

智頭病院だより



栄養管理室



新年あけましておめでとうございませす。

昨年は、新型コロナウイルスのため、家族や親族・会いたい人に会えないお正月となった人が多かったと思います。智頭病院でも、長く面会制限・外泊や外出の制限をお願いしており、患者様や老健施設利用者様、ご家族様・ご友人の皆様はさみしい思いをされていたことと思います。一刻も早い感染収束を願うばかりです。

さて、皆さん、年越しそばは食べますか？「おせち料理」はごつでしようか？お正月明けに栄養指導・栄養相談で患者様にお話を伺うと、「一度は、餅3つは食べるな〜」や、「1月中頃まで毎食ご飯の代わりに餅たべとる」と言われる人もよくおられます。お餅が好きな人が多いな〜と毎年思っています。

以前は「正月は家に帰って餅を食べてくるわ〜」と外泊を楽しみにされている患者様や利用者様もおられました。現在は難しい状況です。

患者様・施設利用者様からも、「餅がたべたい〜」と言われますが、残念ながら、喉に詰めやすいので、智頭病院ではお出しできません…。

皆さんもおうちで楽しく・安全に食事をしていたら、ために、お餅はしっかりとよく噛んで、しっかりと噛めないようであれば少し柔らかくトトロに煮るなど工夫してください。（食べ過ぎにも注意してくださいね〜）お餅はお出しできませんが、患者様・利用者様が大晦日には年越しそばを、お正月にはおせち料理をお出ししています。

患者様・施設利用者様は、病院・施設内での生活となり外に出て季節を感じる事が難しいですが、食事をとおして四季を感じていただきたいという思いで、栄養管理室では日々の食事や行事食に取り組んでいます。



★年間行事食★

- 4月 お花見弁当（ちらし寿司など）
- 5月 こどもの日（混ぜ御飯）
- 6月 智頭病院開院記念日（赤飯・天ぷらなど）
- 7月 七夕（そうめん）、土用の丑（うなぎ）
- 9月 敬老の日（赤飯）、秋分の日（おはぎ）、十五夜（いも）
- 10月 ハロウィン（かぼちゃ料理）
- 12月 冬至（かぼちゃ）、クリスマス（チキン）、大晦日（年越しそば）
- 1月 元日（おせち料理）、七草粥
- 2月 節分（いわし）、バレンタイン（チョコレートデザート）
- 3月 ひな祭り（ひな祭り寿司）等



患者様向け お正月の献立を紹介します

昼食

- 赤飯
- 黒ムツの幽庵焼
- ふくさ卵
- 椎茸煮物
- 煮しめ
- 水菓子（白桃羹）
- お吸い物



朝食

- 御飯
- 祝い肴（寿蒲鉾、数の子、黒豆）
- 味噌汁
- 牛乳



夕食

- 御飯
- 鶏肉の野菜巻き
- 青菜の菊花和え
- 大根の子炒り（たらこ）
- きゅうりの酢の物
- 栗きんとん



「食べることは生きる」と様々な病態の人それぞれの療養に合わせ、日々の彩りとなる食事を提供できるように努力していきたいと思えます。本年もどうぞよろしくお願いたします。本年が皆様にとって良い年でありますように。

問合せ先

国民健康保険智頭病院

☎ 75-3211