	1
ぶどう酒(赤)	1
ウスターソース	1
顆粒洋風だし	0.5
はちみつ	0.1
にんにく	0.1
上白糖	0.1
こしょう	0.01
水	100
海藻サラダ	2
トマト	30
海藻ミックス	2.5
サニーレタス	15
オリーブ油	4
レモン(果汁)	2
にんにく	0.5
食塩	0.3
こしょう	0.01
かいわれだいこん	5
豆乳寒天	3
調整豆乳	50
マービー [®] 粉末	3
粉寒天	0.5
水	3
マービー [®] つばあん	8
水	2

■夕食

献立名……………材料名／1人当たり数量 (g)	
ご飯(精白米)	70
袋卵	20
小揚げ	20
鶏卵	52
濃口しょうゆ	3.5
みりん	2
料理酒	1
上白糖	2
ほんだし [®] かつおだし	0.3
だいこん	40
中華野菜炒め	5
豚肉(もも)	20
濃口しょうゆ	0.6
料理酒	1.5
しょうが	0.3
かたくり粉	1
油	2
中華野菜ミックス	40
緑豆はるさめ	5
油	1
ごま油	0.5
にんにく	0.5
顆粒中華だし	1
濃口しょうゆ	1
食塩	0.1
こしょう	0.01
ごまつなの酢みそ和え	5
ごまつな	40
穀物酢	3
みそ	5
上白糖	3
お吸い物	0.6
きぬさやえんどう	7
干しいたけ	0.8
濃口しょうゆ	1
食塩	0.6
ほんだし [®] かつおだし	0.3
ほんだし [®] こんぶだし	0.3
水	130

■1日成分量

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩	金額
朝食	512kcal	21.1g	14.2g	231.4g	2.6g	¥181
昼食	528kcal	16.2g	17.2g	82.0g	1.7g	¥192
夕食	560kcal	21.8g	18.2g	78.4g	2.7g	¥173
合計	1,600kcal	59.1g	49.6g	391.8g	7.0g	¥546



じまんの一品料理

あんかけ焼きそば (ひまわり食：化学療法食)

化学療法などの治療により食欲の低下した方に食べていただけるよう、アンケート結果を基に献立を作成している。野菜たっぷりのあんかけ焼きそばは人気の一品である。

■組み合わせのヒントと例

あんかけ焼きそばは、油を使用した中華料理なので、さっぱりしたわかめのお浸しや卵豆腐と一緒に組み合わせる。

■治療食への展開または組み合わせの変更

<たんぱくコントロール食>あんかけ焼きそばは単品でバランスがとりやすい料理なので提供しやすい。焼きそばをかた揚げ焼きそばにし、エネルギーアップする。わかめのお浸し、卵豆腐はたんぱく質やカリウムが多くなってしまうため、野菜料理やゼリー・果物の缶詰などのデザートに変更する。

■準備・下ごしらえ

- ① 豚肉・はくさいは一口大に、たけのこ・にんじんは短冊、ピーマン・つとは斜めにせん切りにする。
- ② くらきくらげ、干しいたけを水で戻す。
- ③ 水、顆粒中華だし、食塩、料理酒、濃口しょうゆを合わせておく。
- ④ かたくり粉と水を合わせておく。

基本材料(1人当たりg)

蒸し中華麺	150	ピーマン	15
油	3	にんじん	10
豚肉(ももスライス)	40	油	1
むきえび	20	ラード	1
*つと	8	顆粒中華だし	1
はくさい	80	食塩	0.4
たけのこ	10	料理酒	2
くらきくらげ	0.8	濃口しょうゆ	2
干しいたけ	1	かたくり粉	5

*つと：なると巻きの一種。切り口が「つ」の文字になっている。

●栄養価(1人当たり)

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩	金額
473kcal	23.3g	10.9g	67.4g	1.6g	190円

■つくり方

- ① 回転釜に油、ラードを熱し、豚肉、えび、にんじん、たけのこ、はくさいの順に入れ、炒める。
- ② ①の豚肉、えび、野菜に火が通ったら、水で戻したくらきくらげ・干しいたけを、戻し汁ごと入れ、炒める。
- ③ 合わせた調味料を入れ、ピーマン、つとを入れる。
- ④ かたくり粉と水でとろみを付ける。
- ⑤ 蒸し中華麺を、油で熱したフライパンで、焼き色が付くまで焼く。
- ⑥ ⑤に④のあんをかける。

<下ごしらえ>



<つくり方>

