

旭川圭泉会病院栄養部



- ・9月5日(木)非常食(主食のみ)
- ・9月16日(月) 敬老の日
A食 のり巻き、いなり寿司
B食 甘納豆入り赤飯

※食種・形態によって異なります。

9月13日 十五夜



十五夜とは、満月にあたる旧暦上の毎月15日のことです。その中でも旧暦の8月15日に出る月は特に美しいとされ、お月見をするのに適しています。お月見といえばお団子ですね。元々は実りの感謝を込めて芋・豆類が供えられていましたが、保存に適している、形が月に似ているなどの理由からお米で作ったお団子が定着していったようです。また、丸い形は縁起が良いとされ、健康や幸せを祈って供えられていたようです。

検査項目から何がわかるの??

LDL-cho (LDLコレステロール)

LDLというリポ蛋白(血液中にある脂質成分)に含まれるコレステロールのことです。「悪玉コレステロール」と呼ばれます。LDL-cho自体は必要なものですが、増えすぎると血管の組織に蓄積する性質があり、それが動脈硬化の原因となります。

基準値
65~139mg/dl

疑われる病気は?

高値の場合・・・家族性高コレステロール血症、突発性高コレステロール血症

低値の場合・・・低リポ蛋白血症、低LDL血症

改善・予防方法は?

- 伝統的な日本食をモデルに食事メニューを見直し、一汁三菜を心がける。
- 動物性脂肪(バター、ラード)ではなく植物性油脂(オリーブ油、なたね油など)を使用する。
- 食物繊維を多めに摂り、コレステロールを排出する。



日本で発展した料理の歴史



〈名前の由来〉

韓国語でビビンバは「ビビンバツ」と言います。訳すと「ビビン」は混ぜる、「バツ」はご飯なので、合わせて「混ぜるご飯」という意味になります。

〈起源〉

韓国は儒教の国で、家で祭祀を行う際に大量のナムルを作ります。残ったナムルを消費するためにご飯に混ぜて食べたのがビビンバの起源ではないかと言われています。

〈石焼きビビンバ〉

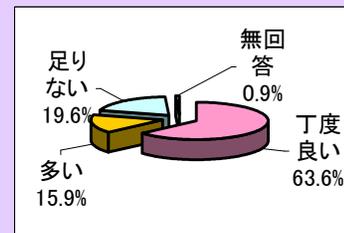
石焼きビビンバは、日本の大阪府の韓国料理店で1970年ごろに考案された創作料理です。専用の容器を高温で加熱してビビンバを入れて食べるもので、おこげの香ばしさと共に熱々のまま食べられることで人気となりました。やがて「石焼きビビンバ」として広く知られるようになりました。その後、韓国にも逆輸入され、「ソルトッ(石釜)ビビンバツ」と呼ばれるようになりました。

嗜好調査結果

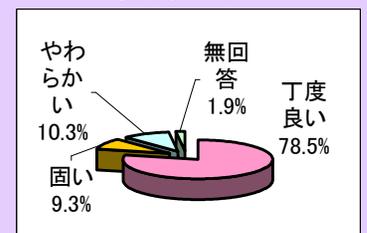
8月6日に、1-2病棟・3-5病棟・3-6病棟・5-2病棟の患者さんを対象に嗜好調査を行いました。

1.主食について

〈量〉

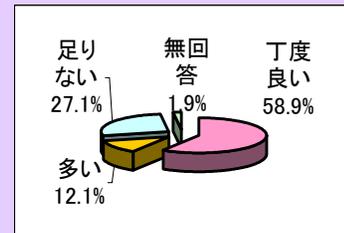


〈歯あたり〉

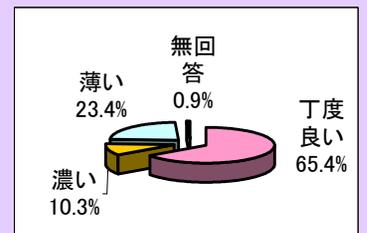


2.おかずについて

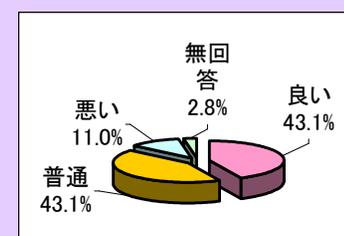
〈量〉



〈味〉



〈盛りつけ〉



前回(2月)の嗜好調査結果と比べ、おかずの盛り付けについては、わずかに改善していましたが、まだまだ努力が必要だと感じました。

量・味については、あまり変わりありませんでした。

味だけでなく、見た目からも満足して頂けるお食事を提供できるよう、より一層気を引き締め、きれいな盛り付けを心がけていきたいと思っております。