

自慢の給食メニュー

美味しいは笑顔
美味しいは満足
みんな食べてみたい
栄養士さん、調理師さん、ありがとう！
美味しい食事で免疫力もアップだ！

「自慢の給食メニュー」を2017年7月号で特集しました。
日精協誌として初めての公募企画でしたが、46施設から応募がありました。

今回が2回目の企画ですが、77病院から自慢のメニューが届きました。
前回にもまして栄養バランス、見栄え、おいしさがアップしているようです。
前置きはこのくらいにして、早速、目試食してみましよう。

|| 大谷地病院



● たららの北海焼き

|| 岡本病院



● あげいも

|| 清水桜が丘病院



● 鮭のちゃんちゃん焼き

|| 手稲病院



● 鶏肉のハーブパン粉焼き

|| ミネルバ病院



● ロコモコ丼、アロハサラダ

|| 十和田済誠会病院



● 十和田バラ焼き

|| 松平病院



●せんべい汁

|| 花北病院



●盛岡冷麺風そうめん

|| 平和台病院



●しらすご飯

|| こころのホスピタル・古川グリーンヒルズ



●ちらし寿司

|| 精神科病院 仙南サナトリウム+



●白石温麺

|| 秋田回生会病院



●ハタハタの照り焼き, 豆腐入りつくね風揚げ

横手興生病院



●かつおのたたき

山容病院



●さばバーグ

桜ヶ丘病院



●ラーメン

清水病院



●天ぷらうどん

土浦厚生病院



●卵サンド

赤城病院



●フルーツたっぷりのロールケーキ

菅野病院



●回鍋肉

南埼玉病院



●麻婆焼きそば

浅井病院



●さんまのかば焼き丼, チーバベリーのムース

恩方病院



●ビビンバ丼

こころのホスピタル町田



●鶏ごぼうの和風クリーム煮

日野病院



●のっぺい汁, 鶏の焼き浸し, 茄子のずんだ和え

|| 横浜舞岡病院



●手作りミートローフ

|| 清川遠寿病院



●大根の肉みそかけ

|| 三交病院



●さつま芋と海老の辛味炒め

|| 白根緑ヶ丘病院



●手作りコロッケ

|| 谷野呉山病院



●ぶり大根、ほうれん草のお浸し、べっこう

|| 桜ヶ丘病院



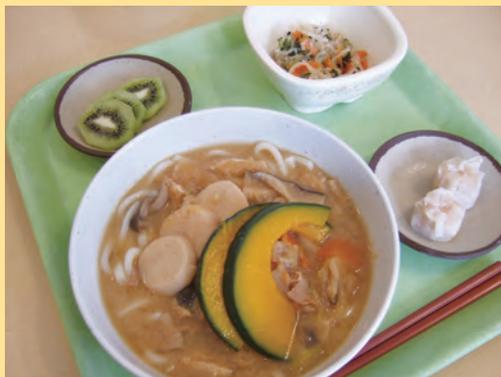
●ハントンライス

|| 松原病院



● あんかけ焼きそば

|| 日下部記念病院



● かぼちゃのほうとう

|| 千曲荘病院



● 手作りハンバーグ

|| 鶴賀病院



● とりの照り焼あんず風味、梅肉和え

|| 須田病院



● 中華そば

|| 聖十字病院



● 味御飯

沼津中央病院



●あさり入り五目御飯, 竹輪の三色揚げ, 彩りきんぴら, パンプキンプリン

富士心身リハビリテーション研究所附属病院



●散らし寿司

桶狭間病院藤田こころケアセンター



●味噌かつ

笠寺精治療病院



●カレーライス

京ヶ峰岡田病院



●菜丼, 大豆のドレッシング和え, すまし汁

上野病院



●鯛のみりん干し風, 菜花のお浸し

|| さわ病院・ほくとクリニック病院



●ドライカレー

|| 新阿武山病院



●天津丼

|| 楓こころのホスピタル



●カレーうどん

|| ねや川サナトリウム



●タンドリーチキン

|| 浜寺病院



●和風マーボー豆腐丼

|| 水間病院



●ちゃんこ鍋

|| 美原病院



●イカのカリント揚げ

|| 藍野花園病院



●豆乳味噌ラーメンと茄子の辛子和え

|| 赤穂仁泉病院



●ちらし寿司

|| 関西青少年サナトリウム



●担々麺

|| 神戸白鷺病院



●手作り揚げ豆腐の風味団子

|| 新生病院



●ぼっかけうどん

|| 姫路北病院



- 赤魚の味噌煮, 里芋の煮物, ほうれん草の和え物, 豆腐の澄まし汁

|| 湊川病院



- ロコモコ丼

|| 魚橋病院



- にゅうめん

|| ハートランドしぎさん



- 鶏肉の吉野焼き

|| 医療福祉センター倉吉病院



- ヒレカツ, もずくスープ, 小松菜の煮びたし, 酢味噌和え

|| 西川病院



- チャーハン

|| メープルヒル病院



●お好み焼き

|| 長門一ノ宮病院



●瓦そば

|| むつみホスピタル



●とくしまバーガー

|| 桜木病院



●手づくりオムレツ

|| 西紋病院



●さばソース焼き, 酢豚風旨煮

|| こころの医療センター 五色台



●天狗うどん

|| 土佐病院



●オリジナルカレー

|| 南ヶ丘病院



●打滷麵（ダルー麵）

|| 三善病院



●ドライカレー

|| 虹と海のホスピタル



●豚ロースのもろみ焼き

|| 西海病院



●長崎ちゃんぽん

|| 山鹿回生病院



●畑のミルフィーユ、のっぺ煮

山本病院



●手作りおはぎ

内村病院



●ロコモコ丼

高宮病院



●鶏肉のオランダ煮

南九州さくら病院



●かつおカレー

西田病院



●ホットドッグ&ナポリタン

北海道産じゃがいもを使用した「たらの北海焼き」

三浦 真歩

栄養部

●大谷地病院

所在地：北海道札幌市厚別区大谷地東5-7-10

総病床数：315床（精神病床数 265床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6回
●カラーグラビア掲載頁：p.8

大谷地病院は、1971年（昭和46年）に開院し、今年度で創立49周年を迎えます。当院の理念である「真心と誠意」をもって患者様の健康な心身づくりができるよう、創立時から直営で給食の提供を行っています。

直営給食の強みとして、長期間の入院生活を送っている患者様がいつも食事を楽しみにされていることを考え、3年前から毎週食べ物の記念日を取り入れた献立を入れるなど、飽きないよう積極的に献立作成の工夫をしています。

新しい献立を取り入れる際は、部内で構成された給食管理チームが相談し合い、より良い献立で患者様に提供できるように、栄養部全体で協力し合っています。

今回の自慢の給食メニューについても、栄養士と調理スタッフで構成された給食管理チームが、何度も話し合いを行い、全員の意見が一致したのが「たらの北海焼き」でした。

このメニューは、たらとじゃがいもがメインの北海道の食材を生かした献立です。患者様にも大好評の一品で、よくお褒めの言葉を頂きます。

魚料理は、焼き魚や煮つけなどシンプルな定番の献立になりがちですが、北海焼きのように少し変わり映えのある献立を取り入れることで、マンネリ化しないよう気を付けています。

当院の北海焼きは北海道産のじゃがいもを使用し、マッシュしてから混ぜる野菜は人参やアスパラで彩りになるものを選び、視力が低下した高齢の患者様にも分かりやすいように配慮しています。また、野菜が苦手な患者様には「混ぜる」ことで食べやすい食感にしたところ、喫食率が向上しました。

具材と砂糖以外の調味料を混ぜて味見をしてから、砂糖の量を調整して入れます。北海道のじゃがいもは甘みが強いので、砂糖の量を控えめに

きます。

鉄板に並べたたらに、混ぜた具材をのせてからスチームコンベクションのコンビ160℃で加熱し魚に火が通ったら、マヨネーズに少し焼き色が付くようホットエア200℃で焼いて完成です。

マッシュポテトにアスパラ、人参の色どりを合わせることで見た目を鮮やかにしています。たらはマッシュポテトをのせることで、身がしっとり仕上がります。何より、仕上げに焼き色を付けることで食欲を増進させます。

北海道に住んでいて良かったと思うのは、地元野菜や魚介類が豊富なこと。

じゃがいもが旬の時には、黄色が濃く甘みが強いホクホクした食感が特徴の北あかりを取り入れるなど、患者様に旬の物や北海道産の物を楽しんでもらえるよう、野菜の業者と春夏秋冬ごとに相談をしています。

外出ができない患者様は、給食でしか食べる機会がないので、北海道産の食材を味わっていただきたいと思い、分かりやすいように献立表に産地や、北あかりなどの食材名を記載して提供しています。

北海焼きは味だけではなく、食べやすいメニューでもあります。魚の種類によっては身が硬くなり、筋力が低下したご高齢の患者様に不向きなものもありますが、北海焼きにすることでマッシュしたじゃがいもが魚と馴染み、咀嚼しやすくなります。

当院の患者様は長期入院により高齢化が進んでおりますので、嗜好・身体状況や病棟の意見も聞きながら、日々調理スタッフと献立の改善に努めています。

これからも、患者様の健康な心身づくりに寄り添える給食を提供できるように、栄養部全体で献立の試行錯誤を重ねながら、喜ばれる食事づくりを目指していきたいです。

北海道のご当地メニュー「あげいも」

木村 里美

栄養科

●岡本病院

所在地：北海道札幌市中央区北七条西26-3-1

総病床数：217床（精神病床数189床）

給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年6回
●カラーグラビア掲載頁：p.8

北海道はじゃがいもの生産量全国第1位。じゃがいも料理といえば、肉じゃが、コロケ、ポテトサラダなど多くの料理があり、当院でもよく献立に盛り込まれます。そんなじゃがいも料理の中で北海道の老若男女が大好きなご当地メニュー「あげいも」を紹介します。あげいもとは、じゃがいもに衣をつけて油で揚げるシンプルな料理です。北海道のご当地メニューとなっており、中山峠にある道の駅望洋中山の「元祖峠のあげいも」が有名で、立ち寄ると必ず食べたくなる一品です。

当院で提供しているあげいもの材料はじゃがいも、塩、ホットケーキミックスの3つのみで大きさは一口大にして患者様に食べやすく調理しています。家庭や飲食店では牛乳や卵を入れる場合もありますが、あえて3つの食材に絞ることで食材費を抑え、ボリュームのある一品となり、食材費の高騰に対する工夫が求められる現在に一役買っているお助けメニューとなっています。特別な材料を入れなくても素朴なほっとする味で、揚げ物好きな当院の患者様にも喜ばれる人気メニューの一つです。「食事に甘いホットケーキ？」と思われる方もいるかと思いますが、お餅に砂糖醤油をかけたり、赤飯に甘納豆を入れたりする北海道民は抵抗なく食べます。塩味がついたじゃがいものしょっぱさとホットケーキミックスの甘さが絶妙にマッチしています。

当院の患者様の年齢層は20代から90代と幅広く、好き嫌いが多かったり味付けの好みは人それぞれです。すべての患者様に美味しく食べていただくということはなかなか難しいものですが、嗜

好調査の結果を栄養科で検討し、残菜ゼロを目指し献立作成を行っています。人気メニューは断トツでカレーライスなので、月に2回提供しています。変わり御飯や麺類も楽しみにしている患者様が多いので、変わり御飯は週に2回、麺類は週に1回提供しています。今回紹介しましたあげいも以外のご当地メニューであるザンギやジンギスカンも人気です。

患者様の「これ美味しかったよ！」の声を励みに栄養科では日々美味しい料理を考え、食べる楽しさを提供し、喜ばれる食事を目指していきたいと思えます。

<あげいもの材料（1人分）>

じゃがいも…………… 50g
塩（塩ゆで用）…………… 適量
ホットケーキミックス…………… 20g

<作り方>

- ①じゃがいもは皮をむき、一口大の乱切りにする。
- ②切ったじゃがいもを塩ゆでにする。
- ③ホットケーキミックスがもったりするまで水を加え混ぜる。
- ④冷ましたじゃがいもに③を絡ませ180℃の油で揚げる。

お好みでケチャップをかけても美味しいです。

鮭のちゃんちゃん焼き

江口 美穂

栄養課

●清水桜が丘病院

所在地：北海道釧路市桜ヶ岡8-1-2
 総病床数：162床（精神病床数162床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年3～4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.8

北海道といえば、木彫りの熊とともに登場する鮭。北海道が蝦夷地と言われ、先住民のアイヌの方が大活躍していた、いにしへの時代からなじみのある魚、鮭。また、釧路は鮭の漁場として有数な漁獲量を誇っています。

次にちゃんちゃん焼きについてご説明します。ちゃんちゃん焼きは魚と野菜を焼いて味噌などで調理した北海道の漁師町の料理です。2007年に農林水産省主催の農山漁村の郷土料理百選において、ジンギスカン、石狩鍋とともに北海道を代表する郷土料理として選ばれました。

今回の自慢の給食メニューは、郷土愛溢れる「鮭のちゃんちゃん焼き」を紹介したいと思います。

まず、一人前の材料は鮭70g、玉ねぎ20g、ピーマン15g、キャベツ15g、人参5gです。これに味噌に日本酒、砂糖、みりん、我が病院独自の隠し味で一味を入れたものが合わせ味噌となり基本の味つけとなります。

次に、作り方についてです。

1. ホテルパンにサラダ油と溶きバターを敷き、その上に切身鮭を並べ、スチームコンベクションで蒸し焼きにする。
2. 玉ねぎをくし切り、キャベツは短冊切り、ピーマンと人参は千切りで食べやすい大きさにして切り終えた野菜を回転釜で炒める。
3. 炒めた野菜をボウルに移し粗熱を取り、あらかじめ用意していた合わせ味噌を入れ混ぜ合

メニュー

ご飯、味噌汁、鮭のちゃんちゃん焼き、かぶと厚揚げの煮物、いちごゼリー

1食当たり

575kcal, タンパク質26.8g, 脂質10.2g, 炭水化物88.9g, 塩分2.5g

1食単価 298円

わせる。

4. 蒸し焼きにした鮭の上に3をのせる。

以上が病院での手順となります。

漁師めしなので、本来は鉄板やホットプレートの真ん中に合わせ味噌を塗った鮭をのせて、その周りに野菜を置いてアルミホイルなどをかぶせて蒸し焼きにし、鮭に火が通ったら野菜と混ぜ合わせるのが一般的です。作業手順は病院の調理器具や盛り付け等の関係上若干の違いが生じますが、漁師さんの手順と違えど美味しさは同じかそれ以上と自負しております。実際、鮭のちゃんちゃん焼きを提供した時の残菜量は少なく患者さんからも地場のものが食べられて美味しいとの好評を得ております。

これからも多くの地場のものを使用してなじみのある郷土料理を提供し、美味しさや笑顔とともに北海道民としての誇りをも患者さんが持つようなメニューを提供していけるよう研鑽していきたいです。

香ばしさが広がるふっくらハーブパン粉焼き

菅井 このみ

栄養科

●手稲病院

所在地：北海道札幌市手稲区前田六条13-8-15
 総病床数：232床（精神病床数 232床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年5回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.8

自慢のメニューに値するもの。それは「美味」そして「好評」である一品ではないでしょうか。そこで、当院では何だろうかと考えると…悩みました。「このメニューはあの病棟で好評だったな」とか「患者さんからまた食べたいと言われたな」などお声かけしてくれた患者さんや病棟スタッフの顔が浮かんできました…悩みました。

悩んだ末、今回は調理師とともに考えてメニューに取り入れたレシピを紹介します。

とあるクッキングライブに参加した調理師から「このレシピを作ってみたい」と持ちかけられたのがきっかけでした。調理スタッフには何か刺激になればと思い、参加を促していた研修会でしたので反応があつてとても嬉しかったです。そして、当院に適した分量等アレンジを加えてできた一品

なのです。

このメニューはパン粉を回転釜できつね色になるまで炒ります。鶏肉に小麦粉→卵→炒ったパン粉の順につけて衣にし、スチームコンベクションで加熱します。ホットエアモードで均一に熱されるためか鶏肉は肉汁が保たれてジューシーで軟らかいです。また、焼いていますが揚げたチキンカツのような仕上がりになります。チキンカツに比べると油の使用が少ない分カロリーが抑えられます。

味付けには香草シーズニングを使用しています。下味に半分量のシーズニングを使用し、パン粉を付けてから残りのシーズニングを振りかけて焼き上げます。香草の風味と表面の塩味により他の調味料を加えなくても薄味には感じられません。香

表1

メニュー（昼食）	「鶏肉のハーブパン粉焼き」のレシピ（1人分）	
	材 料	分 量（g）
・ごはん		
・玉ねぎとワカメの味噌汁		
・鶏肉のハーブパン粉焼き	皮なし鶏もも肉	90
・オクラの長いも和え	香草焼きシーズニング	1
・はっさく	小麦粉	5
	卵	5
	パン粉	12
	サラダ油	3

表2 紹介メニュー1 食分の栄養価

エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質(g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄(g)	塩分(g)
707	32.9	14.2	108.5	123	5.4	2.3

ばしさや香辛料は減塩に繋がると立証してくれるメニューです。

「日本人の食事摂取基準 2020年版」では塩分の摂取量がより厳しくなりました。減塩でいかに美味しく食欲を落とさないようにするかメニューの

工夫が求められるでしょう。

今後も栄養科スタッフ一丸となり、「手稲病院のお食事はおいしいね」と患者さんから聞けるよう日々努力していきたいと思えます。

イベント食から 通常メニューに

石田 美雪

診療部栄養科

●ミネルバ病院

所在地：北海道伊達市松ケ枝町245-1
 総病床数：170床（精神病床数 170床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年2回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.8

当院の食事は、通常メニューの他に、毎月のイベント食と季節料理を提供しています。過去のイベント食では、日本全国のご当地メニューの丼物から麺類、駅弁やグルメの旅など、毎月何があるのか楽しみとされています。できるだけ本物により近いものをと、時には食材を取り寄せたり、駅弁を購入し調理担当者と試食をすることもあります。

なかでもイベント食の一つで提供した、グルメの旅編ハワイ料理は、色彩、味の具合など総合的に好評だったことから、年2回ではありますが通常メニューとして提供することになりました。

イベント食から通常メニューとなった今回のハワイ料理は、ロコモコ丼とトロピカルな南国風のアロハサラダの組み合わせです。特徴的なサラダには、グリーンリーフ、胡瓜の他に、黄色ピーマン、紫キャベツを使用し、自然の甘さのドライフルーツが入ったフルーツグラノーラを使います。

食感が良くなるマンゴーのダイスカットを加えることで、レストランのようなサラダに変わります。フルーツグラノーラは、オーツ麦、ライ麦、乾燥果実パイヤ、レーズン、りんご、いちごが入ります。マンゴーのダイスカットやフルーツグラノーラが入ることで、ビタミン類の確保と、視覚的な食品で料理の彩り、触覚的に歯ざわりが増す工夫をしています。

ロコモコ丼はハンバーグと目玉焼きがメインですが、目玉焼きは完全に火を通すと硬くなってしまうので、温泉卵にします。そして、野菜とソースのバランスを調整。スープはコンソメ味で、星型に見えるオクラをスライスにし、ダイスポテト、コーンの組み合わせです。デザートには、さっぱりとしたアセロラゼリーを使用し、ビタミンCも十分に摂り入れています。

個別の栄養食事指導や作業療法でのクッキングでも「食」は身近なもので、日々の提供の中でも

献立内容（昼食）

ロコモコ丼	コンソメスープ	アロハサラダ	アセロラゼリー
<ul style="list-style-type: none"> ・ ご飯 ・ ハンバーグ ・ 温泉卵 ・ サニーレタス ・ トマト ・ デミグラスソース 	<ul style="list-style-type: none"> ・ オクラ ・ ダイスポテト ・ コーン ・ ワカメ ・ コンソメ ・ 塩こしょう 	<ul style="list-style-type: none"> ・ グリーンリーフ ・ 胡瓜 ・ 黄色ピーマン ・ 紫キャベツ ・ マンゴーダイスカット ・ フルーツグラノーラ ・ ドレッシング 	<ul style="list-style-type: none"> ・ アセロラゼリー
エネルギー：628kcal たんぱく質：19.9g			

患者様は今月は何が出るの？ 今日は何？ と、楽しみでもあり、家庭的なものや食べ慣れたものを食することで安心感が湧き、感じることもあるようです。長年の食生活では出会えなかった料理や食材を知ること、新たな発見もされることがあります。

美味しいものを食べることで、記憶として思い出された際には、自分でも献立やレシピなどを参考にして作ってみたいとおっしゃる方もいます。

当院の病院理念でもある「ロマンとモラル」

当院のラウンジからは眼下に噴火湾が広がり、

その向こうには大沼の駒ヶ岳を望むこともできます。

心を病むすべての人々のために、ロマンとモラルに満ちた場の創造を目指し、日々提供する給食にも心身が癒される食事、食べることで生きる力をとの想いがあります。

栄養部門として、美味しく食べてもらうために単調ではなく、楽しみも備えた、給食の概念にとられない料理を提供することに今後も努めていこうと思います。

B級グルメ「十和田バラ焼き」

鳥谷部 友香

栄養科

●十和田済誠会病院

所在地：青森県十和田市西23-1-1
 総病床数：250床（精神病床数 250床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年3回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.8

当院は昭和30年に開院し創立60年以上になります。病床数250床、デイナイトケア科もあります。近隣に桜の名所である官庁街通りや現代美術館などがあり、散策するには気持ちの良い場所に位置しています。

当院は入院期間の長い患者様が多いため、食事に飽きないようにと、新しい献立を取り入れるよう心がけています。調理作業の流れを考えながら定着させたいと考えていますが、入院患者様の高齢化もあり新メニューの定着は難しいとも感じているところです。

今回紹介するメニューは、青森県南部地方では一般的な「バラ焼き」です。この料理名を知ったのはB-1グランプリが各地で開催されるようになってからです。地元出身で小さい頃から食べていましたが、「炒め物」という認識でした。おそらく他の地域でも似た料理があるのではないのでしょうか。それが、B-1グランプリ2014ゴールドグランプリ「十和田バラ焼き」となり、ご当地料理だったのだと再認識させられたことを覚えています。当院でも開院当時よりバラ焼きが提供されており、好きな献立には必ずランクインしています。春、秋には当院所有の農園へ遠足があります。その時に提供されるのが、バラ焼きです。参加できない患者様へも年2、3回程提供し喜ばれています。

日頃の病院給食は、冷凍食品を利用することが

[メニュー]

- ・バラ焼き
- ・柚子胡椒和え(白菜)
- ・いわしつみれ汁
- ・漬物

バラ焼き (1人分)

材料	分量 (g)	材料	分量 (g)
豚肉	100	上白糖	15
玉ねぎ	100	みりん	24
にんにく	3	ごま油	1
しょうが	2	唐辛子粉	
醤油	12	こしょう	

多く、手作り献立の時は調理員も気合が入ります。豚肉と厚めにスライスしたたっぷりの玉ねぎを調味料で味付けし、コンベックで焼きます。仕上げにごま油を加えることで香ばしい香りが広がり、食欲をそそられます。沢山の玉ねぎを使用するため、甘みのあるご飯に合う一品となっています。

昼食時間に食事巡回へ病棟訪問中、患者様に声をかけてもらうことがあります。厳しい意見を頂くこともありますが、その中で「美味しかった」「また提供して頂戴ね」などの反応をもらうと私たちの励みになります。患者様に喜んでもらえるようこれからも献立作成、調理に励んでいきたいと思えます。

八戸メニュー “せんべい汁”

杉山 明代 庭田 朋子

栄養課

●松平病院

所在地：青森県八戸市新井田字出口平17
 総病床数：182床（精神病床数182床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6～8回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.9

病院の概要

当院がある八戸市は青森県の南東部に位置し太平洋に臨み、漁港、工業、商業が整備された、全国屈指の水産都市です。当院は昭和39年に開設、平成8年には医療法人となり、平成23年には営利を目的としない公益性の高い社会医療法人として認可されました。病床数は182床（認知症58床、精神一般124床）を有しています。また精神障害者の自立訓練や就労支援にも力を入れており、カフェレストラン茶居花、工房茶居花（そば処・珈琲館）、居住施設を兼ねるベル・エポック、エーデルワイス、共同住居である白樺荘などの施設を併設しています。

栄養課概要

平成27年新設に伴い、安全を確保するために高度な衛生管理手法であるHACCPの概念を取り入れ、美味しさと作業性を考慮し、一部新調理システムを導入しています。食事は週に2回の麺や月に2回の特別メニュー、また行事には折詰弁当を提供し楽しみにしていただけるような食事を目指しています。

人気ご当地メニュー

青森県八戸市ではB級ご当地グルメの祭典、B-1グランプリでおなじみの“せんべい汁”は、大人気のメニューです。鶏肉や野菜やきのこでとっただしに醤油ベースの味付けで小麦と塩で作られる「南部せんべい」を汁に割り入れた郷土料理で、だしのうま味がせんべいに染み込み、栄養豊

富なスープが味わえます。給食用には汁用ではない南部せんべいを使用しているため、柔らかい食感で提供しています。今回は八戸沖の鯖に味付けし、黒ゴマをまぶして焼いた「南部焼き」を組み合わせた県南地方のメニューです。新鮮な魚を仕入れることができるため、脂がのっていて、黒ゴマの香ばしさと皮までパリッと美味しく絶品です。お魚料理でも特に鯖は、塩焼き、唐揚げ、味噌煮、辛煮などレパートリーも豊富です。また、施設のメンバーさんが種から育てた大根で作った沢庵を毎年給食で提供しています。塩分控えめで、ポリポリ食べられ「今年も上手くできたね」と患者さんからお言葉を頂くほどです。当院の食事はみんなで作り上げている、どれも心温かく美味しい自慢の食事です。

<せんべい汁>

[材料・・・1人分]

・南部せんべい	1.5 枚
・鶏もも肉	30 g
・糸こんにゃく	10 g
・人参	15 g
・高野豆腐	3 g
・ごぼう	20 g
・しいたけ	10 g
・長ねぎ	10 g
・油	1 g
・唐辛子	0.04 g
・醤油	10 g
・だしの素	0.4 g

・塩…………… 0.5 g

[ポイント]

- ・お椀にせんべいを割り入れ、汁を注ぎせんべいが柔らかくなったら食べごろです。
- ・鶏肉を鯖水煮缶に代えてもダシが効いて美味しいです。

終わりに

当院の食事は、院長や事務長より「栄養課は病院の心臓部だよ」と言っていたいっているほど力を入れています。入院中の食事は楽しみであり、また長期入院となる精神科では、家庭と同じような食事が求められます。安全はもちろん、美味し

い、飽きない、楽しみがある、みんなが笑顔になれるような食事作りを目指し取り組んでいます。栄養管理をする管理栄養士、献立を作成する栄養士、調理工程や作業工程を考える栄養士や調理師、また、新鮮な食材を納入してくれる業者さん、商品や調理方法等の提案をしてくれるメーカーさん、そしてその食材を美味しく丁寧に調理し、配膳する調理師、調理スタッフ、皆の力で美味しい食事提供が叶っています。今回このような機会でも食事作りに対する思いを課内で再確認することができました。また、特集では他の病院の食事を拝見できることも参考になり、今後の活力となりますことを感謝いたします。

花北の夏の風物詩 ～盛岡冷麺風そうめん～

佐々木 由衣

栄養課

●花北病院

所在地：岩手県北上市村崎野16地割89-1
 総病床数：124床（精神病床数124床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年2回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.9

「入院中の楽しみは食事」。そう話される患者さんはとても多いですね。ありがたいことに当院でも多くの患者さんが「食事が楽しみ」と、お声をかけて下さいます。献立表を掲示するとたくさんの方々が集まってきて下さいますし、希望のメニューを書いた紙やお手紙を手渡される方、入院中に食事の大切さに気付いたと話される方などもおられ、給食の重要性を改めて感じています。

当院では、患者さんの給食における満足度を上げるため、患者さんが希望するメニューを積極的に献立に反映させること、また、患者さんに新しい味を知ってもらうべく、給食のイメージにはないメニュー（最近では鮭はらこ飯、豆乳担担麺、ジェノベーゼ等）を通常メニューとして提供することを心がけています。患者さんとのコミュニケーションを大切に、いつでも期待に応えられる味と品質の食事を提供していきたいと思っています。

今回の自慢の給食メニューは、「盛岡三大麺が食べたい！特に盛岡冷麺！」という患者さんの希望から誕生しました。

岩手県では、わんこそば、じゃじゃ麺、盛岡冷麺の三種を「盛岡三大麺」と呼んでいます。一口大に小分けにしたお蕎麦をさまざまな薬味と一緒に食べる「わんこそば」、うどんと肉味噌をおろししょうがや酢、にんにく、ラー油などと一緒に

混ぜて食べる「じゃじゃ麺」、牛骨ベースの冷たいスープに強いコシのある麺が特徴的な「盛岡冷麺」。岩手県民は焼肉屋に行くときライスではなく盛岡冷麺を頼む方がとても多く、中には盛岡冷麺だけを食べに行く方もいるほどです。

当院では以前からわんこそば風や、じゃじゃ麺の提供は行っていました。食べたことのある方のご存知の通りですが、盛岡冷麺はコシがかなり強いいため、給食として提供するのには難しいのではないかと考えていました。

そこで、麺をそうめんに変えて試作したところ、噛み切りやすく、スープともマッチ！提供するすぐに人気メニューになりました。

今では夏の定番です。7月～9月の間に2回提供を行っています。

献立名	盛岡冷麺風そうめん ニラ餃頭 三色ナムル ミルクティー
-----	--------------------------------------

エネルギー	588kcal
たんぱく質	20.2 g
脂質	14.5 g
炭水化物	93.2 g
塩分	3.2 g

しらすご飯

中塚 美紀

栄養課

●平和台病院

所在地：岩手県紫波郡紫波町犬淵字南谷地110-5

総病床数：289床（精神病床数289床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年1回
●カラーグラビア掲載頁：p.9

「しらすご飯を給食で出すことはできないか？」と言われ、家では作るのに献立に組み込んだことはなかったことに初めて気付いた。しらすを白飯の上に乗せて、色彩にスリムネギかな？いりごまも風味が良くなるから加えたい。でも、その時のおかずは、何が合うのだろう。久しぶりにワクワクしながら献立を考えることになった。

最初に問題となったのは、1日の献立にしらすご飯を組み込むこと。一食だけであればしらすご飯に副菜、デザート、牛乳とイメージができたが、1日を通して全体の栄養バランスも考えながらしらすご飯を献立に組み込むのは、塩分やたんぱく質などの栄養成分を考慮しなければならず、頭の中だけではイメージできなかった。

さらに、常食から全粥食への展開も考えなければならぬ。献立が複雑になると調理や盛り付けに時間を要してしまう。その点も考慮した献立にする必要がある。

そして、せっかくしらすを使うのであれば、しらすの旬の時期に提供したい。しらすの旬は春だから、春らしさを感じられるものが理想である。

いろいろ試行錯誤しながら献立を考えているうちに、しらすを使うことで普段よりもカルシウムが多く摂れることに気付き、カルシウムが多く摂れる献立として提供することに決めた。

当院では、基本的に昼食時に牛乳を提供しているため、牛乳と一緒に摂取することでカルシウムを強化しよう。全粥食に展開した時のことも考えると、副菜より主菜と一緒に組み合わせた方がよいだろう。そして、エネルギーを補うために、デザートを普段よりも豪華にしよう。

大まかな方向性が決まった。あとは、1日を通して栄養成分を満たす献立になればよい。いつもは彩りとしてきぬさやを用いることが多いが、今回はカルシウムをより多く摂るために小松菜を添えよう。パバロアには、季節を感じられるように苺のソースを使おう。全粥食に展開した時にも同じようにカルシウムが摂れるようしらすを使った副菜にしよう。

そんな考えをもとに出来上がった献立である。当院は、長期入院している患者様が多く、新しいメニューよりは定番のメニューを好む傾向にある。サイクルメニューではないものの、毎月提供しているメニューは同じものが多い。そのため、新しいメニューを取り入れることに抵抗を感じている中でのしらすご飯の提供で患者様に食べてもらえるのか不安だったが、このしらすご飯に関しては、残菜もほとんどなく受け入れてもらえたようである。今後は、主菜やデザートに変化を付け継続して提供していこうと思う。

季節を感じながら喫食率をあげよう！ ちらし寿司

三浦 純子

栄養管理室

●こころのホスピタル・古川グリーンヒルズ

所在地：宮城県大崎市古川西館3-6-60

総病床数：240床（精神病床数240床）

給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年4回
●カラーグラビア掲載頁：p.9

当院では、長期の入院患者様と短期の入院患者様、そして年齢層も幅広い方が入院されています。毎年行っているまた食べたい好きなメニューのアンケートで、毎年上位にランキングされるものは、カレーやラーメンなどおなじみのメニューが多いです。おなじみのメニューをメインで献立を考えていましたが、どうしてもマンネリ化してしまうため、新メニューも入れていました。しかし、年を重ねるごとに高齢者の方の入院が増加し、珍しい新メニューよりも懐かしいメニューの方が好まれ、喜ばれるようになってきました。また、人気だったラーメンや、パン類（サンドイッチ等）は高齢の患者様の増加で嚥下障害のため食べられない方が増えてきました。そして、相変わらず野菜のメニューはなかなか喫食率が上がりません。それで、比較的喫食率の良い混ぜご飯のメニューが多くなってきています。

幅広い年齢層に好まれるメニューはなかなか難しいです。その点、昔からあるちらし寿司はポピュラーで、みなさんに好まれるメニューです。当院では季節を感じられるよう工夫してちらし寿司をお出ししています。

当院で提供させていただいているちらし寿司を紹介したいと思います。

春のちらし寿司は桜ちらし寿司です。

桜餅と一緒に桜でんぶで鮮やかにお出ししています。花見弁当をイメージして作っています。

夏のちらし寿司は七夕ちらし寿司です。

夏野菜のオクラで涼しげに、また、彩りで星人参もアクセントにしています。七夕をイメージして作っています。

秋は鮭ちらし寿司です。

鮭といくらで、はらこめし風にしています。おはぎを添えて季節感も出しています。

冬は節分の季節にお出しする節分ちらし寿司です。

枝豆で彩りを出しています。枝豆は良質な植物性たんぱく質も摂取でき、とても優等生な食材です。

さて、当院の残食量ですが平均9kg位です（一食当たり残食率9%前後）。

しかし、ちらし寿司の際の残食量は6-7kgと残食率も6%未満になります。

コストの兼ね合いからなかなか人気メニューばかりをご提供するのには難しいですが、食べていただけないと意味がありません。今後も残食率5%以下を目指して頑張っていきたいと思っています。

地元民が愛する「白石温麺」

菊池 富士子 坂田 香代 高橋 聖希
栄養部

●精神科病院 仙南サナトリウム+

所在地：宮城県白石市大鷹沢三沢字中山74-10
総病床数：212床（精神病床数 212床）
給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年24回
●カラーグラビア掲載頁：p.9

はじめに

医療法人社団蔵王会精神科病院仙南サナトリウム+は宮城県南部の白石市に位置しています。白石市は、白石城を中心に繁栄し、蔵王連峰の雪解け水が流れる水のきれいな城下町です。

病院の概要

当院は昭和62年に開院し、精神病棟、精神療養病棟、認知症治療病棟、および宮城県認知症患者医療センターを併設しています。病床数は212床あり、最期まで口から食事を摂取していただく、患者様の状態に合わせた食形態で食事提供させていただいています。

病院食のこだわり

開院当時より週1回、麺を提供しています。その中には、うどんやそば等もありますが、白石市の特産品である白石温麺を提供することが多いです。麺の日は喫食率が高く、地元の食材を使うことで、食に興味・関心を持ち、食欲増進につながっていくと考えています。

白石温麺について

今回のメニューで使用した白石温麺（以下温麺と表記）を知らない方も多いと思いますので、温麺について紹介します。

読み方はおんめんではなく「うーめん」と読みます。油を使わずに製麺されており、長さは約9cmと短く食べやすいという特徴があります。また、そうめんのような白色の麺が主流ですが、たまご

温麺、わかめ温麺、無塩温麺等、種類も豊富です。

そもそも、なぜ油を使わない麺が誕生したのでしょうか？時代は江戸時代までさかのぼります。当時、胃腸の弱い父親に何か食べやすいものはないかと思案していた息子が、旅の僧から油を使わない麺の製法を教わり、父親に食べさせたのが起源とされています。つまり、息子が父親の健康を思い誕生した麺が温麺なのです。

メニューのポイント

自慢のメニューとして二色温麺を紹介させていただきます。

抹茶温麺と標準の白い温麺の二色を使い、彩り良く目でも楽しんでいただけるよう工夫いたしました。ともにてんぷらを提供することで、温麺の脂質を補いました。

温麺は夏にはそうめんのように冷たく、冬には温かい汁で食べることができるため、1年通して提供しています。春には薄ピンク色の「さくら温麺」を使用して、食事でも季節を感じていただけるよう努めています。

おわりに

食事は長期入院されている患者様にとって楽しみの一つとなっています。現在、季節に応じた行事食やより手の込んだお楽しみ献立など飽きずに楽しく食べていただける食事提供をしています。

今後もさまざまな新しい試みを行い、患者様の笑顔の食卓を提供していきたいと思ひます。

当院の人気メニュー「ハタハタの照り焼き・豆腐入りつくね風揚げ」

伊藤 真美

栄養科

●秋田回生会病院

所在地：秋田県秋田市牛島西1-7-5
 総病床数：402床（精神病床数 402床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.9

当院では、入院患者数平均 350 食の食事を提供しております。今年度で病院創立 89 周年を迎え、秋田県で最も歴史のある精神科病院です。長期の入院患者様もあり、温かみのある食事を目指しています。また可能な限り手作りを心がけており、患者様からは好評なメニューの感想や、リクエストが聞かれることも多々あります。

私たちの住む秋田県には、さまざまな郷土料理や特産物があります。患者様にもご当地食材を身近に感じてもらえるよう、きりたんぼやとんぶりなどを当院の献立に取り入れています。

今回は、2月のお昼に提供した選択メニューの一部をご紹介します。「ハタハタの照り焼

き」は、秋田の名産品であるハタハタを使用し、旬の時期である12月～2月にかけて提供しています。ハタハタは秋田県の県魚として知られている魚です。醤油ベースの味付けのため焦げないように、また身が硬くならないよう、焼き加減に注意して調理しています。患者様から要望されることもあり、当院では季節のメニューとして取り入れています。年末の行事食では、ハタハタ寿司も提供しています。

副菜として組み合わせた「豆腐入りつくね風揚げ」は、手作りしたつくねを油で揚げ、ケチャップを添えて提供しています。患者様の高齢化も考慮し、豆腐を使用して軟らかく仕上げ、食べやす

[提供したメニュー（1人前）]

<ul style="list-style-type: none"> ・ハタハタの照り焼き ハタハタ…………… 70 g 醤油…………… 5 g みりん…………… 3 g ・お浸し ほうれん草…………… 40 g 醤油…………… 2 g ・おろし和え 大根…………… 40 g 醤油…………… 1 g ・細切りサラダ キャベツ…………… 40 g きゅうり…………… 10 g 人参…………… 5 g ドレッシング…………… 10 g 	<ul style="list-style-type: none"> ・豆腐入りつくね風揚げ 鶏ももひき肉…………… 25 g 干し椎茸…………… 0.5 g 木綿豆腐…………… 60 g 人参…………… 10 g 卵…………… 5 g しょうが…………… 1 g こしょう…………… 0.01 g 砂糖…………… 1 g ごま油…………… 1 g 醤油…………… 1 g 紅しょうが…………… 3 g サラダ油…………… 5 g ケチャップ…………… 5 g ・漬物 細切り漬け…………… 15 g
--	--

いように工夫したメニューです。味付けについてはケチャップ味にすることでバリエーションが広がり、残食量も少なく好評な声が聞かれています。具材に混ぜた椎茸の食感や、紅しょうがの風味も良いアクセントとなっています。多種類の食材を使用し、栄養バランスも考慮しました。

その他、当院では毎月1回以上の行事食を提供し、季節感のあるメニューを意識して取り入れています。行事食や毎日の食事における嗜好調査を行い、患者様から頂いた意見を参考に、日々の食

事作りに役立てています。当院の人気メニューは、ラーメン、カレーライス、茶碗蒸し、おにぎりなどです。ラーメンは手作りのだしにこだわりがあります。豚足や鶏がらを野菜と一緒にコトコト煮込み、スープを作っています。チャーシューも手作りし、煮汁はメンマの味付けにも使用しています。

今後も患者様にとって安全で喜んでいただけるような食事を提供できるよう、努力していきたいです。

お誕生日のお祝いメニューでも人気のかつおのたたき！

小番 花子

栄養科

●横手興生病院

所在地：秋田県横手市根岸町8-21
 総病床数：296床（精神病床数 296床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年12回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.10

入院されていらっしゃる患者さんの楽しみの一つである食事。その中でもとりわけ、お誕生日当日のお昼に提供されるお誕生日食は、毎月の行事食とともに、特に楽しみにしていただいております。患者さんのお誕生日近くには、管理栄養士が栄養相談を兼ねた「聞き取り」に伺い、摂食量、好き嫌いの有無や変化、食欲や空腹感の有無、提供している給食の味付けの良し悪し、間食や嗜好飲料の種類や量、吐き気や膨満感、口渇、むせ、口内炎や虫歯の有無の他、給食へのご意見等を伺い、栄養管理に役立てております。その方に合ったお誕生日食の聞き取りに早く来てくれないかと患者さんに急かされ、病棟から催促の電話があることも…。「お誕生日食」への期待の大きさがうかがえます。

「握り寿司」と「お刺身盛り合わせ」がお誕生日食の人気メニューであります。

精神科では、なかなか加算対象の栄養指導の機会が多くありませんが、お誕生日食の聞き取りは、

日常のミールラウンドでは気づけない個々の患者さんの状態を把握できる絶好の機会となっております。聞き取りの内容については記録に残し、栄養科のみならず関係スタッフで情報共有し、日々の治療に生かしております。

ご意見箱にも「何々が食べたい」と食事に対するご意見を多く頂きます。お誕生日食のミートソースが美味しく感動した、作り方を教えてほしい、うどんや中華のたれがいつもおいしいので、だしの取り方を教えてほしい、麺の回数を増やしてほしい等の意見は、栄養科スタッフにとってとても励みになります。当栄養科が自営で頑張れるのは、当院の院長が食事をととても大切にされているからに他なりません。私たちの心もからだも、私たちが食べたものでできております。脳にも食事はとても大切です。これからも患者さんに「おいしい！」「また食べたい！作ってみたい！」と提供いただけるようなメニューを考え、日々の業務に取り組んでいきたいと思っております。

美味しくヘルシーな「さばバーグ」

加藤 聡子

栄養課

●山容病院

所在地：山形県酒田市浜松町1番7号
 総病床数：220床（精神病床数 220床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.10

はじめに

精神疾患を抱える患者様は精神病薬の副作用によって便秘を引き起こしやすく、下剤を多く使用する傾向にあります。そのため、当院では下剤に頼らない自然排便を促せるよう献立の改善を行い、食物繊維を目標量である20g/日に近づけるように日々調整しています。当院栄養課の取り組みとして、平成29年7月より食物繊維を多く含む食材を積極的に使用し、11月よりは昼食のみ押麦の使用、さらに平成31年2月よりは味噌汁にファイバーを加えています。

メニューへの思いと工夫

毎年調理師が献立の提案をして、バラエティに富んだ献立を提供できるように努めています。今回のメニューも調理師からの提案があったメニューの一つで、漫画に出てきた「さばバーグ」を現実化し、さらにそれをアレンジして提供しました。さばバーグは挽肉の代わりにさばの水煮缶を材料とし、玉ねぎを加えてハンバーグのように作る料理で「さば」と「ハンバーグ」をかけ合わせて「さばバーグ」という名称になったようです。そ

のさばバーグに、アレンジとしておからを入れて食物繊維をアップさせ、魚が苦手な方にも美味しく召し上がってほしいという思いで献立に加えました。また、大根おろしとしその葉を混ぜた付け合わせはポン酢でさっぱりと食べやすく、しその香りがふわりと感じられます。一つひとつ綺麗に成型されたハンバーグは、既製品とは違って家庭的な雰囲気も味わうことができます。フワフワなハンバーグに、青魚の臭みも軽減されてとても美味しく仕上がりました。また、血栓予防に役立つDHAやEPA、骨を丈夫にするカルシウムが豊富でヘルシーな一品となっています。

食物繊維量は、夕食で7.7g摂れ1日では20.5gと食事摂取基準の目標量である20g/日を達成することができました。また、平成31年度食物繊維量の平均として、常食は19.3gとほぼ目標に近い量を提供しています。

当院の入院患者様は若年層から高齢者まで幅広くなりました。今回のさばバーグは魚が苦手な若年層にも人気メニューとなり、高齢者にも軟らかく食べやすいハンバーグということで幅広い年齢層に受け入れられるメニューとなりました。

表 メニューと栄養価

<メニュー>	さばバーグの栄養価			
さばバーグ	エネルギー	663 kcal	食塩	3.1 g
ほうれん草のいり卵かけ	たんぱく質	28.0 g	食物繊維	7.7 g
煮豆	脂質	12.4 g		
みそ汁（わかめ・油揚げ）	炭水化物	105.4 g		

おわりに

毎月、栄養・食材に関する情報の発信や行事食のお知らせなどを載せた「栄養だより」を病棟に掲示しています。今回取り上げたさばバーグの紹介や食物繊維の働きなど、さまざまな情報発信を行い、患者様に食事に興味を持っていただくように努めています。また、facebookを活用し、毎

月の行事食や人気メニューを取り上げています。さばバーグも令和2年3月16日付に掲載されていますので、どうぞご覧下さい。

今後も患者様の心を癒す食事作りと栄養管理を目指して、スタッフ一同邁進していきたいと思えます。

出汁をとったスープが自慢のラーメン

伊藤 真帆

栄養管理課

●桜ヶ丘病院

所在地：福島県福島市丸子字上川原28-73

総病床数：180床（精神病床数 180床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6～8回
●カラグラビア掲載頁：p.10

当院は定床180床ですが、毎日おおよそ170人分前後の食事を提供しています。

給食は患者さんにとって大いなる楽しみですが、当院では週に一度ずつ麺類、パン類を提供し、とても好評となっています。

麺の日はラーメン・うどん・パスタ・焼きそば・冷や麦・そば等を患者さんが飽きずに美味しく召し上がっていただけるよう工夫して提供しております。夏は冷やし中華や冷やしうどん等も提供していて、麺のメニューは残食が少なく作り甲斐のある献立だと感じています。

患者さんからは「今週はラーメンだね」「来週はパスタだね」など、声をかけていただくことが多く、とても楽しみにしていられるのが分かります。

麺類の中で、特に人気なのはラーメンです。

当院で提供しているラーメンは鶏ガラや豚骨、野菜を使用して取った出汁をスープに使用しています。

調理師さんたちが朝早くから鶏ガラ・豚骨・野菜を煮て丁寧に灰汁を取り、火加減を調整して取った出汁があるからこそ患者さんに喜んでいただけるラーメンを提供できていると思います。

院長先生にも「毎回とてもうまい！」と言って食べていただいております。ラーメンはスープだけではなく麺にもこだわり、製麺所から仕入れた麺を使用しています。

最近では冷凍の麺が多く出回っており使用してみたこともありましたが、やはり製麺所の麺が良いということで、コストは上がりますが製麺所から麺を仕入れています。

スープは患者さんが喫食する直前にかけて提供

しており、温かく出来たての物を食べていただけます。見た目も食欲が湧くようきれいに盛り付けているため、患者さんも目の前に運ばれてきたお膳を見ると嬉しそうにしていられると思います。

麺類は特に丁寧に時間をかけて調理をしており、皆さんに喫食していただきたいと、減塩の方、食形態が特殊な方にも提供しています。ラーメンは塩分が高くなってしまいうため減塩を必要とする患者さんにはスープを薄めて提供しています。しかし、スープを出汁から取っているためか、皆さんに問題なく美味しく召し上がっていただいています。

常食の方以外でも食べられるように麺を短めにしたきざみ食、細かく刻んだ超きざみ食など工夫して提供しています。

麺に合わせて上のせる具材も、きざみ食の方、超きざみ食の方は細かくするなどして、食べやすい形態にしています。

このように一口にラーメンといってもさまざまな工夫を凝らして提供しています。

食べやすく安全で喜ばれるものを提供し、健康をサポートしていきたいという思いから職員が一丸となって食事提供に励んでいます。麺類は食形態によっては食べにくく誤嚥の危険が伴うものです。これからはより高齢化が進んでいくため、麺類のみならずさまざまなメニューの提供を工夫していく必要があると思います。今後も患者さんが安心して食事ができるよう職員一同、日々試行錯誤しておいしい給食を提供していけるように取り組んでいきたいと思っています。

入院患者さんから愛される食事を目指して

矢吹 圭子

栄養科

●清水病院

所在地：福島県福島市南沢又字前田16-3

総病床数：182床（精神病床数 182床）

給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年3回
●カラーグラビア掲載頁：p.10

当院の概要

当院は開院してから今年の7月で60周年を迎えます。開院当時は福島市の特産である桃畑の中にポツンと建つ病院でしたが、今では周囲は民家やアパートに変わり、住宅地の中の病院となりました。しかし、当院の初期の頃からの「地域に繋がる病院」のスタイルは全く変わっておらず、私たちは入院治療により症状の改善をはかり、さまざまな社会資源との連携を取りながら、患者さんの地域生活、社会参加を支援しています。

患者さんの声に耳を傾けて

入院患者さんにとって一番の楽しみはなんといっても食事です。病棟ではいつも患者さんたちから、食事について声をかけられます。

「今日のキーマカレーは豆が入っていておいしかったよ」

「とろろそばはサッパリ暑い時にいいね」

「チャーハンとギョウザは外食みたいで満足した」などうれしいお言葉もあれば、

「今日のお昼のコブサラダってどんな料理なの？」

「暖かくなってきたから冷やし中華が食べたい」

「長いことピザ食べていないから食べたいな」

など質問やリクエストが飛び出てきます。

患者さまとお話することでメニューの幅も広がりますし、何よりも期待に応えたいという気持ちが湧き、仕事の励みになります。

人気メニュー紹介

ここで患者さんから好評の人気メニューを紹介します。

①カレーライス（ドライ・キーマ・きのこ・サバ

缶カレーなどバリエーションが豊富です。玄米ごはんを使用しています）

②ラーメン（味噌ラーメン、あんかけ醤油ラーメン、白湯野菜ラーメンなど）

③焼きそば（昔ながらのソース焼きそばでキャベツ・もやしなど具だくさんが好評です）

④サバの味噌煮（こってりした甘辛煮汁にご飯がすすみます）

⑤ミックスフライ（らっきょうをアクセントにしたオリジナルタルタルソースで残菜がほとんどありません）

麺と揚げものの2大人気メニューを組み合わせました

今回紹介する料理は、人気の麺類と揚げものを組み合わせせた「天ぷらうどん」です。

天ぷらは定番具材ではなく、「春菊」「鶏肉」を天ぷらにしています。いつもと違った天ぷらに食事に興味のある患者さんからは、「春菊がサクサクしていてよかった」「鶏肉の天ぷらっておいしんだね」と好評です。副菜は、サッパリと食べられるオクラを添えた冷奴、パイナップルとキウイのポンチにしました。

当院の食事への想い

最後に、当院の食事のモットーは、ハレ（晴れ）の日とケ（癒）の日を家庭のように取り入れて毎日食べられる料理を提供することです。お祝いや行事などで提供する非日常の食事と、普段の生活である日常での食事を提供することにより、食事での退院に向けての治療に前向きになれるような一助となることを目指していきます。

人気 No.1 メニュー

池田 靖子

栄養科

●土浦厚生病院

所在地：茨城県土浦市東若松町3969
 総病床数：280床（精神病床数 280床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.10

当院は、昭和36年に開院し、来年創立60周年を迎えます。

病床数280床（精神科急性期治療病棟40床・精神療養病棟240床）、社会復帰施設として作業療法施設、大規模デイケア、デイナイトケア施設、ホーム、訪問看護ステーションを併設の他、介護老人保健施設シルバーケアがあります。

2002年の入院棟新築を機に、給食業務も直営から委託給食に切り替わりました。

時代の流れとともに、調理方法も大量調理マニュアルに沿った衛生管理となり大きく変化しました。食材も生ものの提供が難しくなり、献立内容も変化してきました。

そのような中で、毎年実施している嗜好調査で「いつも変わらない味」「昔からある懐かしい味」として、毎年選ばれる「人気 No.1 メニュー」を紹介します。

好きなパン1位の「卵サンド」は、シンプルに卵とマヨネーズ・塩・こしょう。

茹卵は、細かくつぶしてなめらかな食感に仕上げています。

細かくすることによって、きざみ食まで同じ形態で提供できます。

家庭の味を感じる素朴な味のパンです。

好きなご飯1位の「散らし寿司」は、酢飯にかんぴょう、レンコン、干し椎茸、人参などを混ぜ、季節によって、上にのせる具材を変えています。

表 散らし寿司 材料（1人分）

酢飯		具材	
白米	120 g	まぐろ	30 g
穀物酢	20 g	サーモン	30 g
上白糖	9 g	はまち	30 g
		厚焼き玉子	25 g
		甘酢しょうが	20 g
		カットネギ	10 g

中でも、まぐろ・サーモン・はまちなどの具材は「特別感」もあり、特に人気があります。

散らし寿司は、彩り良く目で楽しむこともできる華やかなメニューです。

今回紹介した「卵サンド」と「散らし寿司」は、患者様の年齢を問わず幅広く好まれています。

このメニューを提供した日は、「美味しい！」「出してくれてありがとう」「また食べたい！」など声をかけてくれる患者様も多く、散らし寿司は、彩り良く目で楽しむこともできるので、いつもは食欲のない患者様でも「今日は食べてみようかな」など食が進む声も聞こえ、とても嬉しい瞬間です。

当院の理念、「その人の可能な限り最良の健康状態にいたる手助けをしよう」の下で患者様が、食事を通して「健康で食べることの幸せ」を少しでも多く感じることができるよう食事を提供していきたいと思います。

すべて手作り！ フルーツたっぷりのロールケーキ

根岸 えつ子

栄養課

●赤城病院

所在地：群馬県前橋市江木町1072
 総病床数：228床（精神病床数 228床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6～7回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.10

当院は群馬県の中央に位置する赤城山の麓に昭和34年に開院し、昨年60周年を迎えました。当初は24床でしたが徐々に病床を増やし現在は228床となっています。平成15年からデイケアを、平成18年にはグループホーム「赤城の里」を設置し、食事の提供が始まりました。

長い間、入院生活を送っている方の多くは、食事を楽しみにされています。栄養課のこだわりとしては、冷凍や調理済み食品をなるべく使用せず手作りを基本とし、家庭の食事をイメージして献立を作成しています。また食事を楽しい時間として過ごせるよう、味や見た目も工夫しています。例えばデザートはドーナツやいちごムースといったものを手作りしています。献立に変化を出すため毎週火・金曜日に麺類を、木曜日に調理パンを提供しています。カレーやハヤシライスもルーから作るこだわりがあり、スパイスの香りと深い味わいのある本格的なもので、人気メニューとなっています。おはぎも年に3回提供していますが、常食・粥食・糖尿病食用とそれぞれ形態や味（あんこ・きなこ）を調整しています。これも患者さんに人気があり、もっと食べたいという嬉しい声も頂いています。

今回の自慢の給食メニューとしてご紹介するのは手作りロールケーキです。常食・粥食・ソフト食・ペースト食・治療食のうち、このロールケーキはペースト食以外の患者様に提供しており、220食近く作っています。そのレシピを紹介したいと思います。

まずスポンジ作りです。スチームコンベクショ

表

材料	分量1人分 (g)
卵	30
砂糖	11.6
小麦粉	10
牛乳	1.6
生クリーム	12
砂糖	1.8
みかん	20
キウイフルーツ	10
バナナ	20
砂糖	1.5
水	1.5

ンの鉄板（53cm×32cm）18枚分のスポンジを前日に焼き、冷蔵庫で休ませます。通常の献立調理の合い間をぬって焼くのですが、2時間近くかかるので下処理や準備の正確さとスピードが求められます。

そして当日のロール作業です。食形態により、中に入れる果物を変えています。常食ではキウイフルーツやみかん、ソフト食ではやわらかいバナナといった具合です。また年間通して提供しているので季節感が出るよう時期によって果物も選んでいます。春はいちごといった旬であるものを使用しています。

食べやすさにも工夫をしています。スポンジに

塗っているシロップは当初内側に塗っていましたが、しかしソフト食などの患者様にはもっとしっとりとしたスポンジにしないとスムーズに嚥下できないことが分かりました。そのため、シロップをスポンジの外側に塗り、量も増やす工夫をしました。

このように患者様の食べる姿をイメージして、どのようにしたらより美味しくできるか？ 食べたいと思ってもえらえるか？ 食べやすいものに

できるのだろうかと考えています。ミールラウンドで直接患者様の声を聴き、看護職員から食事に関する情報提供を受け、現状に満足せず改善をしていくよう心掛けています。患者様が赤城病院のお食事でも心も体も満たされ、笑顔になれるよう微力ながら栄養課としてこれからも頑張っていきたいと思っています。

人気の本格中華・回鍋肉

和田 明子

食養課

●菅野病院

所在地：埼玉県和光市本町28-1
 総病床数：400床（精神病床数 280床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年8回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.11

入院期間の長い患者さん方に、飽きの来ない美味しいメニューを提供したいと常日頃より考えておりましたところ、親が中華料理店を営んでいる管理栄養士が入職してきました。

中華料理のメニューが少ないことに気づき、もっと沢山の中華料理を食べてもらいたいと思い献立に取り入れていきました。酢豚や麻婆豆腐・餃子・八宝菜・かに玉などはありましたが、新しくチンジャオロース・麻婆春雨・麻婆茄子・棒棒鶏・回鍋肉・油淋鶏・オイスターソース炒めなどメニューが増えました。中でも回鍋肉は人気メニューで、嗜好調査でも常に上位に挙がっています。最初は回鍋肉をホイコーローと読めなかったようで、何と読むのかたびたび聞かれましたが、今では定番メニューとなり誰でも読めるようになりました。甘辛い味に加え野菜も豊富に摂取できることから、管理栄養士の立場からしても有難いメニューとなっています。

・こだわりその1

豚小間を使用せず豚バラ肉を使用し、しょうがやねぎと一緒に茹でて臭味や脂分を落とし使用。

・こだわりその2

キャベツ・玉ねぎ・長ねぎ・ピーマンなどの野菜の量を通常よりも多く使用。残されがちな野菜ですが、甘辛い味は好まれるため残菜も少ない。好きな料理をたくさん食べてもらいたい。

・こだわりその3

味付けは至ってシンプル。にんにく・しょうがに甜面醬・醬油・豆板醬のみ。

脂分を落した肉と大量の野菜を回転釜で一気にあおり作るので、厨房中にいい香りが漂い食欲をそそります。

今後も患者さんからのダイレクトな意見を参考に、和食に留まらず、イタリアン・フレンチ・アジア料理などのレパートリーを増やしていこうと思います。

写真のメニュー

- ・ご飯
- ・中華卵スープ
- ・回鍋肉
- ・くらげと胡瓜のゴマ酢和え

ボリューム満点☆麻婆焼きそば

白石 香住

栄養課

●南埼玉病院

所在地：埼玉県越谷市大字増森252番地
 総病床数：230床（精神病床数 230床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年3～4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.11

当院は月に1回イベント食を実施しており、調理師が考案したメニューを栄養士と協働で提供しています。イベント食のコンセプトは担当調理師によりさまざまで、イベントならではの豪華さを求めることもあれば、普段の献立に取り入れられるようなものを考えることもあります。今回応募したメニューは、最初イベント食で提供し、人気があったため通常メニューとして取り入れたものです。麻婆の押し豆腐は地元の豆腐屋さんから、焼きそばも地元製麺所から仕入れ、越谷特産のねぎをたっぷり使用しています。デザートは黒胡麻と白玉のぜんざいも麻婆焼きそばとの相性が良く、程良い甘味と、麺献立の軽いボリュームをカバーする濃厚な口当たりが好評です。

当院では毎週水曜日にうどん・そばを提供し、月2回程度土曜日に焼きそばやパスタ類を提供しているため、月に6～7回の麺献立が取り入れられています。入職した当時には「ずいぶん麺献立が多い病院だな」と思ったのですが、年2回実施している嗜好調査やミールラウンド時の評価などから、患者さんの意向が強く反映された結果なのだ実感しています。今後もこの献立構成は継続していく予定です。

今般食事摂取基準が改訂され、食塩摂取量の目標量が引き下げられました。当院も2020年度からの約束食事箋や給与栄養目標量の見直しをしています。減塩化が進む中で、いかに患者さんの満足度を高めていくか、献立の中でも塩分が高くなる麺献立をどう取り入れていくかが、今後の献立作成における最大の課題だと思われれます。単なる

数字合わせの献立ではなく、患者さんの健康を維持・改善しQOLを高めることができるよう、「おいしく食べられる食育媒体」を目指していきたいと考えています。

【麻婆焼きそばの材料と分量（1人分）】

食品名	分量 (g)	食品名	分量 (g)
蒸し中華麺	200	醤油	3
押し豆腐	150	中華だし	1
合挽肉	30	さんしょう	0.2
ねぎ	10	砂糖	3
にんにく	1	鶏ガラスープ	0.5
しょうが	1	料理酒	2
油	3	片栗粉	5
味噌	8	ごま油	3
甜麺醬	2	ザーサイ	5
豆板醬	1		

【黒胡麻と白玉のぜんざいの材料と分量（1人分）】

食品名	分量 (g)	食品名	分量 (g)
白玉団子 (3個)	24	すりごま(黒)	15
牛乳	75	砂糖	4.5
練りごま(黒)	9	中ザラ糖	7.5

千消千産「さんまのかば焼き丼とチーバベリーのムース」

五木田 有子

栄養科

●浅井病院

所在地：千葉県東金市家徳38-1
 総病床数：461床（精神病床数 374床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年2回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.11

はじめに

当院は千葉県の東部、九十九里海岸に近い東金市に1959年（昭和34年）に開設され昨年創立60周年を迎えた歴史ある病院です。先代の院長は、開院当初より、精神障害者への偏見をなくすために、病院の開放化を行い「地域に根差す」という取り組みを行ってきました。病院と地域の交流を目的に毎年5月に「はんでん木まつり」を行っています。毎年4,000名を超える来場者があり昨年は34回目となりました。当院は461床あり、9病棟あります。そのうち2病棟が内科病棟です。平日の昼間はデイケアとステップ（高齢者のデイケア）があり、1日の食数は1,350食程提供している大規模な給食施設です。

ランチバイキングについて

精神科では在院日数が長く、また、閉鎖病棟に入院の方は外へ出る機会も少ないため、月に一度昼食を兼ねたレクリエーションとして「ランチバイキング」を実施することになりました。

委託業者であるシダックスフードサービス（株）と協力し、普段給食では提供できないメニューの提供をモットーに、揚げたての天ぷらや、

お好みのにぎり寿司、出来立てのラーメンや、焼き立てサーロインステーキなどのメニューや、サラダやフルーツ、ケーキ、アイスクリームなどの提供を行い、好きな物を好きなだけ食べていただく日を月1回設けました。平成27年から4年間行ってきましたが、現在は運用を改め、各病棟での「デザートバイキング」に変更しました。

当院の自慢のメニュー

今回のメニューは「さんまのかば焼き丼、小松菜のピーナッツ和え、菜の花の清汁、いちごのムース」を紹介いたします。お米は千葉県産「ふさこがね」を使用しています。「さんま」は冷凍品ですが銚子で水揚げされたものを、片栗粉を付け油で揚げて醤油だれで味付けします。魚が苦手な方も美味しく頂ける一品です。ピーナッツ和えは山武市産の「小松菜」と、日本でも有数の落花生の産地である八街産「ピーナッツ」の粉末を使用し清汁には千葉県の県花である「菜の花」を使い、いちごのムースには大粒で果汁たっぷりの蓮沼産の「チーバベリー」を使っています。患者様からは、「美味しかったからよお～、また出してほしいさあ～」と声を掛けられます。

【千葉県の食材について】

- ・銚子のさんま……………10月～11月頃に水揚げされ、太くて長く脂がのっているのが特徴
- ・ふさこがね……………粒が大きくふっくらした炊き上がりです
- ・八街産落花生……………甘みとコクがあり香り豊かで濃厚な味です
- ・チーバベリー……………大粒で果汁がたっぷり、甘みと酸味のバランスの良いイチゴです

食欲をそそる野菜たっぷりの“ビビンバ丼”

早川 仁美 加藤 めぐみ

栄養科

澁谷 郁恵

エームサービス(株)

● 恩方病院

所在地：東京都八王子市西寺方町105
 総病床数：470床（精神病床数 385床）
 給食委託：完全委託

● 応募メニュー提供頻度：年6～7回
 ● カラーグラビア掲載頁：p.11

食欲をそそり、かつ野菜を効率的にたっぷり摂れる恩方病院オリジナルメニュー「ビビンバ丼」を紹介します。

入院患者様の食べる喜びから心身の健康をクリエイトするのが私たち栄養科の使命です。当科のこだわりは、より良い健康状態を願って厚生労働省が推奨する“1日に350g以上の野菜を摂取”よりも多い「1日平均400g以上の野菜」の摂取の実践です。

この美味しい野菜をたっぷり召し上がっていただくために、韓国料理の代表的な料理である“ビビンバ丼”をアレンジしました。提供するまでに4つのこだわりがありました。

その1 「甜麺醬」

ビビンバは、コチュジャンや豆板醬のピリ辛味付けが特徴ですが、刺激物を避けるため唐辛子が入っていない発酵食品「甜麺醬」の味付けにしました。

その2 オリジナル野菜ナムル

患者食と職員食合わせて600食以上を調理しています。野菜ナムルの種類が多いと盛り付け作業時間が食品衛生の肝となります。そこで、色味を混ぜて味付けを工夫した野菜ナムルを2種類に絞り、肉と合わせて3点盛りで作業時間を短縮しました。

【オリジナルナムル】

・人参、ニラ、もやし + 塩、ごま油、砂糖、酢

・錦糸卵、小松菜 + 塩、ごま油

その3 シールド乳酸菌

新型コロナウイルス感染症に世界中が翻弄されています。「腸管免疫力」を上げる効果が実証された“シールド乳酸菌を豊富に含むプレーンヨーグルト”のデザートを作りました。業務用1L規格でコスト対策をとり、フルーツと合わせて食べやすく栄養価もアップさせました。

患者様の高齢化が進み、免疫力低下や便秘の問題があります。野菜と乳製品により腸内環境を整え、健康力を上げることが狙いです。

その4 試作・試食会

「調理工程」「衛生」「味」だけではなく、病院長や実際に提供する看護部など他の職種の意見を聞き「食べやすさ」や「見た目」にも注意を払い、改善点はないか何度もチェックします。

今回の「ビビンバ丼セット」は、当院で7つ目のオリジナルメニューです。

患者様からは「病院でビビンバが食べられるとは思わなかった」「自分でもびっくりするくらい食が進んだ」「今までで一番美味しかった」などの嬉しい言葉と笑顔を頂きました。この瞬間が栄養科の一番の醍醐味であり、患者様と心が繋がる瞬間です。

これからも“食の楽しみからの健康”を提供し続け、病院食を通して、患者様の心身の健康を繋ぎ、患者様と職員を繋ぎ、患者様の退院後の生活を繋ぐ栄養科でありたい、と考えています。

恩方病院オリジナルメニューへの挑戦は、これからも続きます。

鶏ごぼうの和風クリーム煮

山口 育恵

栄養部

●こころのホスピタル町田

所在地：東京都町田市上小山田町2140番地
 総病床数：378床（精神病床数 378床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.11

今回は当院のメニューである「鶏ごぼうの和風クリーム煮」を紹介します。

当院の理念に沿った、病院長の「ご飯が美味しいと思えるような人生を送っていただきたい」という考えをもとに、食事提供を行っています。

栄養部の取り組みとしては、かねてより多くの患者様からの要望があった「パン食」を、今年の7月から毎週木曜日の昼食に提供しはじめました。そこでパン食に合うメニュー開発を行ってきました。

当院には、早食いや食べ物を大きいままで口に詰め込んでしまう等の、食べ方に問題のある患者様や、食べるとむせたり、咳込んでしまう患者様も多くいます。パン食の主菜はスープ系のものとし、必ず牛乳や飲み物も一緒に提供するなど、少しでも喉詰めのリスク等を防止するためのルール決めをしています。その中で、主菜がスープ系のものでパン食に合わせる献立を作成していると、シチューやポトフなどの洋風のメニューに偏ってしまいがちでした。

今回提供した「鶏ごぼうの和風クリーム煮」は、当院の患者様の年齢層も考えて和風にアレンジしています。

ホワイトシチューの色をそのまま残すために白だしを使用し、和の食材のイメージの強いごぼうを取り入れています。シチュー全体にごぼうの風味も広がる馴染みのある味付けにし、パン食にも

●鶏ごぼうの和風クリーム煮（1人分）

材料	分量 (g)
・鶏小間	50
・ごぼう	30
・じゃがいも	30
・玉ねぎ	30
・ブロッコリー	20
・しめじ	10
・バター	2
・サラダ油	1
・牛乳	50
・ホワイトソースフレック	15
・白だし	1
・和風だし	0.5
・塩	1

●鶏ごぼうの和風クリーム煮の栄養価

エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分
307kcal	13.4g	17.7g	24g	1.5g

合うメニューになっていると思います。

今後行事食や、月に1回のお楽しみ食の実施、サイクルメニューの中でも旬の食材や、新メニュー提供への取り組みを行い、患者様に食事を楽しみにしてもらえるように、そして食事に興味を持ってもらえるように心掛けていきたいと思っています。

野菜がたくさん摂れる郷土料理

柳瀬 さおり 吉澤 志帆理

栄養課

●日野病院

所在地：神奈川県横浜市港南区日野3-9-3
 総病床数：130床（精神病床数 130床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.11

当院の患者さんは長期で入院される方が多くいらっしゃいます。患者さんは毎日の食事を楽しみにされていて、私たちも満足度の高い美味しい食事を出すことを心がけています。

四季に合わせた料理を提供し、月に1回のペースで新メニューの提供も行っています。郷土料理（なすのずんだ和え、鮭のチャンチャン焼き等）、お正月のおせちやクリスマスメニューなどの行事食にも力を入れています。患者さんからは「日野病院の食事は美味しい」と言っていただいています。また、お食事以外には、糖尿病や脂質異常症などの生活習慣病を患った患者さんには栄養指導を行っています。精神疾患を抱えた患者さんの中には、食生活の乱れや運動不足の他、薬の副作用で肥満傾向になる方もいます。患者さんの疾患を理解し、個々の生活状況などを考慮しながら、サポートしています。

今回、当院の給食メニューの一例として、郷土料理にちなんだ「のっぺい汁」「鶏の焼き浸し」「茄子のずんだ和え」をご紹介します。

【のっぺい汁】 全国に分布する郷土料理なので、材料はその土地により変わります。片栗粉でとろみをつけ、やさしい口当たりになります。

〈材料（1人分）〉油揚げ5g、さといも20g、人参15g、ごぼう10g、乾しいたけ1g、板こんにゃく10g、長ねぎ6g、醤油3g、食塩0.7g、みりん風調味料1g、減塩だしの素1g、水120g、片栗粉1.5g

〈作り方〉①油揚げは、千切りにし、その他野菜

などは適当な大きさにカットする。②だし汁に、①の材料を入れ、軟らかくなるまで煮る。③軟らかくなったら、調味料を加え、味を調える。④に溶いた片栗粉を加え、とろみをつける。

【鶏の焼き浸し】 鶏肉以外に鮭を使うと、サーモンピンクが映え、より彩りよく美味しくなります。

〈材料（1人分）〉鶏もも肉皮なし60g、片栗粉4g、サラダ油2g、玉ねぎ35g、レモン3g、醤油7g、穀物酢5g、みりん風調味料5g、和風だし0.5g、七味唐辛子0.1g、小ねぎ3g

〈作り方〉①玉ねぎを薄くスライスし、水にさらす。レモンは半分は皮ごと薄い輪切りにし、4分の1にカットする。②調味料を合わせ、タレを作り、玉ねぎと残ったレモンの汁を加える。③鶏肉に片栗粉をまぶし、油でよく火を通し、焼き目をつけ、食べやすい大きさにカットする。④鶏肉に②でタレと一緒に漬け込んだ玉ねぎをのせ、味を染み込ませる。⑤カットしたレモンと小ねぎも上に散らし、彩りよく仕上げる。

【茄子のずんだ和え】 東北地方では、ずんだもちが有名ですが、ずんだあんを使い、和え物にしました。生の茄子を蒸して、ゆでた枝豆をすり鉢やミキサーですり潰してもよいのですが、当院では冷凍食品の揚げなすと枝豆ピューレを使用して手間を省き、簡単にできるメニューにしています。針しょうがを天盛りにすることが見栄えよく仕上げるポイントです。

〈材料（1人分）〉揚げなす60g、枝豆ピューレ

20 g, 砂糖 5 g, 食塩 0.5 g, 料理酒 1 g, しょうが 5 g

〈作り方〉しょうがをおろし、搾り汁小さじ1杯分用意する。残りを針しょうがに切って、水にさらす。②解凍した枝豆ピューレ、又は枝豆をペースト状にすったものに調味料を加え、和え衣を作る。③揚げなすを②の和え衣であえて、器に盛り、針しょうがの水気を切り、天盛りにする。

当院は、横浜という立地もあり、さまざまな土

地出身の患者さんが多くいらっしゃいます。給食メニューの中にも郷土料理を取り入れることで、故郷を懐かしんだり、昔話を始めたり、日々の入院生活の中で少しでも楽しめる話題作りになればよいと考えています。

今後も直営であることを生かし、管理栄養士と調理師が一丸となって、患者さんのお食事満足度向上を目指していきたいです。

愛情たっぷり手作りミートローフ

児玉 朋子

栄養科

●横浜舞岡病院

所在地：神奈川県横浜市戸塚区舞岡町3482
 総病床数：600床（精神病床数 600床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.12

病院の概要

当院は、横浜市戸塚区の富士山を望む高台にあります。病院の敷地内には、多くの草花が植えられており、桜やつつじ、あじさいなど季節折々の植物を楽しむことができます。昭和32年（1957年）に開院し、今年で63年を迎えました。平成26年（2014年）より横浜市認知症疾患医療センター事業を受託し、地域における医療と介護の連携拠点となっています。

栄養科の概要

栄養科は、直営給食で総勢43名の職員が在籍しています。委託給食を導入している病院が多い中、当院は創立時から直営給食を取り入れ、季節感のある手作りを生かした献立作りを心がけております。日々、患者様を観察し、状態に合わせた食事の提供を行っています。食種は、常食、軟菜食、一口大食、きざみ食、ソフト食、ペースト食と6形態に分かれており、入院時の食思不振時やターミナルの個別対応に合わせたオーダー食も行っていきます。

また、病棟の看護師や作業療法士と連携し、手作りデザートを用いたスイーツ会やデイケアの利用者様向けのバイキングなど、日々の食事の提供以外にも喜んでいただけるようなイベントを開催しております。

自慢のメニュー

当院の自慢メニューは、ミートローフです。おもてなし料理として、家庭などでも馴染みのある

欧米料理です。患者様全員に提供しており、どの食種でもおいしく召し上がれるよう工夫しています。当院オリジナルの配合で、合挽肉に玉ねぎ、人参、コーン、チーズなどを入れ、スチームコンベクションオープンでじっくりこんがり焼いています。合挽肉だけでももちろんおいしくできあがりますが、野菜を入れることによって彩りも良くなり、栄養価も高まります。チーズも味のアクセントとなり、少ないソースでも満足して召し上がっていただけます。精神科では、早食いなどで窒息してしまう患者様もおり、小さな肉団子は提供しにくいですが、同じ挽肉料理でもミートローフですとその心配もなく、安全に提供できることもおすすめできる点です。

おいしく作るポイントは、肉だねをよく練ることです。男性調理師二人がかりで形成することもあります。冬は肉がとても冷たく、手の感覚がなくなるほどですが、このひと手間がおいしさを左右します。

手間をかけた分、手作りのミートローフは格別です。患者様が毎回楽しみにしている人気メニューの一つです。

今年の給食は一味違う

2019年度より、東京2020オリンピック・パラリンピックに向けて、当院では『オリンピックメニュー』と題し、世界の料理を月に1回提供しています。ミートローフも海外の料理ですが、それ以外にも10カ国以上の料理を提供しています。イタリアのペペロンチーノやスペインのパエリア

など、日本でも馴染みのある料理だけではなく、アフリカのチキンムアンバやギリシャのムサカなどあまり知られていない料理にも挑戦してきました。残念ながら東京2020オリンピック・パラリンピックは1年延期となってしまいましたが、患者様や職員から「オリンピック開催まで続けてほしい」との要望もあり、あと1年、各国の料理を提供することに決めました。作り慣れない、食べ慣れない料理を大量調理で再現するのは簡単なこ

とではありませんが、患者様の楽しみにして下さる姿や言葉が励みとなり、試行錯誤しながらも栄養科一丸となって取り組んでいます。

最後に

『食べることは生きること』をモットーに、今後も患者様に満足していただける、安心で安全な食事の提供に努めてまいります。

大根の肉みそかけ（丹沢味噌使用）

辻 智子

栄養科

●清川遠寿病院

所在地：神奈川県愛甲郡清川村煤ヶ谷3414

総病床数：325床（精神病床数 325床）

給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年3回くらい
●カラーグラビア掲載頁：p.12

当院「清川遠寿病院」は、近くには宮ヶ瀬ダムを有し、国定公園丹沢の美しい大自然に囲まれて自然豊かな神奈川県唯一の村である清川村にあります。

清川村の特産品には、丹沢味噌、自然薯、大納言ブレッド、恵水ポーク、清川茶などがあります。いずれも豊かな自然の恵みを受けた品々で、健康パワーの源です。

清川自然薯は長芋などと同じヤマイモの一種ですが、粘りが強く一般のヤマイモとは比較にならないほど強力です。出汁で伸ばしてもしっかりとした粘りが残っていて調理もしやすく、香りも良好です。

大納言ブレッドは清川村で収穫された新茶を生地に練り込み、北海大納言がたっぷり入ったバター風味がきいたパンです。ここで使われる清川村のお茶作りは、昭和43年の山村振興事業から始まり、今では村を代表する特産品となり、茶摘みのシーズンには茶摘み体験のイベントも行っています。

恵水ポークは、清川村の豊かな自然の中でストレスをなくし、じっくり育て上げられた豚の肉です。目が細かく柔らかい肉質と、さらりとして甘みのある脂が料理の美味しさを引き立てています。

その特産品の中で給食献立に最も取り入れやすかったのは、丹沢味噌でした。

丹沢味噌は合成保存料無添加の自然食品です。一年間熟成させ「味噌本来の味」が際立ったまろやかな味わいがあり、シンプルに野菜につけて食べても美味しいものです。大手メーカーと一線を

メニュー

かき玉うどん・大根の肉みそかけ・フルーツ・ヨーグルト

表 使用材料・栄養素（1人前）

<かき玉うどん>

うどん 250 g, 卵 50 g, 鶏胸肉 30 g,
なると 5 g, 三つ葉 10 g, ねぎ 10 g,
柚子 1 g

<大根の肉みそかけ>

大根 80 g, 豚ひき肉 15 g, 丹沢味噌 1.5 g,
ねぎ 3 g, 大葉 1 g

<フルーツ>

フルーツカクテル缶

<ヨーグルト>

ヨーグルト

栄養価（1食当たり）

エネルギー 591kcal たんぱく質 25.9 g 脂質
9.7 g 食塩 3.3 g

画した「味噌本来の味」が自慢の味噌です。

味噌は原料である大豆の発酵によって大豆にはない、または、あっても少量のアミノ酸やビタミン類が多量に生成され、栄養価はさらに優れたものになっています。また、大豆のたんぱく質は酵素によって分解されて水溶化され、その一部はアミノ酸となります。その中には生命を維持するために不可欠な必須アミノ酸8種類がすべて含まれています。

味噌は醤油と同様に昔から日本で使われていた

調味料で、味噌と醤油ができたために、ソースや香辛料が発達しなかったといわれています。

その清川村で昔から作られている丹沢味噌を使って作ったのが、今回紹介する肉みそです。肉みそは素材の味を引き立ててくれています。やわらかく茹でた大根と丹沢味噌を使った肉みそがぴったり合っていて、食欲をそそる一品です。今回は、かき玉うどんと組み合わせると体も心もぽかぽかに

なるような献立にしました。

今後は味噌カツ、野菜の味噌炒めなど味噌を使った料理を増やしていけたらいいと思っています。

患者様に「美味しかった」と声をかけてもらえることも増えてきたこともあり、食事をすることで、体の栄養とともに心の栄養も満たしてもらえるように頑張ってお作りしていきたいと思っています。

ボリューム満点 さつま芋と海老の辛味炒め

渡辺 春代

栄養管理室

●三交病院

所在地：新潟県上越市大字塩屋337-1
 総病床数：144床（精神病床数 144床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年10回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.12

精神科の患者さんのうち、特に統合失調症の患者さんは嗜好的な食事に偏り、栄養バランスを崩しやすく、肥満だけでなく、低栄養や低体重にもなりやすい傾向にあります。アルコール使用障害の患者さんではアルコールからのカロリー摂取はあるものの、炭水化物やビタミン、ミネラルが不足していると考えられます。また、栄養状態が悪いと内科的な問題のみならず、精神症状も改善されにくくなってきます。当院では患者さんの状態に合わせた食事提供を行うことで、喫食率を上げ、栄養状態の維持・改善を図っています。

今回、患者さんをはじめ病院長や職員からも好評なメニューを紹介します。にんにくの香りが漂い「今日のメニューは何？」と囁かれる、ピリ辛味の「さつま芋と海老の辛味炒め」です。エビチリ風なのですが、海老だけではコストがかかり量も少なくなるため、沢山食べたい患者さんには満足できません。しかし、さつま芋やアスパラガスを加えることでボリュームが出て、コストも抑えることができます。さらに患者さんにはあまり好まれない野菜や芋類などの摂取も図れています。調理の際は、さつま芋と海老を素揚げして回転釜で調味液と混ぜながら加熱しますが、下処理時に海老の余分な水分を取ることと素揚げしたさつま芋を素早く調味液と絡めるのが、海老を色よく仕上げ、芋の崩れを防ぐポイントです。

入院患者さんに加え、デイケアや宿泊型自律訓練施設の患者さん、そして職員の給食を含めると、

さつま芋と海老の辛味炒めく材料 1人分>

さつま芋	50 g	しょうが	2 g
むきえび	45 g	にんにく	2 g
塩・こしょう		サラダ油	1 g
片栗粉	2 g	トウバンジャン	0.6 g
揚げ油		水	25 g
アスパラガス	35 g	ケチャップ	8 g
長ねぎ	8 g	酒	7.5 g
		砂糖	2 g
		醤油	3 g
		塩	0.6 g
		中華調味料	0.4 g
		片栗粉	2.5 g
		ごま油	0.5 g

1日約500食の食事を提供しています。特に昼食時は用意する食数が多くなるため、限られた時間と人員でできる簡単なメニューになりがちです。しかし、食事は精神科医療の治療の一環であると考え、当院の栄養課の基本方針である「患者様の疾病治療に合わせた食事を美味しく、安全に調理し、心を癒す家庭的な食事提供に心がける」をモットーに、職員一同毎日頑張っています。

当院には今回紹介させていただいたメニューだけでなく、他にもたくさんの自慢メニューがあり、多くの患者さんが「三交病院の食事はいつ来ても美味しいね」と声をかけて下さいます。入院患者さんにとって食事は毎日の楽しみの一つであり、これからも「美味しかった」と満足してもらえようような食事作りを続けていきたいと思えます。

笑顔の原動力 ～手作りコロッケ～

庭野 弥栄子

栄養課

●白根緑ヶ丘病院

所在地：新潟県新潟市南区西白根41
 総病床数：275床（精神病床数 275床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年 45 回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.12

はじめに

当院は昭和41年に開院した、新潟市の南部に位置する275床の病院です。病院を中核として、新潟市認知症疾患医療センター、精神科ショートケア、訪問看護、併設の介護老人保健施設（145床）、地域包括支援センター等多くの施設を有し、大きなネットワークと多職種の連携で患者様、ご家族様のケアを行っております。栄養課は平成28年3月に約700㎡の広さで新築移転、充実した機器を導入し、併設施設を含め1日約1,200食を提供しており、令和元年度には栄養関係功労者厚生労働大臣表彰（特定給食施設）を受賞いたしました。

手作りへのこだわり

栄養課では、開院以来「できる限り生の食材を使って、手作りをした家庭的な食事を提供する」ことを実践してきました。手作りメニューには、シュウマイ、ハンバーグ、さつま揚げ、行事食で提供している海苔の代わりに薄く焼いた伊達巻きで巻いた太巻き寿司などたくさんあり、どれも患者様に喜んでいただいております。その中でも、普段のメニューで人気のあるものが「コロッケ」です。30kgを超えるじゃがいもの下処理から始まり、熱々のじゃがいもをつぶし、具材と混ぜ合わせて計量しながら形を整え、衣をつけて約270人分（併設施設分を合わせると約400人分）を揚げる作業は、とても手間と力のいる仕事です。しかし、患者様が献立表を掲示した時から大変楽しみに待っていて下さり、「おいしかったよ」「またコ

ロッケ出してね」「退院してもあのコロッケの味が忘れられないよ」と笑顔でお声かけいただくと、栄養課スタッフのモチベーションもグッとアップして厨房にも笑顔があふれます。

昨今の厨房には、食材料の高騰、慢性的な人材不足に加え、より厳重な衛生管理が求められ、さまざまな面での見直しを迫られている状況となっております。当院の提供してきた「手作り」メニューも、今後どこまで続けられるのか不安に感じることがありますが、患者様が笑顔になれるお手伝いができればと、今後も工夫を重ねながら提供していきたいと思っております。

今回はプレーンのコロッケをご紹介しますが、他にも「カレーコロッケ」「さつま芋入りコロッケ」、成形したものに卵だけをつけて焼く「焼きコロッケ」など、バリエーションが多くあり、10日に1回の頻度で夕食時に提供しています。

◎材料（1人分）

・じゃがいも （男爵）	70 g	・小麦粉	3 g
・鶏ミンチ	20 g	・卵	3 g
・玉ねぎ	30 g	・パン粉	5 g
・人参	10 g	・サラダ油	10 g
・塩	0.1 g	・中濃ソース	8 g
・こしょう	0.01 g	・キャベツ	30 g
・サラダ油	1 g	・生パセリ	0.5 g
・ダイスチーズ （8mm）	10 g	・フレンチ ドレッシング	4 g

◎作り方

- ①ジャがいもは下処理後半分に切ってスチコンで約30分蒸し、熱いうちにマッシャーでつぶす。
- ②鶏ミンチと、みじん切りにした玉ねぎ、人参をサラダ油（1g）で炒め、塩、こしょうで味を調える。
- ③つぶしたジャがいもと②、ダイスチーズを混ぜ合わせ、1人分120gで成形する。
- ④小麦粉、卵、パン粉の順に衣を付け、180℃の油で揚げる。

- ⑤中濃ソースを敷いた皿に、半分に切ったコロツケを盛り付ける。
- ⑥キャベツとパセリを消毒し、千切りにしたキャベツと、みじん切りのパセリをフレンチドレッシングで和え、添える。

◎栄養価（付け合せを含む）

・エネルギー量	322kcal	・糖質	26.0 g
・たんぱく質	8.9 g	・塩分	1.3 g
・脂質	19.9 g	・食物繊維	2.6 g

旬な素材で郷土料理をめしあがれ

森 有紀子 佐伯 浩子

栄養課

●谷野呉山病院

所在地：富山県富山市北代5200
 総病床数：310床（精神病床数 310床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年2回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.12

精神科病院における食事の役割は、栄養補給だけではなく、患者様の心と身体に栄養を届け、食べる喜びを感じてもらいたいことだと思います。当院では一般食が全体の半分を占めます。季節を感じ、旬を味わうことを目的に月2回程度、行事食を行っています。今回の「自慢の給食メニュー」は、普段の給食で満足していただいているメニューで、富山の冬ならではの食材を使用したものです。

【ぶり大根】富山湾は漁場から港までの距離が近いことから、「天然のいけす」とも呼ばれてい

ます。そこでとれた寒ブリは脂がたっぷりのっています。まず調理の際、一度ゆでこぼし、その後、大根、しょうがとともに砂糖、酒、みりん、醤油でじっくりと煮ます。家庭によっては色を濃く仕上げることもありますが、当院ではブリ本来の見た目と素材の味を重視しました。しょうがと甘辛味がとてもよく合います。

【ほうれん草のお浸し】使用するほうれん草は地元でとれた寒じめほうれん草です。これは冬場に水分を少なくし、糖分を溜め込むことから甘み

メニュー〈材料1人分〉						
御飯	精白米	90 g	べっこう	卵	5 g	
ぶり大根	ぶり	1 切		粉寒天	0.5 g	
	大根	100 g		砂糖	3 g	
	しょうが	10 g		みりん	1 g	
	濃口醤油	6 g		薄口醤油	1 g	
	砂糖	6 g		水	50 g	
	本みりん	5 g		味噌汁	絹豆腐	20 g
	酒	3 g			なめこ	10 g
ほうれん草のお浸し	ほうれん草	45 g		味噌	9 g	
	もやし	20 g		煮干	1 g	
	人參	10 g		デザート	キウイフルーツ	1/2 個
	花かつお	1 g				
	濃口醤油	5 g				
	みりん	2 g				

が増し、えぐ味が少なく、夏採りに比べてビタミンCが3倍多くなるほど栄養価が高いです。これを使ってお浸しにします。他の具材は、もやし、人参、花鰹です。一度煮立てた醤油とみりんで味付けします。花鰹は混ぜ込むことでだしが出て全体を調和してくれます。

【べっこう】 水に粉寒天を溶かし、砂糖と醤油で味付けし、とき卵を入れ、冷蔵庫で冷やし固めたものです。見た目は涼やかで、食感と口当たりが良く、食欲のない時でも食べられます。昔から

の伝統料理ですが、普段から各家庭でも手作りしたり、スーパーのお惣菜としても売られたりしています。その為、食べた時には懐かしさが口の中に広がります。どの料理も特別なものではなく、ごく一般的に家庭で作られ、受け継がれ、愛されているものばかりで富山の人々の暮らしに深く浸透しています。

【その他】 御飯、豆腐となめこの味噌汁、デザートにキウイフルーツをつけました。

金沢のソウルフード「ハントンライス」

徳川 ひとみ

栄養部

●桜ヶ丘病院

所在地：石川県金沢市観法寺町へ174
 総病床数：496床（精神病床数 496床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年3回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.12

石川県金沢市北部に位置する桜ヶ丘病院は、神経精神科領域の疾患全般を診療する専門病院で許可病床数496床、県下最大規模の単科精神科病院であり、地域の医療機関や施設との効率的な連携により合併症を持った慢性期の精神障害患者さんや老年期認知症患者さんにも積極的に受け入れる唯一の精神科病院です。

長期にわたり入院生活をされている患者さんも多く、食事が一番の楽しみとなっている方も少なくありません。

当院の給食は、「食の安全性を基本に、患者さんがおいしく、楽しく食べていただける食事作り」という栄養部理念に基づき、地元の八百屋さんや魚・肉屋さんから仕入れた食材を使用した手作りで温かみのある家庭的な、時に外食店で食べられるような本格的な給食を提供しています。患者さんから「食事が楽しみ」「美味しい」「病院食ではないようだ」などと非常に好評です。“一から手作りの給食”は難しくなっていますが、患者さんには美味しく楽しく笑顔になれる食事を提供できるよう日々試行錯誤しています。

このような中でも手軽に提供できる人気のメニューが「ハントンライス」です。提供したその日に、「また出して下さい」と言われる程好きな方も多く、年に4回の嗜好調査でもオムライスよりランキング上位に入る一品です。

「ハントンライス」とは、1960年代後半、金沢の中心地の洋食店の「賄い料理」をヒントに考案されたメニューです。名前の由来は「ハンガリーのハント、フランス語で、マグロを意味するトン

提供したメニュー（1人前）

<ハントンライス>

- ・チキンライスの素 25 g
- ・スクランブルエッグ 45 g
- ・白身魚フライ 50 g
- ・ケチャップ・マヨネーズ 各5 g
- ・なたね油 5 g
- ・乾燥パセリ 適量

<豆腐サラダ>

- ・木綿豆腐 50 g
- ・サニーレタス 4 g
- ・水菜 10 g
- ・乾燥若布 1 g
- ・赤ピーマン 4 g

<ヨーグルト>

- ・河北潟ヨーグルト 80 g

<飲み物>

- ・河北潟牛乳 200ml

*河北潟ホリ牧場は石川県にある牧場です

を合わせた造語」といわれています。ケチャップで味付けしたバターライスの上に、半熟の薄焼き卵と白身魚フライをのせ、タルタルソースをかけるのがオリジナルですが、各洋食店や各家庭でアレンジしたレシピが存在しています。

少ない人員の中でも、この人気メニューを提供したいという思いから、食材や作業の見直しを行いました。

当院ではバターライスではなくケチャップライス風に仕上げ、白身魚フライやスクランブルエッグは既製品を使用し、副菜も考慮することで作業を簡素化しました。既製品を使用する際は必ずい

くつかのサンプルを試食し、栄養士4人で検討しています。その結果、現在でも、見た目が良く、味も美味しいハントンを提供することができます。私たち栄養士は患者さんの身体の栄養管理を担っていますが、同時に心の栄養も満たせるよう、これからも日々患者さんの声に耳を傾けていきたいと思っています。

桜ヶ丘病院のハントンの作り方

- ①炊飯器に米を入れ、チキンライスの素を加え、規程の線まで水を入れる。
- ②冷凍食材の白身魚フライまたはエビフライを揚げる。
- ③冷凍食材のスクランブルエッグを温める。
- ④食器に型抜きしたチキンライスを盛り付ける。
- ⑤スクランブルエッグをのせる。
- ⑥白身魚フライまたはエビフライをのせる。
- ⑦ケチャップとマヨネーズを細い線で格子状にかける。
- ⑧乾燥パセリを振って出来上がり。

野菜たっぷり あんかけ焼きそば

岩佐 真利枝

診療技術部栄養課

●松原病院

所在地：福井県福井市文京2-9-1
 総病床数：245床（精神病床数 245床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.13

はじめに

入院中の患者さんにとって給食は何よりの楽しみなのではないでしょうか。当院には4名の管理栄養士がおり、それぞれの個性を生かしてバリエーションに富んだおいしい給食を患者さんに提供できるよう、日々努力しています。

献立のマンネリ化を避けるために週に2回、選択メニューを実施しています。また、長期入院の患者さんのために、季節感を取り入れた行事食メニューの作成にも積極的に取り組んでいます。今年4月のお花見メニューでは、筍の炊き込みご飯、とろろ汁、煮合わせ、菜果サラダ、イチゴのケーキと、病院の近くの公園の桜を写真に撮ってカードを作成して配膳しました。桜のカードを病室に飾っている患者さんもおられて、大変喜ばれました。

自慢のメニュー

当院で人気のあるメニューの一つに麺料理があります。毎週木曜日の昼食にうどんやラーメン、焼きそば等を提供しています。

年に2回実施している嗜好調査では、好きなメニューにカレーうどんやラーメンを選ぶ患者さんが多くいらっしゃいます。麺料理の日は残食が少ないことから、患者さんに麺料理が人気であることが分かります。

提供している麺料理には定番の肉うどんやきつねうどんの他に、夏には冷やし中華やひやむぎ、年末には年越しそば（福井の郷土料理であるおろしそばを温かくアレンジして）など季節感を取り入れるように工夫してメニューを作成しています。

そんな麺料理の中から今回ご紹介する自慢のメニューは、あんかけ焼きそばです。病院の給食で

【材料】

中華麺	1玉	たけのこ	20g	中華だし	4g
豚肉	30g	絹さや	5g	醤油	2g
むきエビ	10g	きくらげ	5g	塩こしょう	0.1g
いか	10g	人参	10g	ごま油	1g
白菜	60g	しょうが	1g	片栗粉	3g
玉ねぎ	60g	油	2g		

【レシピ】

1. 材料は火が通りにくいものから順に炒める。
2. 中華だしと調味料を加えて片栗粉でとろみをつける。
3. 蒸しておいた中華麺にあんをかける。

○調理のポイント

- ・人参は中華切りにすることで見た目も本格的な仕上がりに！
- ・最後にごま油を足すことで風味がアップして減塩の効果あり！

あんかけ焼きそばは珍しいのではないのでしょうか。当院では定番メニューとしてソース焼きそばを月に1回程度提供していて患者さんからも好評だったのですが、さらにおいしくて新しいものを患者さんに食べていただきたいという思いから出来上がったメニューになります。

メニューのこだわり

あんかけに使用する野菜はすべて生野菜を使用しています。野菜の切り方にもこだわっており、

人参は中華切り（ひし形のような切り方）にすることで見た目も本格的な仕上がりになっています。野菜が苦手な患者さんも多いのですが、あんかけ焼きそばにすることで野菜が麺に絡んで食べやすくなり、野菜の摂取量も向上しています。また、使用している野菜が160gとボリュームたっぷりで糖尿食の方にも喜ばれています。

麺料理は塩分が高くなりがちですが、しょうがやごま油で風味を良くすることで減塩にも気をつけています。

家庭の味を届けたい ～うまいもんだよ かぼちゃのほうとう～

雨宮 美奈子 松橋 美奈

診療部栄養給食課

●日下部記念病院

所在地：山梨県山梨市上神内川1363
 総病床数：282床（精神病床数 282床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年7回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.13

1. 当院について

日下部記念病院は、JR山梨市駅から徒歩7分程の立地で、笛吹川が近くを流れ、万力公園の豊かな緑を望むことができ、自然豊かな環境の中にあります。

病床数は282床で病棟機能分化され、認知症疾患治療病棟（54床）、特殊疾患病棟（58床）、精神療養病棟（57床）、急性期治療病棟（57床）、身体合併・地域移行病棟（56床）があります。地域密着病院として、精神科医療だけでなく、救急対応、認知症疾患・合併症への対応など、ニーズに沿うように活動しています。他にも、社会復帰施設・デイケア・認知症疾患医療センター・若年性認知症相談支援センターがあります。

2. 栄養給食課の紹介

当院スタッフ：管理栄養士2名 給食業務は委託しています。

提供食数：（入院患者）231食（デイケア）49食 ※1食あたりの平均食数

3. 家庭の味を届けたい ～うまいもんだよ かぼちゃのほうとう～

「ほうとう」といえば、言わずと知れた山梨県の郷土料理。名称の由来は一説によると、武将武田信玄が自らの刀で食材を切ったことから、「宝刀（ほうとう）」と名付けられたそうです。2007年には農林水産省主催の「農山漁村の郷土料理百選」にも選ばれています。

「ほうとう」は古くから各家庭の食卓で提供さ

れている料理であり、家ごとに具材が異なり、家庭の数だけ味があります。粉の付いた平打麺・カボチャ・根菜・きのこなどを味噌ベースの汁と一緒に煮込んで作ります。ほうとうの麺は粉がついたまま煮るため、麺も汁もとろみがつくのが特徴です。気候が寒くなると食べたいと感じる、寒い季節の定番メニューです。

4. 当院で提供している“ほうとう”

入院患者様の多くは地元で長く生活をされてきた方々です。長期入院されているからこそ、家庭の味を提供したい。「入院中も地元の味を感じていただきたい」という思いも込めています。

大量調理では、煮込んだ麺はくっついてしまうため、別の出汁で煮込みます。一人分ずつ計量して盛り付けるので、とても手間がかかるメニューです。家庭ではカボチャも入れて煮込みますが、大量調理では見た目も悪くなってしまうため、スライスし蒸したものを使用しています。また、野菜を具沢山にすることで摂取量を増やしつつ、満足感がアップできるように工夫しています。

患者様からは、「麺がモチモチしておいしい」「体が温まる」「野菜たっぷりで、寒い日のほうとうはいいね」と、うれしい感想を多く聞くことができます。

5. 当院の根強い人気メニュー

「提供した食事をいかに美味しく楽しんで食べてもらえるか」を考えながら委託職員と協力して献立を検討し、食事提供を行っています。

その中でも根強い人気があるのは“ラーメン”です。外食する機会が少ない患者様も多いためか、醤油ラーメンは圧倒的な人気です。嗜好調査の結果から、年々バリエーションを増やし、塩味（タンメン）・味噌・白湯（長崎ちゃんぽん）の4種類を提供しています。市販のラーメンスープに頼らず、かつお・昆布・野菜で出汁を取ってスープに使用しています。また、ラーメンに合わせた一品も提供し、満足感が出るようにしています。

6. おわりに

今回、当院で提供している食事について一部ご紹介させていただきました。

当院の人気メニュー（嗜好調査集計結果より）

	2018年	2019年
1	ラーメン	ラーメン
2	カレー	うなぎ
3	うどん	カレー

これからも家庭に近い味を提供していき、患者様に喜ばれる安全で美味しい食事を目指して、食事状況や患者様の声を聞きながら、献立に反映していきたいと思えます。そして、食事形態や食べやすさを考慮し、「口から食べる」ことが続けられるよう栄養給食課一丸となり、食事提供をしていきたいと思えます。

当院自慢の心のこもった手作りハンバーグ

春原 友花

栄養課

●千曲荘病院

所在地：長野県上田市中央東4-61
 総病床数：239床（精神病床数 239床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年18回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.13

1. 手作りハンバーグ

ハンバーグの食材は特別な物は一切入れず、とてもシンプルで、手作りだからこそ出せる美味しさがあります。既製品の物だと独特な味や食感で、手作りに勝るものはないので、こだわって作っています。

ハンバーグは1回に約400個用意することになりますが、一つひとつ気持ちを込めて作っています。

また、チーズハンバーグ、和風ハンバーグ、きのこあんかけハンバーグなどバリエーションを豊富にし、飽きないよう工夫して提供しています。

入院生活において食事が楽しみの一つとされている患者さんが多いので、満足していただけるよう日々努めています。

(1) 材料（一人分）

・豚挽肉 70g、・玉ねぎ 30g、・人参 10g、・パン粉 10g、・牛乳 10g、・卵 5g、・ソース 5g、・ケチャップ 5g

(2) ポイント

- ・一度に400個ほど作るため、こねるのが大変ですが、しっかり全体が混ざるようにこねています。そうすることで焼き上がりがふっくらします。
- ・何より患者さんに喜んでいただきたい気持ちも一緒に込めて作っています。

(3) 作り方

- ①玉ねぎ、人参はみじん切りにする。
- ②回転釜に豚挽肉、切った野菜、牛乳、パン粉、卵を入れ、全体が均一になるようにかき混ぜて、

心を込めてよくこねる。

- ③ホテルパンに同量ずつ分けて平らにならす。
- ④それを人数分に分けて成型し、クッキングシートを敷いたホテルパンに並べてスチコンで焼く。スチコンは250℃で予熱し、ホットエア（250℃、15分位）で中の様子を見ながら、時間を調整する。
- ⑤手作りソースを作る（ソース、ケチャップを同量位で混ぜる）。

2. 他の人気メニュー

カレーライス、麺類が人気です。カレーライスは4種類のカレールーを使用し、さらに大量の野菜から出る旨味・甘味も加わり相乗効果で味わい深いカレーとなり、ダントツ人気No.1です。

また、ほぼ毎日ご飯なのでたまに提供する麺類も人気が高いです。希望メニューをお聞きすると、ほとんどの方が麺を食べたいと希望されますので、定期的に麺類を提供しています。

3. 季節メニュー

(1) 春

<お赤飯、筍ご飯、菜の花のクリームパスタ、ウドのゴマ和え、フキの煮物、カツオのお刺身、サラダちらし寿司、ばた餅>

お赤飯はスチームコンベクションで蒸して作っています。蒸し上がったら蜜をかけて混ぜ合わせて完成。年2回の提供です。

4月、5月は山菜料理を提供しています。

(2) 夏

＜夏野菜カレーライス，ゴマダレそうめん，冷やし中華，天ぷら＞

人気のカレーライスの具をピーマン，ナス，ズッキーニなど夏野菜にして提供しています。ゴマダレそうめんのつゆは手作りしています。暑い時期はさっぱりとしたものが好まれるので，麺類の時は冷たい麺を中心に提供します。

（3）秋

＜秋野菜カレーライス，きのご飯，芋ご飯，おはぎ＞

おはぎのあんこは手作りしています。甘すぎない優しい味に仕上げています。お粥を食べている

人はお粥にトロミ剤を入れ，丸くして上にあんこときの粉をのせて，おはぎに見えるように提供しています。

（4）冬

＜ローストチキン，年越しそば，おせち，おでん，カキフライ＞

ローストチキンは地元の業者から生の状態で仕入れ，スチームコンベクションで焼いて提供しています。味付けは甘辛い照焼ではなく塩味です。

おせちはきんとん，浸し豆，紅白なます，白和えを手作りしています。1日から3日までおせち料理を提供します。

長野市の地域食材を取り入れた当院の人気メニュー

塩澤 安子 他9名

栄養部

●鶴賀病院

所在地：長野県長野市鶴賀居町1750
 総病床数：467床（精神病床数 467床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年12回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.13

当病院は長野県の北部に位置しています。この辺りは、日本の大河、信濃川に流れ込む千曲川の支流によって形作られた水はけのよい扇状地と標高の高い内陸性の気候により、いろいろな野菜や果物が栽培されています。

今年の台風19号によりその千曲川沿いの地域で甚大な被害がありました。今回使用した、千曲市の森のあんずジャムと松代町の長芋は、そんな被害に遭った自治体への応援メニューでもあり、積極的に取り入れています。

当病院の理念であります「心ある医療」をモットーに、栄養部として患者様の健康の源である食を、温かい心で提供できるように手作りにこだわり日々奮闘しております。

毎週、次の週の献立表を配布するために病棟を訪れると、「来週は何が出ますか？」とか「この間のメニューは美味しかったよ！」とか「いつもありがとうね」と、どこの病棟でも声を掛けていただいて、患者様が食事を本当に楽しみにしていることをひしひしと感じ、私たちの頑張る原動力にもなっています。患者様から温かい心を頂いているので、私たちも患者様に温かい心をお届けできればと思っております。

今回のメニューは「目で見て楽しく、食べておいしく、心が幸せになる」ように考えられています。メインの“とりの照り焼あんず風味”ですが、果物の特徴である酸味と甘みを生かし工夫したメ

ニューで、鶏肉は胸肉を使い片栗粉をつけて焼き、あんずジャムと調味料、にんにく、豆板醤でアクセントをつけたタレでからめる料理です。硬くなりやすい胸肉に片栗粉をつけて焼くことにより柔らかくふっくらと出来上がります。この照り焼にせん切りキャベツ、人参甘煮、ブロッコリーを添えています。鶏の照り焼の茶色、せん切りキャベツのうす緑、人参甘煮のオレンジ、ブロッコリーの濃い緑に、あんずジャムのソースがトロっとかかった見た目にも食欲をそそる一品です。

副菜の梅肉和えは、長芋、きゅうりを拍子切りにし、コリコリと歯ごたえのある梅くらげと和えたさっぱりとした料理で、長芋の白、きゅうりの緑、梅の赤でとても鮮やかで、こってりとした鶏肉の照り焼にピッタリです。そしてビタミンCたっぷりのキウイフルーツも添えています。患者様からの評判も良く、皆様に喜ばれています。

近年高齢化が進み、硬いものがたべられなくなったり、飲み込みが悪くなったりして、刻み食や、軟菜食、ミキサー食の形態食を摂る方が多くなってきています。毎週、食事の様子を巡回させていただく時に、軟菜食の方で「私も常食が食べたい」と話される方がおられます。患者様の食べたいという気持ちや安全を考慮しながらできる限りそれを叶えてあげられるような食事作りが、これからの課題です。

須田病院自慢の中華そば

宮腰 敦子 船坂 恵 谷口 朋子 宮下 香
栄養部

● 須田病院

所在地：岐阜県高山市国府町村山235-5
総病床数：261床（精神病床数 261床）
給食委託：完全委託

● 応募メニュー提供頻度：年6回
● カラーグラビア掲載頁：p.13

当院は岐阜県飛騨地方の高山市にある単科精神科病院（261床）で、老健、デイケア、訪問看護ステーション、グループホームなど10ほどの併設施設・事業所を持ち、当地方における精神科の保健・医療・福祉・介護の中核を担っています。当院では多職種によって患者さんの病気と生活を支えています。私たち管理栄養士もチーム医療の一環として精神医療に関わっています。栄養士は食の専門家として、身体合併症を含む栄養管理、肥満とやせ、食欲不振、拒食、低栄養、食事形態、食材と調理方法などについて他の専門職と協働して対応しています。

さて、当院自慢の給食メニューは高山ラーメンです。当地ではラーメンを中華そばとも言い、年越しにラーメンを食べるほどラーメン好きな人が多い町です。飛騨高山は小京都と呼ばれる古い町並み、春と秋の高山祭り、北アルプスと世界遺産白川郷の玄関口などで全国的な観光地ですが、現在ではラーメン店は観光客の長い行列ができ、高山ラーメンも全国的に有名になりました。

高山ラーメンは、スープは鶏がら、豚骨、背脂からだしを取った醤油味、麺はちぢれ麺（病院給食では残念ながら採用できない）、具は焼き豚、メンマ、ほうれん草、長ねぎ、刻みのりとシンプルです。写真の献立はラーメンと鯛焼き、キャベ

ツとミニトマトとフライドポテトの盛り合わせ、いちご、牛乳です。中華料理店を20年経験したベテラン調理士が作りました。麺の時には種々のパンを提供して、うれしさ倍増のメニューです。

高山ラーメンは患者さんの嗜好調査で常に1位で、その日は外出を控える患者さんもいます。毎日昼食を検食する院長先生は、「油っぽい、50点」などと辛口のコメントが多いのですが、高山ラーメンは「昔懐かしい味で、店で食べるよりおいしい」といつも100点を頂いています。

入院が長期になりやすい精神科病院の患者さんにとって、給食は重要な位置を占めていると思います。「他の病院に入院したことのある患者からその病院より当院の給食はおいしいと言われることがときどきある。病院の価値が上がってありがたい」と院長先生が言われたことがあります。これは私たちにとって何よりも励みになりました。患者さんが給食に満足して下されば、ストレス解消になり、病院への信頼感も高まって、治療に少しはお役に立つのではないかと考えています。これからも給食が体の栄養のみならず、心の栄養にもなるように、おいしくて楽しい、そしてうれしくなる給食を提供するために頑張りたいと思います。

聖十字病院の自慢飯 ～味御飯～

小林 加奈

栄養室

●聖十字病院

所在地：岐阜県土岐市泉町久尻2431-160

総病床数：259床（精神病床数 259床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
●カラーグラビア掲載頁：p.13

当院の人気メニューの一つとして味御飯があります。嗜好調査や退院時にお伺いしている食事アンケートなどに美味しかった献立として頻繁に名前が挙がります。当院は、かつては職員食の提供も行っており、「今日は混ぜご飯なんですね！それなら大盛りにしてください！」と職員様も目を輝かせるメニューでした。

味御飯とは全国的に炊き込みご飯、混ぜご飯と呼ばれるもので、岐阜、三重を中心とする東海地方で主に使われている呼び名だそうです。関西では「かやくご飯」沖縄では「ジュシー」などと呼んだりもするそうですが、当院はこの地方でなじみの深い「味御飯」として提供しています。当院の味御飯は、ごぼう、人参、しいたけ、油揚げ、鶏小間肉が入っており、醤油、砂糖、お酒で味付けをした全国的にも一般的な混ぜご飯です。家庭の味を思い出させる優しい味となっています。回転鍋で具材を煮込み、具材にしっかり味をしみ込ませ、御飯に混ぜます。混ぜ込む際には炊き立てのご飯の匂いと醤油の匂いが混ざって、いい香りがふわっと厨房中に広がります。

季節によって具材を変えることもあります。春はたけのこ、秋はきのこや山菜などを入れて、病院内で過ごす時間の長い患者様たちに食事から季節

の移り変わりを感じてもらいたいと考えています。

この味御飯は当院の一大イベント、フェスティバルでも提供されます。フェスティバルは毎年9月に行われ、うどん、フランクフルト、豚汁、ぜんざいなどの屋台が出たり、地域の団体が出し物をしたり、餅つきなどのイベントが行われたりします。長期の入院となり、なかなか外出の機会も少ない患者様たちは毎年この日をとても楽しみにされています。そんなフェスティバルの数ある屋台の中でも人気なのがこの味御飯。1日で700食用意し、ほぼ毎年売り切れとなります。地域の皆様もこのイベントにご参加いただいております。この味御飯は地域の皆様からも愛される味となっています。

今回、聖十字病院の自慢飯について執筆してみよう中で、こうして自信を持って紹介できる自慢飯が当院にあるということを再確認できました。筆者自身、かなり献立作成には苦戦しておりどうしたらマンネリ化しない献立を立てられるのか頭を悩ます毎日ですが、こうして患者様から愛されるメニューは今後も大切にしたいと思いました。これからも患者様の声に耳を傾け、患者様が喜んで下さるようなメニューを追求していきたいです。

便秘解消！人気メニュー

村松 則子

栄養課

●沼津中央病院

所在地：静岡県沼津市中瀬町24-1
 総病床数：270床（精神病床数 270床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年7回
 ●カラグラビア掲載頁：p.14

●はじめに

当院は静岡県東部に位置し、沼津市街地にほど近く、香貫山のふもと、狩野川と黄瀬川のほとりに立地した自然に囲まれ、こころの癒しには最適な恵まれた環境を備えており、県東部における精神科専門医療機関として基幹病院を担当しています。

当院のお食事は、米や食材はできる限り地元産や国産を使用し、ラーメンのチャーシューやハンバーグ、コロッケ、デザートゼリーやプリンを手作りをして、安心・安全なお食事を提供できるように取り組んでいます。

また、低栄養や過栄養、アレルギー、精神科特有の偏食やこだわり等にもできる限り対応した、一人ひとりに合った食事提供に力を入れています。

スタッフ一同、食事は治療の一環であるという意識を持ちながら、栄養状態の改善とともに入院中の楽しみとなり、喜んでいただけるような食事作りを心がけています。

●便秘解消！人気メニュー

今回は野菜を豊富に使った、人気メニューを紹介します。

「あさり入り五目御飯」のあさは冷凍のものを使用していますが、乾煎りすることによって旨味を引きだし、少量のごま油を入れることで風味豊かになっています。

「竹輪の三色揚げ」は生ちくわを縦半分に切り、きざみしょうが、粉のり、カレー粉の三種類の天ぷら衣につけ、油で揚げます。見た目もきれいで食欲をそそります。

「彩りきんぴら」は生のごぼうを使用し、こん

にやく、人参などととも炒めます。少し軟らかめに煮て、食べやすくする工夫をしています。

「パンプキンプリン」は、かぼちゃの裏ごしとプリンの素を使用し、メン器に流して冷やし固め、カットして提供しています。プリンの他、手作りゼリーや寒天は、人気メニューの一つです。トータルで約150gの野菜を使用しています。

●腸内細菌と精神疾患

近年「腸脳相関」という言葉も話題になり、腸と脳の関係は密接だという研究結果も出ています。当院では、精神疾患を有する患者様の腸内細菌と精神症状の関係にも着目し、腸内細菌と整腸作用の低下が脳にも影響し、精神疾患が悪化してしまうのを防ぐ意味でも、野菜を豊富に使ったメニューを心がけています。

便秘は精神科疾患患者の多くが経験し、病棟より度々便秘解消に関する相談を受けます。若い世代では野菜嫌いの方も多く、残食調査では慢性期病棟の残食が目立つため、患者様自ら積極的に野菜を摂取していただけるように、嗜好調査後の簡単な栄養指導では、野菜摂取の大切さを定期的にお話しするようにしています。

長い入院生活では、特に毎日のお食事は楽しみとなります。栄養管理は短時間でその効果が目に見えて表れるものではなく、地味で根気のいる仕事です。私たちの取り組みが患者様の身体の栄養だけでなく、心の栄養にもなってくれば……と願っています。今後も患者様の声を大切にして、満足していただけるようなお食事を提供していきたいと思っています。

リクエスト NO.1 自慢の「散らし寿司」

望月 美穂

給食科

●富士心身リハビリテーション研究所附属病院

所在地：静岡県富士宮市星山1129
 総病床数：210床（精神病床数 210床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年7回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.14

当法人は広大な敷地に病院と介護老人保健施設があり、精神疾患はもとより老化・脳血管障害による患者・利用者さんの社会適応能力を向上させ、社会復帰ができるように治療や精神科的リハビリテーションを行う施設です。病院は外来、入院（精神療養・認知症治療病棟）、精神科デイケアがあります。また、老健は施設入所と通所リハビリ、居宅介護支援事業所を併設していることから相互連携体制が整っており、ニーズに沿ったケアを提供しています。

法人内の食事はすべて1ヵ所で調理しており、多い日は1日1,000食を提供しています。

今回紹介するメニューは年に一度実施している患者さん・利用者さんを対象とした嗜好調査の中で、一番リクエストが多かったお刺身を使用した「散らし寿司」を紹介します。もちろん職員にも人気のあるメニューです。私たち栄養士をはじめ、調理員も散らし寿司の時には特に気合いが入りません。酢飯の具材を煮る煮物番、ご飯を混ぜるご飯番、お刺身を各フロアーに分ける和え物番が協力し合い、調理から盛り付けまで約400食を10人で担当します。

お刺身の提供は食中毒予防のため10月～4月までと決め、地元のお魚屋さんから仕入れていきます。お刺身は新鮮な状態で提供するため、常食の方には切り身を食べやすい大きさにカットしてもらい、刻み食の方はまぐろのたたきであったり、アジやサーモンのたたき等にもなります。酢飯の具材には人参・椎茸・油揚げ・かんぴょうに下味をつけ、一度に7kgのご飯を大きなすし桶に移し替え3回に分けて酢飯を作ります。錦糸卵の黄色、とびっこ・いくらのオレンジ、絹さや・青じその緑、さらにのり・でんぶなどを使用し、



栄養士が具材と彩りのバランスをその都度考え盛り付けています。

副食は静岡特産品のしらすと菜の花の和え物、またゼリーはブルーハワイの青色とホイップの白色で富士山をイメージして作りました。手作りゼリーもそれなりに手間もかかりますが、市販品とは違う味わいと目でも楽しんでいただけることから、人気のある一品です。

主に精神科の入院患者さんは、毎日の食事を何よりも楽しみにされています。そのため私たち栄養士は献立作成にも力が入りますが、入院が長期間に及ぶ方もいらっしゃるため病院の食事に飽きないような工夫も必要です。それで、栄養士は月ごとの担当制にして、毎月バリエーションに富んだ献立になるよう努力しています。そして、施設内においても日本の四季折々を食事を感じていただきたいので、旬の野菜や果物などをたくさん取り入れることにより、これからも患者さん・利用者さんに喜ばれるメニューを考え提供していきたいと思えます。

名古屋めし「味噌かつ」

板垣 奈津子

食養

●桶狭間病院藤田こころケアセンター

所在地：愛知県豊明市栄町南館3-879
総病床数：312床（精神病床数 312床）
給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年10～12回
●カラーグラビア掲載頁：p.14

当院では常食の患者様を対象に、「名古屋めし」と呼ばれるご当地メニューの一つ、味噌かつを給食メニューに取り入れています。

名古屋めしとは、愛知県名古屋市の名物料理を指す造語で大きく5つに分類されます。味噌をベースにした味噌煮込みうどんや味噌かつ、鶏肉をベースにした手羽先、イタリア麺料理をベースにした鉄板ナポリタン、アジア麺料理をベースにした台湾ラーメン、喫茶店メニューをベースにした小倉トーストなどなどたくさん種類があります。

その中から「味噌かつ」を選んだ理由は、年に1回実施している嗜好調査で、「肉料理」「揚げ物料理」は常に人気メニューでもあり、希望する声も多いからです。

味噌かつには、三重県発祥のものと、名古屋発祥の2種類があるそうです。三重県の味噌かつは、さらっとした味噌ソースがかかっておりさっぱりとした味わい。一方、名古屋の味噌かつは、こってり甘めの味噌だれをかけた濃厚な味わい。

当院では、名古屋発祥の甘辛い味噌だれをかけた味噌かつを提供しています。こってり甘辛い味噌だれは、少量でもご飯が進みます。副菜には、愛知県産の白菜を使用した白菜ソテーや、世代を問わず人気のタラモサラダ、ふわふわ卵の優しい味のかきたま汁を提供しています。

これからも、「毎日の食事が楽しみだ」と言っていただけるような病院給食を提供していきたいと思えます。

人気のカレーライス！

竹谷 浩平

給食

●笠寺精治療病院

所在地：愛知県名古屋市長区笠寺町袖ノ木3
 総病床数：180床（精神病床数 180床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年20回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.14

私が当院に入職してから2年半が経ちました。献立に関しては今まで厨房と相談しさまざまなメニューの考案、見直しを行ってきました。この度はその中でも大変人気があり、提供頻度も高いカレーライスを紹介します。

このカレーライスですが、私の入職当時は土曜日に月3回ペースで提供していました。献立のマナー化を防ぐということで月2回ほどのペースにしたところ、患者さんから何故、今日はカレーライスではないの？ カレーライスが食べたいと訴えられることもありました。この一件だけでも人気の高さがうかがえると思います。

提供頻度の高いカレーライスですので、毎回同じ内容というわけではなく、中に入れる肉の種類

を提供ごとに変えそれに合わせて中に入れる調味料も少しずつ変えています。

作り方は高齢者でも食べやすいように材料は細かくカットし油で炒め、軟らかく煮込みます。それから独自の味付けをし、カレーフレークを入れ、さらに煮込んで仕上げます。

器にご飯と福神漬けのをせ病棟に配膳後、食缶に入っているカレールーをかけて提供します。

また、副菜のコールスローサラダですが、千切りにしたキャベツをさっとボイルし、冷水で冷やし、きゅうり、コーン、レーズン、チーズを混ぜマヨネーズを和え、塩こしょうで味を調べて完成です。

カレーライスの副菜はフルーツヨーグルト等、デザートになることもあります。コールスローサラダがカレーに一番よく合うということで人気があります。

給食の調理、メニューでは以下の点に気を付けています。

カレーライスの材料と分量（1人分）

材料	分量
精白米	110
豚小間	35
じゃがいも	70
玉ねぎ	80
人参	40
カレーフレーク1	10
カレーフレーク2	10
和風だし	1
牛乳	5
ケチャップ	5
ウスターソース	4.2
カレー粉	0.15
大豆油	4

コールスローサラダの材料と分量（1人分）

材料	分量
キャベツ	55
きゅうり	10
コーン	10
レーズン	5.5
チーズ（ダイスカット）	5.5
マヨネーズ	8
塩	0.01
こしょう	0.1

当院は調理師が3名在籍していますが、安定した味付けで料理を提供できるように調味料の使用した量を毎日記録しその量を次の料理に反映しています。

そうすることで3名のうち誰が作っても同じ味付けになるようにしています。

定番メニューのカレーライスですが、一昨年それまで種類だけ使用していたカレーフレクの種類を増やしました。

その結果、味が今まで以上に良くなり、職員からの良いフィードバックももらえるようになりました。

評判の良い定番メニューでもそれに甘んじることなく、患者さんにより喜んでもらえるように新しいものを積極的に取り入れ、見直しをする等を行って、これからも精進していきたいと考えています。

赤味噌を使ったタレが美味しい!! 「葵井」

近藤 陽子

診療局栄養部

●京ヶ峰岡田病院

所在地：愛知県額田郡幸田町大字坂崎字石ノ塔8

総病床数：456床（精神病床数 456床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6～8回
●カラーグラビア掲載頁：p.14

当院について

当院は昭和13年に設立し、80年以上の歴史があります。閑静な住宅街と名峰京ヶ峰に囲まれた自然豊かな環境の中にあります。広大な敷地には9病棟456床、他にソーシャルセンター（ホール、図書室、音楽室、料理教室、作業療法室等）、精神科デイナイトケアセンター、喫茶・売店、大グラウンドがあります。

また、現在新病棟を建設中で、2021年4月には厨房も含め、新しく生まれ変わります。

当院の基本理念「一人ひとりの患者さまの幸せのために」の下、私たち栄養部は日々精進しています。患者様の栄養管理はもちろんですが、毎月各病棟の患者様に給食に対する意見や要望を聞き取り、献立に反映できるようにしています。日々の栄養管理で病棟に行った時や毎月の聞き取り、定期的な嗜好調査で「出してほしい給食メニュー」としてよく挙げられる人気メニューには、カレーライスや葵井、焼き豚ラーメン、ミートソーススパゲッティ、ピビンバ、杏仁豆腐等があります（紹介したいメニューはもっとたくさんあります!）。

自慢の給食メニュー「葵井」

今回は人気メニューの一つである「葵井」について紹介します。

「葵井」ってなんだろう?と思う方が多いと思います。私も入職1年目の頃、疑問に思いました。

岡田病院がある愛知県といえば、赤味噌文化です。すぐ隣の岡崎市（当院は最初岡崎市に開院し、その後幸田町に移転開院しました）は「徳川家康生誕の地」であり、八丁味噌の本場です。当院では、赤味噌を使用した甘辛いたれを、サクッとしたとんかつにかけます。みそカツの下に敷いた千切りキャベツとも相性抜群です。徳川家の家紋である「葵紋」から、みそカツの丼を「葵井」と名付けたそうです。三河の地を感じさせる葵井は患者様から大好評です。

入院日数が高い患者様も多いため、人気メニューや新しいメニューを取り入れ、飽きが来ないように心がけています。最近では「世界の料理」として、タッカルビやパエリア、ナシゴレンなどを提供しました。また、旬の食材を使用したり、各都道府県のご当地メニューも取り入れ工夫しています。

これからも栄養面はもちろん、患者様の日々が楽しみになるような給食を提供できるよう、研鑽していきます。

脳健康・活性化に役立つ食材を取り入れた献立

—鰯のみりん干し風・菜花のお浸し・玉子豆腐・果物・ご飯—

竹内 恵美子

栄養部

●上野病院

所在地：三重県伊賀市四十九町2888
 総病床数：410床（精神病床数 410床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年6回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.14

安心で安全であり満足度の高いお食事を提供することをモットーに、残食ゼロを目指し職員が一人丸となり日々業務に励んでいます。

今回は、調理マニュアルさえ見れば、誰にでも同じ状態の料理を作ることのできるコンビオープンによる、鰯のみりん干し風と菜花のお浸しを紹介します。

こんがりと色よく焼けた鰯のみりん干し風は、ご飯によく合い患者様が大変好評です。

鰯のDHA、ごま・れんこんのポリフェノールに加え、春野菜の代表でもあるアブラナ科の菜花にはビタミン・ミネラルが豊富である等、脳健康・活性化に働く食材を豊富に取り入れた献立です。

鰯のみりん干し風

【材料】

開鰯	40 g × 2 枚
みりん風調味料	2 g
料理酒	3 g
三温糖	2 g
だし醤油	4 g
ごま	2 g
三度豆	20 g
食塩	0.1 g
昆布だし	0.1 g
梅花酢れんこん	12 g

【作り方】

- ①開鰯は流水で洗い水分を切る
- ②調味料を合わせ、開鰯を調味液に漬ける
- ③ホテルパンにクッキングシートを敷き、調味液に漬けた開鰯を並べ、ごまを振り250℃に予熱したコンビオープンに投入、コンビスチー

ムモード温度250℃スチーム100%で4～5分焼く

菜花のお浸し

【材料】

菜花	50 g
人参	5 g
花かつお	0.5 g
白だし	3 g

【作り方】

- ①菜花は3cmの長さ、人参は千切りにする
- ②菜花と人参をそれぞれ穴あきホテルパンに入れ、130℃に予熱したコンビオープンに投入、チーミングモード温度130℃スチーム100%で5分加熱する
- ③加熱後、プラスチックラーで芯温20℃付近まで冷却する
- ④菜花と人参を合わせ白だしで味付けし、盛り付けた後に花かつおを天盛りにする

食事は美味しいかそうでないかを視覚から8割判断されるといわれています。そのため、食器購入時にも注意を払い落ち着いた雰囲気や絵柄の無い物を選択し、盛り付けにも気配りを怠らないように努めています。

美味しい物を食べたことは忘れることなく記憶に残ります。

全量召し上がっていただいてこそ栄養評価ができ、患者様の栄養状態を把握し管理していくことに繋がるのではないかと考えています。

良好な栄養状態で快適な療養生活を送っていただけの手助けができるように心のこもった美味しい食事を提供できるように邁進してまいります。

当院のスーパーメニュー

●さわ病院

所在地：大阪府豊中市城山町1丁目9-1
 総病床数：455床（精神病床数 455床）
 給食委託：委託していない

●ほくとクリニック病院

所在地：大阪府大阪市大正区三軒家西1-18-7
 総病床数：50床（精神病床数 50床）
 給食委託：完全委託

玉井 佳奈子

ほくとクリニック病院 食養課

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.15

病院食のイメージは？

「不味い」「味が薄い」「味気ない」等々、真っ先にこんな答えが返ってきそうです……

しかも、その答えは何十年前前から変わっていないのではないのでしょうか。

でも、本当にそうでしょうか？

そうでないことは、私達が一番良く知っています。

そして、一度根付いたイメージを払拭することの大変さも。

当院では、初代理事長以来毎日「理事長検食」を実施しており、管理栄養士が立ち会い、直接ご意見や感想等を頂きます。その際、特に厳しくご意見を頂くメニュー。

それは、開院当初から変わらない病院こだわりのカレーです。基本のビーフカレー、定番のポークカレーにチキンカレー、春野菜や夏野菜などの季節物のカレー、キーマカレーにバターチキンカレーといった、バリエーションに富んだ数々のカレーのメニューがあり、それらは単に具材が違うだけでなく、それぞれのカレーに合わせてルーを調整しているため、味わいが異なります。

これら数あるカレーメニューの中で、今回ご紹介する「ドライカレー」は、ちょっと特別。

考案者である現理事長はじめ、食養課、患者様、病院スタッフ、地域の方々までもが強い思い入れを抱いています。その特別なドライカレー、食べる方は嬉しい限りなのですが、作る方はかなり気合が入ります。当然ながら「いつも変わらず同じ美味しさを提供する」ことに細心の注意を払わな

ければなりません。思い入れが強いメニューに対して、食べる方は敏感。少しの味の違いがたちまち不満にも繋がりがねません。人気メニューだからこそ、満足・不満足が正に表裏一体なのです。

実は当院のドライカレー、当初はカレー味の焼飯でしたが、「学生時代に自由が丘で食べた本格的なドライカレーを患者様にも」という現理事長の強い要望により、現在のスタイルへと変化を遂げています。

門外不出!の秘伝レシピは、理事長も試食に参加し、納得のいくまで改良に改良を重ね完成した自慢の一品。

- ①ルーは一切使用せず、スパイス5種類・カレー粉2種類が味の決め手
- ②お肉は牛ミンチのみを使用し、肉を炒めた後の余分な油は除去（水っぽくなるのを防ぐため）
- ③調味料以外の水分は一切加えず、お肉と野菜のうま味を凝縮
- ④玉ねぎは炒め過ぎず、触感を少し残す
- ⑤カレーをのせる御飯は、白御飯ではなくバターライスで

手間暇かけたドライカレーは、私達にとって大切なメニューの一つとなりました。と同時に、調理師にとっては正に登竜門の存在で、誰もが満足いくドライカレーが作れるようになったら一人前！と、仕事のモチベーションまでも上げてくれる正真正銘のスーパーメニューなのです。

そのスーパーメニューはさらに、病院併設の

“喫茶花林（かりん）”でも同じものが提供され、同じく人気メニューとなっていますので、食べたくなったらいつでも食べられるというこれまた特別扱い。

“城山町のB級グルメ”と称して、近隣病院の院長ご夫妻が食べに来られたり、ドライカレーを食べて下さった方からレシピを聞かれるのも、珍しいことではありません。地域のさまざまな方にも食べていただける…それは、地域と病院とを繋ぐ大切な架け橋でもあるのです。

皆さんは、生きるために食べていますか？ 食べるために生きていますか？

患者様が、「ドライカレーを食べるために、美味しい食事を食べるために生きたい！ 元気になりたい！」なんて思っただけしたら、私達は最高に嬉しい気持ちです。

そして、ドライカレーだけでなく、本当にそう思っただけのような美味しいお食事を提供し

ていくこと、さらには病院食に対する古いイメージを変えていくのが私達の役目であることを、一人ひとりが自覚して日々の仕事に向き合っていきたいと思っています。

※同法人（社会医療法人北斗会）である“さわ病院”と“ほくとクリニック病院”は、互いの距離約15kmであるにもかかわらず、両病院の患者様に同じお食事を提供している。
1997年さわ病院は、「安全性が高い」「省力化ができる」との情報を得ていち早くクックチルを導入。
その後、2008年開院のほくとクリニック病院は、開院当初よりニュークックチルを採用。
開院当初は、外部業者に食事を委託していたが、ほくとクリニック病院の患者様にも、さわ病院の美味しいお食事を提供したい……という現理事長の強い思いで、2010年より、さわ病院で調理したお食事を、1日2回ほくとクリニック病院へ搬送することで、それを実現している。

給食に対する思い

中村 友紀 新川 優

栄養給食室

●新阿武山病院

所在地：大阪府高槻市奈佐原4-10-1
 総病床数：273床（精神病床数 273床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年1回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.15

食事は食べていただいて初めて栄養になるものと考えます。また、入院生活において食事を最も楽しみにしている患者さんも多いので、その思いにも応えたいと思っています。当院の給食では、週2回昼食時にご馳走メニューとして1回は麺類を、もう1回はカレーライスや親子丼、炊き込みご飯などの味付ご飯を提供しています。旬の食材の使用や、行事食で四季折々の季節を感じていただいたり、患者さんに食べてほしい、栄養士自身も食べたいと思う献立を取り入れるようにしています。そして、おいしく食べていただく中にも、揚げ物は食べてもいいけど1週間に2回くらいに、揚げ物を食べるときはマヨネーズの小鉢と一緒に食べないようになど、食べ合わせや栄養バランスを考慮した献立を取り入れることで、日々提供している給食が患者さんの食事のお手本となることを目指しています。

ご紹介する「天津飯」は行事食の提供がない月にその代わりとなる献立が何かないかと話し合った時に、調理師の得意とする料理が中華料理というところから提案をしてもらいました。当院では、卵とじや炒り卵、ゆで卵を使ったおかずや卵よせなどの定番メニュー以外にも、冬には温かい茶碗蒸し、夏には冷たい卵豆腐やスチームコンベクションでやわらかく卵を蒸してから粗めにつぶしてふわふわのスクランブルエッグ風として提供したり、それをチキンライスの上のせたオムライス風など、大量調理でも提供ができる形で工夫をしながら患者さんに喜んでいただけるおいしい卵料

<天津飯>

材料（1人分）
 米飯 200 g
 卵 90 g
 かにかまフレーク 20 g
 青ねぎ 5 g
 塩こしょう 少々
 サラダ油 10 g

天津飯の餡

水 180 g
 鶏ガラスープの素 2 g
 中華だし 2 g
 和風だし 1 g
 濃口醤油 3 g
 おろししょうが 2 g
 ごま油 1 g
 砂糖 2 g
 片栗粉 4 g
 山椒 少々

理の提供に努めてきました。

今回の「天津飯」は1枚1枚中華鍋で卵を焼くため、調理時間が限られている中での提供が難しい献立の一つですが、既製品では味わえない、手作りの本格的な料理を食べてほしいという思いから、献立に取り入れることになりました（油、味付けした溶き卵と具材を一人前ずつ中華鍋に入れては手早く、空気を含ませながら焼いていき、盛り付けしたご飯にのせるという作業は大量調理ではとても大変です）。調理の面ではしっかり加熱

することなど、衛生面に留意しつつ卵をやわらかく仕上げてもらふこと、盛り付けの面ではご飯がふやけないように最後に餡をかけるなど、安全においしく食べていただけるようにしています。そして天津飯は餡も味の決め手となります。関東では醤油やケチャップに酢を足した甘酢餡が一般的のようですが、関西では醤油や塩であっさりとした味の餡をかけます。調理師のおススメで、餡に少し山椒粉で風味をつけているところがポイントです。油の香ばしい香りと味がするやわらかい卵

とたっぷりの餡がご飯に絡んで食べる天津飯はとてもおいしいです。使用している食材はシンプルですが、栄養給食スタッフ全員の思いがこもった天津飯は、「また給食で出してほしい!」と患者さんや職員からも大好評です。

今後も栄養バランスがよく、患者さんの笑顔が増えるような安全で美味しい食事の提供に努め、「食」を通して患者さんの心と身体の健康に寄与していきたいと思えます。

カレーうどん

植村 明子

栄養課

●楓こころのホスピタル

所在地：大阪府泉佐野市中庄1025
 総病床数：150床（精神病床数 150床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年7回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.15

当院の給食は直営で、入院患者様 150 名の食事を提供しています。昼食はそれに加えデイケア利用者様約 50 食と職員約 50 ～ 60 食も提供しています。手作りの献立が多いことも知られており、「ここの給食は美味しい！」と患者様からも職員からも評判が良く、「ごはんが美味しいからここに入院した」という患者様からの声も聞かれます。また、私たち管理栄養士が病棟に献立表を掲示しに行くと、患者様から「今週の〇〇が美味しかった！」「来週どんなメニューがある？」と聞かれます。患者様はもちろん病棟職員も一緒に献立を見ながらあれこれと話をしているところを見ると、食事が人に楽しみや喜びを与えていることを実感しますし、改めて私たち栄養課のやりがいはこちらにある！と大変な励みとなっています。

自慢の給食メニューはいくつもあるのですが、今回ご紹介させていただくのは、カレーうどんです。当院は毎週水曜日を麺の日として設定しており、1年を通しさまざまな種類の麺類が出る中で、完全手作りのカレーうどんは患者様に限らず、職員からも大変人気があります。

このカレーうどんは色々な具材がたっぷり入ることで辛味の中にも甘味・旨味が詰まり、簡単な調味料しか使用していない馴染みある味が人気の秘訣かもしれません。

最後に、当院は「大阪版食の安全安心認証制度」の認証を取得しています。美味しさは当たり前。その大前提に安全・安心があることを肝に銘じ、栄養課職員一丸となって今後も「今日も美味

しかった！」と笑顔で満足していただける食事提供に努めたいと思っています。

材料	分量
うどん（1玉 150 g）	1 玉
牛肉	25 g
人参	15 g
玉ねぎ	90 g
青ねぎ	10 g
しめじ	10 g
油	適量
カレー粉	2.5 g
和風だし	2.5 g
塩	0.5 g
こしょう	0.2 g
砂糖	1 g
醤油	5 g
薄口醤油	3 g
ソース	4 g
片栗粉	5 g

ねや川サナトリウムのタンドリーチキン

高井 友里栄

栄養管理課

●ねや川サナトリウム

所在地：大阪府寝屋川市寝屋川公園2370-6

総病床数：267床（精神病床数 267床）

給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年6回
●カラーグラビア掲載頁：p.15

当院は昭和40年に開設され、現在267床を有し、当時から「いっしょにがんばろうよ」のスローガンの下、入院生活が長くなりがちな患者さんに家庭的な食事の楽しみを感じていただくことをモットーに運営してきました。

献立作成を行う上で栄養価を守るのはもちろんのこと、食事を楽しみにしていただくことを常に目標にしており、外出・外泊が思うようにできない患者様が多い中、病院食というよりは少しでも外食や家で食事をしている感覚を味わっていただければとの思いで、和洋中の献立をまんべんなく取り入れております。

嗜好調査の結果、好きなメニューに必ず上がるのが、お好み焼きや麺類、丼物などです。お好み焼きがおかずになるのは大阪ならではかもしれません。中でも大人気なのがやはりカレーライスです。しかし、カレーライスばかりを提供するわけにもいかないので、考えられたのが今回紹介させていただく「タンドリーチキン」です。

5年前から調理業務を株式会社LEOCに全面委託することになり、新しく考案してもらったメニューです。

調理の工夫

調理師と栄養士で試行錯誤して完成させた配分で鶏肉を漬け込んでじっくり焼き上げます。カレーのスパイスは効かせつつ、ヨーグルトでマイルドさもしっかり残しており、また、味付けだけでなく鶏肉の焼き方にも一工夫あります。調理師がプロの技を駆使し、スチームコンベクションの温度、湿度、焼き時間の調整のみでふっくらジューシーな柔らかい鶏肉に仕上げています。鶏肉は調理の仕方次第では硬い、パサパサしている、美味しくないと指摘を頂くことの多い食材ですが、そのような指摘を頂いたことがないのも自慢の一つです。硬い鶏肉は誤嚥や窒息の可能性もあるので、美味しさと同時に安全性も提供できていると自負しています。どの年代の方でも飽きずに食べていただける自慢のタンドリーチキンです。

嗜好調査の他にも、入院中の患者様からは取り入れてほしいメニューの希望が上がりますが、そのご意見が実現するように病院管理栄養士とLEOCの管理栄養士とで調整するようにしています。先日も患者様に「希望を聞いてくれてありがとう」と言っていただきました。

これからも患者様に喜んでいただけるメニュー作成にチャレンジしていきたいと思っております。

【材料】 (1人分)

鶏もも切り身……………80g
ヨーグルト……………15g
ケチャップ……………3g
カレー粉……………1g
にんにく、しょうが、砂糖、食塩、こしょう、濃口醤油、シナモン、ターメリック、ナツメグ、サラダ油

【作り方】

- ①調味料類を合わせておく。
- ②鶏肉に塩・こしょうをよく揉みこみ、①に1時間程度漬け込む。
- ③ホテルパンに②を重ならないように並べ、コンビ185℃、加湿30%で12分焼く。

やさしい和風マーボー豆腐丼

塩本 由依

栄養課

●浜寺病院

所在地：大阪府高石市東羽衣7-10-39
 総病床数：696床（精神病床数 696床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年6回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.15

はじめに

当院は大阪府南部の公園や緑地に囲まれた場所に位置し、病床数696床（11病棟）に加え、デイ・ナイトケアを設置しています。給食運営は直営であり、入院患者以外にデイ・ナイトケア、職員の食事を提供しています。2018年に新厨房が完成し、第3期建設中の新病棟は2020年8月完成予定です。

和風マーボー豆腐丼

栄養委員会に出席する副理事長から、「丼物は食べやすく、中華料理も人気だからマーボー豆腐を丼物にしてみてもは？」と提案がありマーボー豆腐丼の試作を開始しました。マーボー豆腐丼に合う豆腐を決めるため、田舎木綿豆腐、木綿豆腐、ソフト豆腐の3種類をそれぞれカットし、スチームで蒸しました。田舎木綿豆腐は弾力のある硬い豆腐になり、ソフト豆腐はホテルパンに巨大な豆腐が出来上がったかのようになり、ともに失敗でした。木綿豆腐は煮込んでも崩れにくく、食感も丁度良い状態に仕上がりました。豆腐は1丁を36等分にカットし、食べ応えのある大きさにし、食形態によっては木綿豆腐は硬すぎるため、ソフト豆腐を使用して、調味料も変えるなど配慮しています。

料理の基本のだしは昆布と厚削り節からじっくり取った合わせだしを使用しています。合わせだしを使った料理は風味を豊かにし、旨みが増します。マーボー豆腐丼にも合わせだしを使用することで、コクがプラスされ味に奥行きができました。中華料理の辛いマーボー豆腐ではなく、やさしい和風マーボー豆腐丼が誕生しました。

メニューに登場するとすぐに患者様より「おい

表 マーボー豆腐の材料と分量（1人分）（g）

木綿豆腐	100
合挽肉	40
玉ねぎ	80
人参	15
青ねぎ	5
マーボー豆腐の素	25
合わせだし、濃口醤油、オイスターソース 三温糖、ごま油、片栗粉	

【作り方】

- ①カットした豆腐をスチームで蒸す
- ②蒸し終わったら水気を切る
- ③回転釜で合挽肉を炒め、玉ねぎ、人参を炒める
- ④豆腐を入れ、合わせだし、調味料を入れ煮込む
- ⑤ごま油で風味付けし、水溶き片栗粉でとろみをつける

しかった」という声を頂きました。新メニューの反応は早く、患者様や職員から直接感想を聞くことができ、やりがいを感じるとともにメニューのさらなる改良へとつなげていくことができます。

おわりに

患者様からの要望や職員からの意見を生かせるよう、当院の食事はサイクルメニューを使用していません。季節のメニューや新メニュー等、患者様の要望にできるだけ応えられるよう調理員と試作を重ねています。これからも患者様に「おいしかったよ」と声をかけてもらえるように日々努力していきたいと思っております。

おいしい自家製野菜がたっぷりのメニュー

田中 満理菜

栄養科

●水間病院

所在地：大阪府貝塚市水間51
 総病床数：541床（精神病床数 541床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.15

当院は、大阪府南部の四季折々の自然を感じられる高台に位置し、病床数541床、9病棟（内4病棟は慢性期に対応した精神療養病棟、3病棟は急性期を中心とした精神一般病棟、2病棟は認知症治療病棟）で構成されている病院です。他にも介護老人保健施設、診療所、訪問看護、障害福祉サービス、看護学校、リハビリテーション大学等、幅広く精神領域に取り組む当グループが携わるものの一つに農地の経営があり、その農地でとれた旬の新鮮な作物を使用して患者様の食事の提供を行っています。

イネーブルガーデンと呼ばれるその農地では、温州みかん、甘夏、デコポン等の柑橘類や、全国的にも有名な泉州の水ナス、玉ねぎ等が栽培され、

春には貝塚産の筍を朝掘りして出荷しています。また、自然農法の梅林で採れた大きな梅を、昔ながらの製法で天日干しにし、梅干に加工しています。少々野菜の形が不揃いだったりしますが、農薬をできるだけ減らし、安全で美味しい作物ができるよう努力されています。

そんな栽培方法にもこだわった自然溢れる農地から、春は玉ねぎ、じゃがいも、キャベツ、秋にはお米、冬には白菜や大根といったさまざまな旬の野菜たちが連日厨房に納品され、季節の移ろいを私たち栄養士自身も感じさせてもらえます。中でも毎年秋に届く新米は、お米の違いに敏感な当院の栄養士の舌をも唸らせる逸品です。

季節の香りを患者様にも届けるべく、心を込め

表 献立の材料（1人分）

ちゃんこ鍋	(g)	チーズタッカルビ風	(g)
鶏団子	45	鶏もも肉	50
鶏もも肉	30	キャベツ	70
白菜	70	玉ねぎ	50
大根	40	もやし	40
人参	20	しめじ	20
ごぼう	10	白ねぎ	20
生しいたけ	10	キムチ	20
うす揚げ	10	植物油	2
和風だし	0.8	中華だし	0.5
醤油	10	味噌	8
料理酒	5	砂糖	4
みりん	3	料理酒	3
砂糖	2	ごま油	2
		とろけるチーズ	10

て作られた野菜の残食が少しでも出ないように、食べてもらえるようにと献立を試行錯誤し、季節に合わせたメニューを提供する中で今回ご紹介するのは、寒い冬に嬉しいちゃんこ鍋です。

採れたて新鮮な白菜や大根、その他人参、しいたけ、ごぼうといった野菜を鶏団子、鶏もも肉、油揚げとともに和風の味付けで煮込みます。鶏のうま味が染みこみ、やわらかく炊き上がった野菜たちは、普段野菜を好んで召し上がらない患者様にも好評です。

また、メニューの飽きが来ないように、かつ野菜もたくさん召し上がっていただけるよう考案された、チーズタッカルビ風も人気があります。農地

でとれたキャベツや玉ねぎに加え、もやし、しめじ、白ねぎ、一口大にカットした鶏もも肉をキムチとともに炒め、味噌味で仕上げます。それをホテルパンに並べ、上から満遍なく敷きつめたチーズをスチームコンベクションオーブンでトロリと溶かせば完成です。

時には「野菜は嫌いだ」と全く手をつけずに箸を止めてしまう方がおられたり、メニューに対して厳しい意見を頂くこともあります。せっかくの美味しい野菜を無駄にしないために、何より患者様にとって食事の時間が楽しいひと時になるように、これからもメニューの改良、考案に努めていきたいと考えています。

イカのカリント揚げ

松尾 早苗

栄養科

●美原病院

所在地：大阪府堺市美原区今井380
 総病床数：452床（精神病床数 452床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年12回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.16

イカのカリント揚げは、当院でとても人気のメニューです。1年の献立は通常季節ごとにサイクルメニューにしていますが、イカのカリント揚げはそういった理由から通年提供しています。

職員食でも人気があり、家でも作りたいからレシピを教えてほしいとよく聞かれます。

イカのカリント揚げは、特別な調味料も必要なく作り方もとても簡単なのですが、イカの旨味もあってとても美味しく「本当にそれだけの調味料しか使ってないの？」とレシピを教えた職員から言われます。

また、長期に入院されているある患者様からは、病棟で会うたびに「カリント揚げ最高」「また出してね」と声をかけてくれます。30年以上前はクジラを使って作っていたためカリントに色や形が似ているのでカリント揚げという名前で提供していたようですが、クジラが一般的ではなくなりイカを使うようになったようです。

なぜイカを使うことになったのかは分かりませんが、長く当院ではイカのカリント揚げが定番となっています。最近は豚肉を使うこともありますが、そちらもとても美味しいです。

イカの種類はロールイカを使用していますが、

(材料) 1人分

ロールイカ	90 g
片栗粉	9 g
揚げ油	
ケチャップ	10 g
ウスターソース	7 g
(添え)	
レタス	15 g

(作り方)

- ①イカは5cm長さの短冊に切る
- ②片栗粉をまぶして揚げる
- ③ケチャップとソースを混ぜる
- ④揚げたイカをバットに入れ
- ⑤③のソースを全体に絡める
- ⑥レタスを添えた皿に盛りつける

価格も安定しているので使いやすいです。魚料理は嗜好調査をしてもあまり人気がないですが、イカは好きと話される方も多く残食も少ないです。ただイカは硬く軟菜食の方には不向きな食材で提供できていませんでしたが、最近は柔らかい素材のイカもあるため軟菜食にも提供できるようになり、軟菜食の方にも喜んでもらっています。

豆乳味噌ラーメンと茄子の辛子和え

松山 しげり

栄養課

● 藍野花園病院

所在地：大阪府茨木市花園2-6-1
 総病床数：606床（精神病床数 606床）
 給食委託：完全委託

● 応募メニュー提供頻度：年5回
 ● カラーグラビア掲載頁：p.16

当院は606床で給食業務は日清医療食品（株）に全面委託しています。病院には3名の管理栄養士、委託会社スタッフは33名所属しています。入院患者さんは高齢化しているものの、給食を提供している方の約97%が経口摂取しています。閉鎖病棟内での患者さんの限られた生活の中での楽しみは“食事”が一番と言えます。

最近の人気メニュー2品を紹介します。精神科の患者さんはラーメンやうどん等の麺類をととても好まれます。当院は麺の量を半玉にして週2回麺類メニューを取り入れています。塩分の使用が厳しい中、この豆乳味噌ラーメンは塩分量約2.8gで

すが豆乳のコクと豆板醤の辛味で患者さんから好評なメニューです。また、大豆製品の使用方法が難しいこともあり、一度に100g使えることも大きなメリットです。2品目のなすの辛子和えは、からしが味をひきしめていて食欲をそそる1品となっています。

今後、ますます減塩に取り組んでいかななくてはならない状況ですが、香味料や香辛料等を利用し、患者さんに「美味しい」と言っていただけるよう食事を提供していきたいと委託側栄養士共々、日々業務に取り組んでいます。

豆乳味噌ラーメン（1人分）

- | | | |
|----------------|----------------|-----------|
| ・冷凍ラーメン 100 g | ・チンゲン菜 40 g | ・豆乳 100 g |
| ・豚ミンチ 40 g | ・コーン 30 g | ・水 120 g |
| ・おろししょうが 0.2 g | ・太もやし 40 g | |
| ・赤だし味噌 2 g | ・青ねぎ 5 g | |
| ・砂糖 1.5 g | ・ラーメンだれ味噌 15 g | |
| ・酒 2 g | ・鶏がらスープ 1 g | |
| ・濃口醤油 1 g | ・すりごま 1 g | |
| ・豆板醤 0.2 g | ・こしょう 少々 | |

☆作り方のポイント

肉味噌はしっかり煮炒めておくと香りも味も際立つ！

茄子の辛子和え（1人分）

- ・冷凍素あげ茄子 70 g
- ・小松菜 10 g
- ・粉からし 0.5 g
- ・水 1 g
- ・味噌 4 g
- ・濃口醤油 1 g
- ・砂糖 2 g
- ・みりん 1 g

☆作り方のポイント

冷凍素あげ茄子は蒸すと油もおち、崩れない！

仁泉伝統の味「ちらし寿司」

小林 亮子

栄養課

●赤穂仁泉病院

所在地：兵庫県赤穂市浜市408
 総病床数：242床（精神病床数 242床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年12回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.16

当院は兵庫県の西南端、岡山県との県境にあり、忠臣蔵でも知られている赤穂市にあります。山と海に恵まれて気候は温暖で、比較的雨の少ない環境の中にあります。

昭和38年開院し、57周年を迎えました。

病床数242床（精神療養、精神一般、認知症）、社会復帰施設はデイケア（定員50人）、地域活動支援センターさんぽみち、就労支援センターSORA（就労継続支援B型25人、就労移行支援事業6人）、グループホーム（5カ所35人）があります。

栄養課は、2002年に厨房を新築し、オール電化で涼しく働きやすい環境となりました。調理機器は2台のスチームコンベクションオーブン、ブラストチラー、真空調理器、スーベークッカーなどを導入して、毎日フル稼働しております。調理師は使い方に慣れ、焼き加減や蒸し加減の調整も上手になりました。

当院の給食は、家庭的な雰囲気味わえるように、できるだけ手作りで「美味しい！」と笑顔で食べていただけることを目指しています。

1年を通して、季節を感じていただけるよう旬の献立を取り入れています。

春の献立には、筍ご飯、山菜おこわ、ロールキャベツ、あさり汁、木の芽和えなどがあります。木の芽和えは、筍、ほうれん草、木の芽は生を利用し、砂糖、味噌で味付けると、ほのかな木の芽の香りに春を感じます。

夏は、冷たくさっぱりとした冷やしそうめん、冷麺、冷やしうどんなどがあります。最近、ますます高騰しておりますが、土用の丑の日には、うなぎの蒲焼を食べていただいております。また、塩分にも気を付けながらですが、自家製の梅干し

やぬか漬けで食欲をそそります。

秋は、松茸ご飯、栗ご飯、さんまの塩焼き、なすのはさみ揚げなどがあります。なすのはさみ揚げは、なすにハンバーグ種をはさみ、天ぷら衣をつけて揚げ、おろし大根と天つゆをかけています。とても食べ応えがあって、患者様に好評です。

冬は、お刺身、茶わん蒸しなどがあります。刺身は、直営ならではの献立です。昔から取り引きしている地元の魚屋さんから新鮮なブリをさばいしてもらい、仕入れています。最近、新メニューとして、ネギトロ丼が出来ました。新鮮なトロにねぎを混ぜ、副菜には長芋のすりおろしとオクラのおかか和えを添えて、刺身が食べにくいきざみ食の患者様にも常食の患者様と同じ献立を食べていただき、とても満足しております。

通年好評なメニューは、ちらし寿司、カレーライス、お好み焼き、豚肉の生姜焼きなどです。毎月1日は、ちらし寿司の日としています。開院以来の定番メニューです。食材の改良を少しずつ重ねながら、こだわりの味を現在にも引き継いでおります。酢飯に海老、ごぼう、凍り豆腐、人参、インゲンなどを混ぜ、トッピングには、地元魚屋さん特製の付け焼き穴子を贅沢にのせ、手作りの錦糸卵の彩りがより一層美味しさを引き立てます。

昼食時病棟を訪問すると、患者様が「今日のちらし寿司美味しかったわあ！」とニコニコ笑顔で話しかけて下さり、会話が弾みます。

美味しい食事は、こころの栄養です。

病院の食事は、治療の一環としての役割を果たし、患者様の栄養に配慮することが大切です。さらに、食事を楽しみにしてくださる患者様の思いに寄り添い、笑顔にする「おいしい給食づくり」に栄養課みんなで協力し、励んでいます。

関西ナ風担々麺 !!

森 裕子

栄養課

● 関西青少年サナトリウム

所在地：兵庫県神戸市西区岩岡町西脇838
 総病床数：394床（精神病床数 394床）
 給食委託：完全委託

● 応募メニュー提供頻度：年5回
 ● カラーグラビア掲載頁：p.16

当院では安全、安心で美味しい食事を、また楽しみながら召し上がっていただけるように、行事食や季節のメニュー、新メニューの導入などに力を入れています。

関西青少年サナトリウムは、明石海峡大橋のぞむ神戸という立地にあり、多国籍の料理に接する機会も多い環境です。今回ご紹介するのは、最近メジャーになりました担々麺。麺類は患者様の人気のメニューです。それをなんとか召し上がっていただくのと試行錯誤し、辛さは控えめながら、胡麻の甘みとまるやかさがしっかり効いた担々麺が出来上がりましたのでご紹介いたします（ちなみに軟菜食の方には、辛くない担々うどんを提供しております）。嗜好調査での患者様の評

価も高く、「美味しかった」「また食べたいよ」とのお声を頂いております。好評の中、献立に取り入れるたびにより良い物をと、アレンジを続けています。また、当院は394床のため、麺類メニュー当日の現場はさながら運動会のようなのですが、患者様に温かく、美味しく食べていただくこととスタッフ一同奮闘しています。

担々麺は胡麻をしっかり摂ることのできる献立でもあります。胡麻は栄養価的にも優れた食材です。不飽和脂肪酸、カルシウム、鉄分、食物繊維が豊富ですが、なかなか摂取するのが難しく、ワンパターン的なメニューに（〇〇の胡麻和え）になりがちです。当院の担々麺は肉みそと、スープの両方に胡麻を入れることによって風味が増し、ス

担々麺

(g)

食品名	数量	食品名	数量
中華めん	140	醤油	1
豚ミンチ	50	みりん	2
玉ねぎ	40	青梗菜	30
白ねぎ	20	油	0.1
人参	10	塩	0.1
おろししょうが	1	こしょう	0.01
豆板醤	1	味噌ラーメン スープ	20
白ごま	10	白ごま	30
ごま油	0.1	無調整豆乳	50

献立表

ご飯
 担々麺
 白菜の煮物オクラの和え物
 セノビーゼリー

ープに豆乳を入れることで濃厚さも出ます。また胡麻はそのままでは、吸収率が悪いのですが、ブレンダーを使用して外皮を粉碎してから使用するため、吸収率もアップします。

厚生労働省の「日本人の食事摂取基準 2020」のガイドラインに基づいて献立作成をし、食事を

提供しておりますが、食べていただくことができないければ意味がありません。お食事は患者様の毎日の楽しみの一つでもあり、美味しかったと言っただけのような食事作りを続けていきたいと思っております。

手作り揚げ豆腐の風味団子

児島 政子

栄養課

●神戸白鷺病院

所在地：兵庫県神戸市西区神出町小東野9-94
 総病床数：278床（精神病床数 278床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年8回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.16

はじめに

医療法人敬性会神戸白鷺病院は、兵庫県神戸市西区に位置し、広大な敷地と自然豊かな土地で花や緑の美しい環境です。

病院の概要

当院は昭和38年に開院し、病床数278床（精神一般3棟160床・精神療養2棟118床）付属施設として精神科デイ・ケア、グループホーム（しらさぎ苑）があります。

当院のおすすめメニュー

当院では普段のメニューに加え、行事食やさまざまな工夫を凝らしていますが、今回は普段のメニューの中からたんぱく質が多く栄養価の高いメニューをご紹介します。

【揚げ豆腐の風味団子】

まず、木綿豆腐の水気を切って手でくずします。次に豆腐に下味をつけて馴染ませます。

その中に玉子、鶏と大豆ミンチ、みじん切りした干しいたけ、ねぎ、紅しょうが（汁も入れる）を入れ混ぜ合わせて、片栗粉を入れて硬さを調整します。出来上がった具材を2cm位の大きさの団子状に丸めて、油で揚げます。1個ずつ丸めて調理するので大変手間のかかる料理ですが、手際よく作業しています。中心まで火が通り、キツネ色になるまで油で揚げます。出来上がりに人参と絹さやの入ったあんをかけ、彩り良く仕上げます。豆腐で作っているのではふわふわで素朴な味わいの中に紅しょうがの風味が利いて、とても

メニュー

揚げ豆腐の風味団子
 温野菜
 煮浸し
 和え物
 ふりかけ

材料

木綿豆腐	100 g
ねぎ	5 g
干し椎茸	0.5 g
鶏ミンチ	15 g
大豆ミンチ	5 g
紅しょうが	3 g
卵	10 g
塩・酒・醤油・片栗粉	

栄養価

エネルギー	220kcal
蛋白質	14.2 g

美味しいです。大根おろしと合わせたり、あんや団子に入れる具の中身を変えたり、味を変えたりとアレンジしやすいメニューです。

昨今、冷凍食品を使う割合が多くなっていますが、このような素材でヘルシーな手作りメニューも大切にしていきたいです。

患者様に嗜好調査を実施しますが、人気メニュー

は1位カレー，2位麺類，3位寿司で，揚げもの（先ほど紹介した揚げ豆腐も含まれます）や肉料理も人気です。他にも多くの意見を記入して下さいます。その結果をもとにメニュー作りや調理の工夫をしています。

毎日，昼食時に病棟に訪問しますが，喫食率も良く残食は非常に少ないです。

食形態については粗キザミ・キザミ・ムース・ミキサーなどがあり，患者様ごとに合った形態を検討し提供しています。食事変更があった時やお

試しで違う形態の食事を提供する時は，できる限り咀嚼や嚥下等を看護スタッフと確認します。当院では医師も食事について大変関心を持っており，時には医師も一緒に評価します。検食においても率直な意見が上がり，管理栄養士，調理師のやる気やモチベーションに繋がっています。

これからも毎日のお食事はもちろん，行事食にも力を入れて，安心，安全で患者様に満足していただけるように努力していきたいと思えます。

ご当地メニュー「ぼっかけうどん」

二川 裕美

栄養科

●新生病院

所在地：兵庫県神戸市西区伊川谷町潤和字横尾238-475

総病床数：180床（精神病床数 180床）

給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年2～3回
●カラグラフィ掲載頁：p.16

当院は平成16年2月に神戸市中央区から西区に移転し、地域に根付いた精神科医療を行うべく日々努めております。当院所在の神戸市には自慢のご当地メニュー「ぼっかけ」という料理があります。神戸市長田区が発祥の「ぼっかけ」は、牛すじ肉とコンニャクを甘辛くじっくり煮込んだ神戸自慢のメニューです。その「ぼっかけ」をうどんにトッピングした「ぼっかけうどん」をご紹介しますと思います。

現代は、ストレス社会、超高齢者社会といわれ、心の病や認知症の方は増加傾向にあります。それにより、入院を必要とされる方も増加傾向にありますが、入院される患者様は遠方からもいらっしゃいます。入院中に少しでも神戸の食文化を味わっていただきたいという思いで献立に入れました。牛すじ肉を使用するという、病院では珍しいメニューになるのではないのかと思われまます。「ぼっかけ」をご存じでない患者様からすると、これはどんな食事なのだろうと不思議に思われる方もいらっしゃいますが、当院では毎月「栄養だより」を作成しており、珍しいメニューや季節のメニューを分かりやすく掲示させていただいています。ホームページにもアップして入院中にどのようなお食事が出ているのかも発信しています。「ぼっかけ」を美味しく食べていただくには、牛すじ肉をいかに軟らかく仕上げるかがポイントになります。これが硬くなってしまうと美味しくても食べにくいものとなってしまいます。入院されている患者様の中には食事をする気力がない方や嚙む力が弱まっている方もいらっしゃいますが、どの患者様も普通に食事ができることが一番かと思えます。そんな方にも極力食べていただけるように、じっ

くり炊き込みを行っています。下処理の段階でまず、小さめにカットします。食べやすさも考慮して、小さくすることで火の通りを良くします。実際の「ぼっかけ」は、濃く味付けされていますが、同じようにすると塩分が高くなってしまいます。病院のお食事は摂取基準のある治療食なので塩分制限があり、あまりこってりと甘辛くすることは不可能ですが、うどんのトッピングとしてぴったりで薬味の青ねぎともよく合い、とても好評なメニューとなっています。「ぼっかけ」は、うどんの他にも、お好み焼きや焼きそばに入れたり、そのままご飯にのせてぼっかけ丼としたりとさまざまなメニューで親しまれています。うどんが甘辛い味になっていますので、デザートに100%のオレンジジュースを使用した寒天を提供しました。当院の寒天は舌でも潰せるくらいの絶妙な硬さに調理されています。甘辛い「ぼっかけうどん」とさっぱりと酸味のある「オレンジ寒天」がよく合い好評なメニューとなっています。

ある時、掲示された献立表や栄養だよりをじっと見ている患者様にお声がけをすると「これも、これも、これも美味しそうで楽しみで仕方ない」と言っていたが、日々試行錯誤している栄養科にとってとても喜ばしいことでした。食事摂取基準や食品構成といった病院として守らなければならないものがさまざまあり、病院のお食事は簡単にメニューが決められるものではありません。さらに調理方法、盛り付け方法、全体の味のバランスといった網目のように考えなければいけないことが多くある中で出来上がっているものが病院の献立です。食べていただける美味しい治療食を目指して今後も日々努力していきたいと思えます。

日常的な昼食

上杉 祐規

栄養課

●姫路北病院

所在地：兵庫県神崎郡福崎町南田原1134-2
 総病床数：322床（精神病床数 322床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.17

当院は手作りで家庭的なメニューの提供を心掛け、さらには在宅へ戻られた際に患者さまが参考にして調理できるようなシンプルな献立を目指しています。

1日の食数は常食が約260食、軟菜食が約330食（内、刻みが100食、極小刻みが100食、ミキサー食が60食）、エネルギーコントロール食（糖尿病、脂質異常症対応）が約120食、高血圧食が約30食、流動食が約40食です。

精神科デイケアに約35食、重度認知デイケアに約30食を月曜日から土曜日の昼食に提供しています。

患者さまの高齢化に伴い常食が減り、高血圧食、極小刻みやミキサー食、流動食が増えています。

右図は当院の厨房です。昭和建築で、厨房形態



はウェットです。

スチームコンベクションオーブンが2台、回転窯3台、ガスコンロが10口あります。

1日約800食をこの厨房で支えています。

ボリューム満点！ 野菜も摂れるロコモコ丼！

上山 智子

栄養科

● 湊川病院

所在地：兵庫県神戸市兵庫区湊川町3-13-20

総病床数：300床（精神病床数 300床）

給食委託：完全委託

● 応募メニュー提供頻度：年2回
● カラーグラビア掲載頁：p.17

神戸は古くから世界との玄関口として開かれてきた国際都市です。都会的なイメージが強いかと思いますが、市街地からわずかに数キロメートル圏内には美しい海と雄大な六甲山を有する自然豊かな面も併せ持っており、とても暮らしやすい街です。

湊川病院はその神戸のほぼ中心に位置し、地域に向けて開かれた市街地型の精神科病院として発展してきました。早くから病院の開放化に努め、入院中心から外来中心の医療へ、さらには地域医療へと方向性を求めて今日に至っています。

さて、当院の自慢の給食メニューですが、「ロコモコ丼」をご紹介します。

「ロコモコ丼」はハワイ料理の一つで、白いご飯の上にハンバーグと目玉焼きをのせ、トマトやレタスなどの生野菜を添え、グレイビーソースをかけたものが一般的ですが、当院では患者様がより食べやすく、見た目にも楽しめるように工夫しています。

まず生野菜はシャキッとした食感が新鮮で良いのですが、量を多く食べることが難しいという方もいらっしゃるかもしれません。また、当院では温冷配膳車を用いての適温給食を実施しておりますので、加熱調理した温野菜へと変更しています。カラーグラビア写真では、ほうれん草と玉ねぎ、ベーコンのソテーをのせています。ただ野菜をソテーするのではなく、ベーコンを加えるのがポイントです。ボリューム感が出ますし、野菜嫌いな方もベーコンの旨味が加わることによって食べやすくなり、

丼メニューで不足しがちな野菜をたくさん食べることができます。

次にソースですが、ケチャップやウスターソース、コンソメなどさまざまな調味料を合わせて作った特製ソースをたっぷりかけます。ソースの量を増やすとどうしても塩分量が多くなってしまいますが、組み合わせる献立をスープから塩分量の少ない小鉢に変更したり、1日を通した献立で塩分量を調整したりと工夫しています。

みんな大好きなハンバーグと目玉焼き、見た目にも楽しくなるように人参は星形に抜いてトッピングします。

病棟に配膳されて、患者様が丼の蓋を取る時には「うわあ〜！」と嬉しそうな表情が見られます。見た瞬間に口の中に頬張りたくなる、そんな食欲をそそるロコモコ丼です。

病院の食事は栄養バランスや食品構成を考えた治療食です。しかしながら、患者さんにとっては、「今日の献立はなにかな?」「あんなもの、こんなものが食べたいな」と、楽しみの場でもあります。日本人の食事摂取基準に沿った院内食事基準の栄養量を満たしつつ、患者様に喜んでいただける食事を提供することは、時に難しいこともあります。特に塩分量にはいつも悩まされます。丼物や麺類など、人気メニューほど塩分量が多いのです。患者様に喜んでいただけるメニューは、栄養士にとってはいかに塩分量を下げるかの戦いでもあるのです。とても悩ましいのですが、同時にとても楽しい作業でもあります。考えに考え、さまざまな

工夫を凝らした先に患者様の嬉しそうな笑顔が見られるのです。

通常、提供の2週間前に病棟へ献立表を配布しているのですが、ある時他の業務に追われ、献立表の配布が遅れたことがありました。すぐに病棟から電話があり、「患者さんは献立表を見て外出や外泊のスケジュールを立てている。患者さんが待っているから、早く献立表が欲しい」とのこと

でした。事務的に配布していた献立表がそんな意味を持っていたことにビックリすると同時にとても嬉しい気持ちになりました。私たちが作る献立、食事を楽しみに待っている方がいる。これからも、そんな患者様のお顔を想像しながら、患者様が楽しみにして下さるお食事、患者様を笑顔にできるお食事の提供に努めたいと思います。

〈日本精神科病院協会雑誌の複写をご希望の方へ〉

公益社団法人日本精神科病院協会は、本誌掲載著作物の複写に関する権利を一般社団法人学術著作権協会に委託しております。

本誌に掲載された著作物の複写をご希望の方は、(一社)学術著作権協会より許諾を受けてください。ただし、企業等法人による社内利用目的の複写については、当該企業等法人が公益社団法人日本複写権センター((一社)学術著作権協会が社内利用目的複写に関する権利を再委託している団体)と包括複写許諾契約を締結している場合にあっては、その必要はございません(社外頒布目的の複写については、許諾が必要です)。

・権利委託先：一般社団法人学術著作権協会

〒107-0052 東京都港区赤坂9-6-41 乃木坂ビル3F

FAX：03-3475-5619 E-mail：info@jaacc.jp

複写以外の許諾(著作物の引用、転載、翻訳等)に関しては、(一社)学術著作権協会に委託いたしております。直接、公益社団法人日本精神科病院協会(TEL：03-5232-3311 FAX：03-5232-3309 E-mail：kouhou1@nisseikyo.or.jp)へお問い合わせください。

揖保乃糸を使用した「にゅうめん」

妹尾 里枝

栄養課

●魚橋病院

所在地：兵庫県相生市若狭野町若狭野235-26

総病床数：374床（精神病床数 311床）

給食委託：委託していない

- 応募メニュー提供頻度：年4～5回
- カラーグラビア掲載頁：p.17

病棟で顔を合わせるたびに「次は〇〇が食べたいな」「この間の〇〇が美味しかったよ」と教えて下さる患者様がたくさんいます。長期入院の患者様にとって毎日の食事が楽しみであり、身体だけでなく心の栄養補給となるように、当院ではさまざまな特産品や季節の食材を取り入れた食事を大切にしています。その中でも、当院の位置する西播磨地区の特産品である、手延べそうめん揖保乃糸を使用した「にゅうめん」が特に人気のメニューとなっています。滑らかな舌触りでコシのある素麺に、これもまた西播磨地区の特産と言える淡口醤油を使った温かい出汁をかけ、ハムや錦糸卵、椎茸の佃煮に貝割れ大根等、色とりどりの具材を盛りつけた、目にも舌にも鮮やかな一品です。

大量調理で素麺を使用すると、最も心配なことは麺が伸びてしまうことです。一般的な機械麺は、薄く伸ばした生地を細く切って乾燥させて作るため、配膳直前にだしをかけても、病棟へ配膳し、患者様が食される頃には麺が伸びてクタクタになってしまいます。しかし手延べそうめんを使用することで、伸びることなく茹でたての食感を維持した状態で患者様の手元に届けることが

できます。手延べそうめんの、生地に縊りをかけながら徐々に伸ばしていくという製法によって、小麦粉のたんぱく質に含まれるグルテンの立体的構造が縄状に方向性を持ちます。このグルテンの構造変化が茹で伸びしにくく、コシがある歯切れのよい食感を生み出します。

「にゅうめん」は主に寒い時期に、年4～5回の頻度で提供していますが、夏場の暑い時期にも冷やし素麺として、また年中通して素麺汁としても提供を行っており、当院の給食に素麺は欠かせない食材となっています。

また2020年2月より、当院では揖保乃糸のインスタントにゅうめんを備蓄食品として取り入れることとなりました。西日本豪雨によって被災した施設の方々から、非常時の緊張感や焦燥感が患者様だけでなく職員にも大変なストレスとなっていたというお話を聞き、非常時でも親しみのある味を提供することで、患者様や職員に安心感を与えることができるのではないかと思い導入することとなりました。

今後も地産地消の考えを大切にした食事を提供していきたいと思っています。

自慢のご当地メニュー 「鶏肉の吉野焼き」

口分田 憲子 中尾 美由樹
栄養部

●ハートランドしぎさん

所在地：奈良県生駒郡三郷町勢野北4-13-1
総病床数：700床（精神病床数 653床）
給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年10回
●カラーグラビア掲載頁：p.17

当院は奈良県生駒郡の信貴山の近くにある病床数700床の病院です。長期入院の患者様も多くおられるため、献立がマンネリ化しないように、石狩鍋、ほっかけうどん、のっぺい、名古屋風焼き鳥等、日本各地のご当地メニューや郷土料理を献立に取り入れ、四季折々の行事食や新メニュー開発に力を入れています。

特に行事食について、年間行事食回数を昨年、33回から42回に増やし、献立内容を再検討しました。患者様、デイケアのメンバー様に食事から季節を感じていただける機会を増やすことで、健康の維持だけでなく、精神的な面からも充実し満足していただけるようになったと思います。

今回は当院で提供しているご当地メニューとして人気のある鶏肉の吉野焼きについてご紹介します。

奈良県の名産といえば、「吉野葛」が有名で、奈良県民には親しみがありません。

吉野焼きとは本来、①素材に葛餡を絡めて焼く、②素材に葛粉を打って焼く、等の料理ですが、献

立導入前に何度も試行錯誤を繰り返し、片栗粉を代用することにより、出来上がりが均等かつ調理作業の標準化ができるようになりました。片栗粉は葛粉に比べ、鶏肉にまんべんなく衣を付けることができるため、1回900食近く提供する当院の大量調理では、作業工程が簡便になり作業の効率化が図れ、手軽に献立に採用することができました。

また、当院の鶏肉の吉野焼きは甘辛いたれで鶏肉を漬け込み、片栗粉をまぶして焼くことで、中はしっかり味が浸み込んでジューシーに仕上がります。皮の部分がパリッとして見た目からも食欲を増進させてくれます。

毎昼食時に行うミールラウンドでも「おいしい」「食欲をそそる」等たくさんの声があり、自信を持って提供できるご当地メニューとなっています。

患者様にとって毎日の楽しみとなる食事を提供することで入院生活をサポートし続けられるよう、これからも職員一同力を合わせ日々努力していきます。

葛について

- ・葛の花は8～9月頃に咲き、花穂は下から上へと咲いていきます。
- ・葛粉は塊根に含まれるでんぷんを取ったものです。



地元の食材を使った献立を意識して

大川 久美子

栄養管理室

●医療福祉センター倉吉病院

所在地：鳥取県倉吉市山根43
 総病床数：278床（精神病床数 278床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.17

当院は鳥取県の中部地区、倉吉市にあります。周りは山や海に囲まれた自然豊かな地域です。入院患者さんの年齢層は広く、20歳代から90歳代までの方が入院されています。食事時間はお部屋食でなく、デイルームで談笑しながら楽しい時間を過ごしていただいています。入院中の食事は楽しみの一つとなっているので、調理員一同、日々美味しい食事、見た目にきれいで食欲が出て元気になれる食事提供を目指しています。

自慢の給食メニューの中から本日の献立を紹介します。

ヒレカツ：県内産豚肉のヒレ肉を使って、一枚一枚手作りで作っています。豚肉は、酵素を使って柔らかくする工夫をしたのちに衣をつけて揚げています。ヒレ肉を使用することでロース肉を使用したトンカツに比べてあっさり食べやすくなっています。3切れもありボリュームたっぷりですが、女性でもぺろっと食べることができると大変好評です。軟菜の方へは、ミルフェューユカツにして、さらに卵でとじた「カツ煮」を提供しています。揚げ物は衣が硬くなりがちですが、この「カツ煮」は煮汁をたっぷり浸み込んでいるので容易に噛むことができます。普段、お肉は硬くて苦手な方も食べていただいています。中には、ごはんの上のにせてカツ丼風にして食べている方もあります。

もずくスープ：もずくの酢の物は苦手な方もあり

ますが、スープにすることで人気のメニューとなっています。便秘の方も多いので食物繊維を多く摂取できるように考えたメニューです。具を多めに入れて汁分を減らし、減塩になるように工夫しています。

煮びたし：小松菜とこんにゃく、そして“しらす”を加えた煮びたしです。小松菜はカルシウム豊富な野菜です。入院中はどうしても運動不足になりやすく、ベッドで過ごすことが多くなるので、小松菜プラスしらすでしっかりカルシウムを摂取してもらえらる組み合わせにしています。

酢味噌和え：地元産のねぎをたっぷり使用して、少し甘めの味付けに仕上げています。味噌も地元のものを使用して味噌のやさしい風味も好まれています。

当院では、できるだけ地元産（県内産）のものを使用し地産地消を意識しています。

さらに旬の食材、例えば親ガニを使った“カニ汁”、季節の果物“二十世紀梨”“スイカ”“メロン”“ぶどう”などを献立に取り入れるように心がけています。その他、季節に応じた行事食にも積極的に取り組んでいます。

今後も地元産、季節（旬）を意識した食事で「美味しかった」と満足してもらえらるよう努めていきたいと思ひます。

大量調理で本格チャーハン

延川 真知子

栄養管理科

●西川病院

所在地：島根県浜田市港町293-2
 総病床数：408床（精神病床数 408床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年2回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.17

当院は、日本海の海風香る場所に位置し、広い緑の敷地内では四季折々の自然環境に包まれながら、開かれた医療を目指して、患者様にご満足していただける給食作りに日々取り組んでいます。

今回は、自慢のチャーハンを紹介します。

このメニュー誕生のきっかけは、ある調理師が行きつけの中華料理店で大好きなチャーハンを食べながら、「患者様はこの美味しいチャーハンが食べれないんだな～」と給食でも提供できないかと思ったことでした。

当院では長期入院の患者様も多いことから、外食メニューを食べる機会がほとんどありません。ピラフや炊き込みご飯は提供しますが、少量で炒めることでパラパラ感や香ばしさを出すチャーハンは給食では提供したことがありませんでした。

そこで、調理工程を工夫し、パラパラ香ばしいチャーハンを提供できないかと調理師と栄養士で考えました。

○工夫点

・ご飯は、予めシャンタンとマーガリンを入れて

米を炊き、油でコーティングした味付きご飯を炊き上げる。

- ・卵は、スチームコンベクションで焼かず、釜で香ばしくパラパラに炒める。
- ・白ねぎの青い部分は、もったいないので熱した油に入れ、ねぎ油を作り使用する。

作り方は、釜で白ねぎ、焼豚、ミックスベジタブルをねぎ油で炒め、塩こしょう、醤油、にんにく、しょうが、シャンタンで味付けし、いったん釜から取り出しておきます。次に卵もスクランブルエッグ状にパラパラと炒めて取り出しておきます。炊いた味付けご飯を釜に入れ、炒めておいた具材、スクランブルエッグと混ぜ合わせると完成です。このメニューを応用すると、期限の迫った非常食のアルファ米でも美味しく仕上がります。

当院では、各病棟に患者様からの食事に関する意見やリクエストメニューの投稿箱を設置しており、患者様の意見を参考に献立を作成しています。今では、チャーハンが人気リクエストメニューの定番となって愛されています。

広島といえばお好み焼き

勝井 紀江

栄養課

●メープルヒル病院

所在地：広島県大竹市玖波5-2-1
 総病床数：388床（精神病床数 296床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年2～3回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.18

多くの患者様にとって食事は楽しみの一つです。当院でも病棟を訪れると、必ず患者様からそれぞれが楽しみにされているメニューがいつあるのか尋ねられます。そして、それらのメニューの日には、笑顔で「今日のご飯は美味しかったよ。また出して下さい」と言って下さいます。この笑顔と言葉を励みに、患者様に喜んでいただける給食を作ることにやりがいを感じています。

患者様が喜んで下さるメニューの中にお好み焼きがあります。広島県の名物という、お好み焼きを思い浮かべる方も多いのではないのでしょうか。給食でお好み焼きを提供するのは珍しく、当院ならではのメニューだと思えます。

お好み焼きは昭和初期の「一銭洋食」という水で溶いた小麦粉にネギなどの野菜をのせて焼いたものが原型であり、現在の広島風お好み焼きのスタイルになったのは1955年頃といわれています。広島風お好み焼きは麺が入り、具材が層になっているのが特徴です。小麦粉を水で溶いた生地を薄く伸ばして焼き、その上にキャベツや肉などの具

を重ねてひっくり返して作ります。生地が薄い為、そばや野菜、肉などのさまざまな具材の食感を楽しむことができます。その他に、キャベツの切り方にも特徴があります。関西風はキャベツを約3cmと短めにカットするのに対し、広島風では長さ10cm程度と長細く切るのが定番です。生地の上にたっぷりのキャベツをのせてしばらくすると、しんなりとした程良い食感になります。

広島風お好み焼きは具材をミルフィーユのように重ねて作るため、作業工程が多く、大量調理は困難です。そのため、当院では関西風のお好み焼きを提供しています。

関西風の作り方は、まず豚バラ肉を油で炒めまです。次にボウルに粉類と卵を入れてなめらかになるまで混ぜ合わせます。そこにキャベツやもやしなどの野菜と炒めた豚バラ肉を加えてさらに混ぜます。ホテルパンに生地を流し入れ、170℃のステコンで20～30分焼きます。焼き上がったら、切り分けてお皿に盛り付けます。上にお好みソースと青のりをかけると、四角いお好み焼きの出来上がりです。

【お好み焼きの材料（1人分）】

・豚バラ	・・・	25 g	・キャベツ	・・・	45 g
・サラダ油	・・・	5 g	・もやし	・・・	20 g
・オコミックスソフト（関西風）	・・・	11 g	・こねぎ	・・・	5 g
・魚粉	・・・	0.4 g	・お好みソース	・・・	17 g
・塩	・・・	0.15 g	・青のり	・・・	0.2 g
・こしょう	・・・	0.1 g			
・卵	・・・	23 g			
・水	・・・	18ml			

患者様からは「おいしかった」「お好み焼きは野菜がいっぱい摂れるからいいね」など、大変ご好評を頂いています。中には、「昔は家でよく作って食べていた」などと思い出話をされる方もいらっしゃいます。それだけお好み焼きは、患者様にとって馴染みのある食べ物なのだと感じます。一方で、馴染みのある料理だけにこだわりがあり、患者様からは丸い形で出してほしい、麺を入れてほしいなどのご要望も多く頂きます。1日の栄養

価や作業工程、価格なども考慮しなければならないため、ご要望のすべてに対応することは難しいですが、盛り付け方を工夫するなど、まだ改良の余地があると思っています。調理員と話し合いながら、さらに美味しいお好み焼きをご提供できるように努めたいと思います。また、今後も患者様に喜んでいただける自慢メニューを増やしていきたいと思っています。

地域で人気の家庭料理「瓦そば」

古谷 友香

栄養部

●長門一ノ宮病院

所在地：山口県下関市形山みどり町17-35

総病床数：177床（精神病床数 177床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年2～3回
●カラーグラビア掲載頁：p.18

長門一ノ宮病院は、本州最西端である山口県下関市に位置している。

下関の有名な食べ物として、地元の人が真っ先に思い浮かべるものに「ふぐ」がある。全国的にも下関の南風泊市場は有名なのではないだろうか。当院でも、通常の給食メニューとしてふぐの唐揚げが出るほか、特別な献立として年に一度、ふぐ刺しを提供している。しかし、当院の地元ならではの献立はそれだけではない。最近、度々テレビで取り上げられるようになってきた「瓦そば」をご存知だろうか。

瓦そばは、字のごとく、熱した屋根瓦の上に茶

そば（抹茶が練り込まれている緑色のそば）と具材を置き、つけ汁で食べる料理である。下関では一般的な料理で、スーパーマーケットでは、蒸した茶そばとつゆのセットが売られているほどである。もともとは旅館の料理として普及したが、地元では、瓦の代わりにホットプレートを使用し、家で調理することが多い。熱された部分の茶そばは本来のそばの食感とは異なり、パリパリとしていて大変美味である。瓦そばは、家庭で食べることができる、地域に根付いた料理なのである。

当院で提供している瓦そばの茶そばは、乾麺を茹で、スチームコンベクションオーブンで焼くこ

材料（1人前）

茶そば	90g	牛肉	40g	つけ汁			
錦糸卵	13g	（濃口醤油 砂糖 みりん 料理酒）	1.8cc 0.7g 0.7cc 0.7cc	昆布だし かつおだし）	115cc		
小ねぎ	3g（小口切）					濃口醤油	18cc
大根	40g					砂糖	1.5g
レモン	くし形（8等分）					みりん	20cc
		干し椎茸	25g				
		（濃口醤油 砂糖 みりん）	1.5cc 1.25g 0.75cc				

作り方

- ①牛肉、干し椎茸にそれぞれ下味をつけ、大根は卸しておく
- ②茹でた茶そばをスチームコンベクションオーブンに広げ、表面がパリパリになるまで焼く（200℃）
- ③皿に1人前分の茶そばを盛り、その上に牛肉、干し椎茸、錦糸卵、小ねぎをのせ、最後に大根卸しとレモンを添える
- ④つけ汁を火にかけ、器に盛る

とで、瓦そば独特の食感を再現している。また瓦そばの肝となるつけ汁のだしは、うま味の相乗効果を狙い、かつお節と昆布から取っている。瓦そばの代表的な具材である牛肉や椎茸は下味をつけ食べやすくしている他、錦糸卵やねぎ等、彩りにも配慮し、目でも楽しめるよう盛り付けている。

当院では月に7回麺料理を提供しているが、季節に応じて麺料理の提供頻度を変えていることも特徴である。春から初夏にかけては、焼きそばやスパゲッティ等の汁のない麺料理、例年酷暑となる夏はざるそばや冷麦、肌寒くなってくる秋から冬にかけてはうどんやラーメン等の提供を増やしている。瓦そばは梅雨時期の提供である。また、より美味しい状態の食事を届けるため、麺料理はすべて、病棟配膳直前に温冷配膳車へ配膳を行っ

ている。

残食は本人の嗜好だけでなく、見た目や提供時の温度、季節等、さまざまなものが組み合わさった結果だと考えている。病院外で食事をする機会の少ない精神科の患者にとって、病院食は食事のほぼすべてであり、家庭と遜色があってはならない。食事が楽しみになるよう献立を工夫することは、献立を作成する上で忘れてはならないことである。郷土料理のような、地域に根付いた料理を提供することは、その工夫の一つなのではないだろうか。

美味しい料理を楽しみながら、食事をしてほしい。医食同源、栄養管理が叫ばれる昨今、患者さまを笑顔にすることができる給食業務の大切さを、改めて感じている。

人気のご当地メニュー

山村 千春

給食室

●むつみホスピタル

所在地：徳島県徳島市南矢三町3-11-23
 総病床数：283床（精神病床数 283床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年12回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.18

今回ご紹介するのはご当地メニューの「とくしまバーガー」です。「ハンバーガーを出してほしい！」との声が多かったことと地元徳島の名産を使ったハンバーガーを作ってみたく思ったのがこのメニューを提供することになったきっかけです。食材には弾力のある肉質で旨みが多い阿波尾鶏という徳島産鶏肉を使用しました。もも肉を照り焼きにし、ソースにはすだちの果汁を加え、甘酸っぱく仕上げました。徳島ではれんこんも多く作られており、そのれんこんをれんこんチップスにし、トッピングしました。スープには鳴門金時を使用、サラダには鳴門わかめと小松島産のしらすを使用し、徳島盛りだくさんの給食でした。「徳島の名産たっぷりであれしい」「とくしまバーガーおいしい！」「スタダの風味がいいですね」など好評でした。

3年程前は安全性を配慮するあまり、作りなれているメニューが多くなってしまっており、嗜好調査の結果で「おいしい」という意見の割合が40%台と低迷していました。そこで患者さんにもっと喜んでもらえる食事を提供したいと考え、「ご当地メニュー」という新しい取り組みを始めました。

精神科患者さんは長期入院の方も多く、旅行等を経験したことのない方もいます。日本各地、世界各国の郷土料理を給食メニューとして提供することで、病院にいながらいろいろな地域を旅行する気分になってもらいたいと思い、開始しました。

最初のメニューは平成29年6月のハワイの「ロコモコ丼」です。事前に各病棟にロコモコ丼のいわれやイメージ写真などを載せたチラシを配布し、掲示しました。患者さんや職員からは「ロ

コモコ楽しみやな」「どんな味かな～」などの声が寄せられ、当日は大盛況で、非常に喜んでいただくことができました。

それからは月に1回の割合でご当地メニューを提供しています。今までにはスペインの「パエリア」、大阪の「お好み焼き」、メキシコの「タコス」などいろいろなメニューを提供してきました。導入後の嗜好調査では、「おいしい」という意見の割合が40%から50%を常に超えるようになり、ご当地メニューの日はデイケアや職員食の注文数も多く、食数が過去最高を記録するなど注目を受けています。

各地の郷土料理を病院給食としてどのように再現するか、制限がある方にはどのように対応するか等レシピ作成は大変ですが、楽しみに待っている患者さんたちのために試行錯誤しながら形にしていくことは楽しく、やりがいを感じます。スタッフの中には最初とまどいもありましたが、今ではいろいろな料理に挑戦でき、高い評価を得られることでモチベーションの向上につながっています。

また、ご当地メニューのことで給食スタッフが話しかけられる機会も増え、患者さんや職員とのコミュニケーションが多くなったように思います。

ご当地メニューの導入は食べる側、作り手側ともにいろいろなメリットがあると感じています。今では毎月の楽しみとして定着し、給食室のメニューの顔となっています。

これからもご当地メニューを継続し、喜んでいただける食事を提供できるよう努力していきたいと思っています。

自慢の給食メニュー

久次米 香織

栄養士

●桜木病院

所在地：徳島県美馬市脇町木ノ内3763

総病床数：185床（精神病床数 150床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年3回
●カラーグラビア掲載頁：p.18

当院では、長期入院患者様が多く毎日の食事の時間を楽しみにされています。

私たち給食では、献立作りに工夫を凝らし季節ごとの行事なども取り入れ病院食でありながら「美味しい食事」の提供ができるように日々努めています。

現在、選択メニューを昼食と夕食の2食毎日実施しています。食事を提供する2週間前にメニューを常食の患者様へ配り集計しています。またメニュー名だけで分かりにくい場合は、料理の説明を入れるようにしています。自分で選んだ食事が提供されるということが患者様の食への楽しみ、喫食率の向上に繋がっていければと考えています。現在当院は、管理栄養士1名、栄養士2名の3名が在籍しており、献立作成も1週間ごとのローテーションで、新しいメニューなど相談しながら行っています。

認知症治療病棟もあり、入院患者様の高齢化も進んでいます。新しいメニューは高齢の方でも食べやすいか、大量調理は可能なのかなど考えながら献立作成しています。献立は1週間に揚げもの3回、麺類1回、魚料理3回で偏りがないようにしています。

毎日、昼食と夕食の2食の選択メニューを考えることは大変ですが、患者様の笑顔を見るのが喜びです。選択メニューをしているので残食が少ないことも給食を作っている私たちの励みになっています。

また給食会議を毎月行い各病棟スタッフと意見交換し、安全で美味しい食事を提供できるよう話し合っています。

当院の人気メニューの一つが卵料理です。卵料理の中でもオムレツはほとんどの患者様が選択する人気メニューです。

オムレツは、一つひとつフライパンで手作りし

メニュー：・手づくりオムレツ ・うの花いり
・ほうれん草のおひたし

＜材料＞（1人前）

・オムレツ

卵 100 g 合挽きミンチ 50 g 玉ねぎ 70 g

キャベツ 60 g

具を炒める：砂糖 1.5 g 淡口醤油 8 cc

ケチャップソース：ケチャップ 10 g とんかつソース 2 g

・うの花いり

うの花 15 g 人参 5 g ちくわ 5 g こんにゃく 6 g 干し椎茸 1 g 卵 5 g ねぎ 3 g 砂糖 3 g 淡口醤油 3 cc みりん 1 cc 煮干し

・ほうれん草のおひたし

ほうれん草 60 g 花かつお 2 g

濃口油醬 3 cc みりん 1 cc

ています。多い時で約140個焼いています。オムレツの具は、昔ながらの合挽きミンチと玉ねぎです。具材をミンチにすることで、高齢者の方でも食べやすくなるように工夫しています。

また卵料理は柔らかいので粥食の人でも食べやすいです。

冷凍野菜はなるべく使わず地元の新鮮な野菜を使うようにしています。

その他の人気メニューとして、ちらし寿司があります。3月のお花見の時に提供する「海鮮ちらし寿司」の桜でんぶは、手作りです。市販のでんぶはとても甘いですが、当院の手作り桜でんぶは、甘さ控えめで大変好評です。

今後も他職種と連携し、適正な栄養管理に努め日々の食生活のお手伝いができるように取り組んでいきたいと思っております。

工夫したソースで魚をおいしく食べる自慢料理

中川 量子

栄養部

●西紋病院

所在地：香川県丸亀市津森町595
 総病床数：130床（精神病床数 130床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年8回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.18

当院は、瀬戸内海の豊富な海の幸と瀬戸内海式気候の特有の農産物を取り入れた「地産・地消」の食材を活用した献立作成を行っています。給食業務は、直営です。各病棟に併設されたサブ厨房から、直前盛り付けの方法で適温の食事を提供しています。

食事の満足度は、年3回の嗜好調査で高い評価を得ています。瀬戸内の新鮮な旬の魚を使用した魚料理は特に好評です。主菜の魚料理は、定番の焼魚、煮魚以外に工夫を凝らしたソースを使用した魚料理が人気です。ソースに使用する食材には、ねぎ・しょうがなどの香味野菜や旨味を強調するいり胡麻・鰹節・マヨネーズ、チーズなどが挙げられます。

こだわりの魚料理は、「さばソース焼き」「鯖の幽庵焼き」「鮭タルタルソース焼き」「鯖のチーズ焼き」「鯖の味噌漬け焼」「はまちの照り焼きみぞれあんかけ」などです。バラエティーに富んだ食材を使用したソースは、魚の旨味を引き立て、魚料理を食べやすくしています。

自慢の給食メニューは、主菜の「さばソース焼き」と副菜の「酢豚風旨煮」です。

「さばソース焼き」に使用する食材は、「鯖」と「ソースだれ（ウスターソース・味噌・しょうが・酒・砂糖・ごま）」を使用します。作り方は、鯖を170℃で素焼きし、ブレンドしたソースを鯖の表面に塗り、さらに170℃で焼き目をつけます。「和」「洋」の風味が料理の旨味を引き立て、仕上がりはふっくらとした魚の身になります。「鯖」アレルギーの対応には、鯖などの白身魚に献立を変更しています。このメニューは、咀嚼・嚥下に支援が必要な患者さんにも効果的です。

「酢豚風旨煮」は、患者会でリクエストされる献立メニューです。すべての食材を「油通し」して、砂糖・醤油・トマトケチャップ・酢・酒・コンソメ・パイン缶の汁を合わせた調味料を、水溶性片栗粉でとろみをつけ絡める調理方法です。酸味と甘みのバランスが、食欲減退傾向の改善に繋がります。

食材は、玉ねぎ、人参、ピーマン、きのこ類などと旬の野菜や「じゃがいも」「パイン缶」を使用します。調理工程で「油通し」することで、旨味を閉じ込め、鮮やかな色彩とボリューム感が出ます。味付けにはパイン缶の汁を活用することでフルーツの爽やかさを感じることが出来ます。「野菜を残さず食べてほしい！」栄養士の思いが取り入れられた献立メニューです。

口から食べることの大切さを知ってもらう取り組みとして、各病棟で行う「お楽しみランチバイキング」があります。通常の食事盛り付けと異なり、華やかな雰囲気食べる食事は、「幸せ」を感じることができる楽しいイベントであり、摂食嚥下機能を引き出す目的があります。

入院患者の咀嚼・嚥下状態を観察し、食べる機能と食べる食事形態が合っているかどうかを注意する必要があります。楽しく食べることは、栄養状態を良好にするだけでなく、疾病の回復を促し、生きることへの勇気や活力を養う重要な生活活動です。

日々変化する患者さんの咀嚼・嚥下のメカニズムを理解し、食行動の問題と対応策に早期に関われるように、チームで栄養サポートを目指したいと思います。

坂出のご当地うどん「天狗うどん」

西 愛子

給食課

●こころの医療センター 五色台

所在地：香川県坂出市加茂町963
 総病床数：280床（精神病床数 280床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年3回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.18

香川県は総面積が全国47位と最も小さい県です。小さい県ですが、美味しいものがギュッと詰まっています！

ご存じの方も多い小豆島のオリーブ。香川県ではそのオリーブを餌に牛肉や豚肉、鶏肉、ハマチも旨みを増し「あげと」（ほった）が落ちるほど美味しく育っています。四季を通じて温暖な気候ですので、農業にも適しています。にんにくやブロッコリー、アスパラガスやレタス、金時人参などの野菜に加え、フルーツも豊富で、デラウエアやキウイフルーツの香緑が有名です。

当院のある坂出市は四国と岡山県をつなぐ瀬戸大橋の入り口です。その坂出市のシンボルでもある五色台（瀬戸内海に突き出した熔岩台地で、白峰、紅峰、青峰、黄峰、黒峰の五色から由来する）のふもとにあるのが、「こころの医療センター五色台」です。

当院では、麺のメニューが人気です。やはり

「うどん県」だけあります。毎週木曜日は、うどんメニューにしています。バリエーション豊かに、患者様が飽きないように、定番のものから試行錯誤したオリジナルのメニューを提供しています。その中でも、坂出市の五色台限定のうどんがあります。その名も「天狗うどん」。五色台の白峰寺の守護神で日本八大天狗の一つである相模坊天狗のお祭りで出されるうどんです。天狗の名にちなみ10（テン）種類の具（グ）がこのうどんの中には入っています。その時節の旬な野菜を使い、香川県独特のお雑煮のような白味噌仕立ての出汁で味わい豊かな一風変わったうどんメニューです。

見た目や味や食感も「おいしさ」の一つです。入院患者様の高齢化に伴い、嚥下や咀嚼の低下が見られます。患者様個人の「食べること」に寄り添い、入院生活の中の楽しみでもある食事をより充実したものにするために、これからも給食課は「ワンチーム」で頑張っていきたいと思います。

自慢のオリジナルカレー

福井 奈々

栄養管理室

●土佐病院

所在地：高知県高知市新本町2-10-24
 総病床数：180床（精神病床数 180床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年50回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.19

当院は高知県精神科救急医療システムの中核病院としての役割を担っており、「誠意」「協調」「進歩」を基本理念に掲げ、地域に根差した医療に取り組んでいます。

給食運営形態は直営で、患者さんの栄養管理をはじめ、献立作成・発注・調理を中心とする給食管理、人材の育成と管理などに取り組んでいます。患者さんの要望だけでなく、看護スタッフや調理スタッフの意見にも迅速に対応し、禁止食や食形態の個別対応、地元根付いた地産地消の食材の使用といった直営の利点を生かした食事提供を行っています。

入院生活を送る中で、食事は治療の一環であるとともに、楽しみの一つとも言えます。季節を感じてもらえるよう旬の食材や地元の特産品を取り入れ、行事食の提供にも配慮し、私たちは日々、患者さんに喜んでいただきたいという思いを持って食事作りに励んでいます。

その中でも特に患者さんだけでなく、職員からも好評を得ているメニューがカレーです。週に一度毎週木曜日の昼食に提供しています。昭和30年代から小麦粉とカレー粉をバターで炒めて作っていた歴史と伝統のあるメニューです。当時は300食を作るのに焦げないようにと火加減が難しく、時間と手間をかけて苦勞して作っていたようです。現在は市販のルウを使用し、何種類もブレンドして作っているのがこだわりの一つです。

具となる食材はごく一般的で、肉（牛・豚・鶏を日によって変えている）、玉ねぎ、人参、じゃがいもです。隠し味にはさまざまな工夫をしてみました。インスタントコーヒーを入れることでコクと深みを出し、大人向けな味わいとなるように仕上げています。その他、赤ワインを加えて果実の風味をプラスし、時にコクが足りない場合には

バターや牛乳を加えてみたりと作る度に試行錯誤しています。作り手のこだわりとして、玉ねぎをよく炒めること、具をよく煮込むこと、とにかく愛情たっぷり！がモットーです。しかし、調理工程の一番初めにしょうがとにんにくを茶色くなるまでよく炒めるのですが、作る人によって炒め方が足りなかったり、煮込む時間が少し短いだけで、味の深みや全体の色など、日によって出来上がりに差が出ます。肉の種類によって肉から出るうま味にも違いがあり、毎回全く同じ味にはならないのも魅力の一つであると私は感じています。また、高知県の特産品である茄子やオクラを使った夏野菜カレーや、見た目に変化をつけ、患者さんに喜んでいただくために、少し豪華にしたエビフライカレーやカツカレーを提供することもあります。全粥食の患者さんには別メニューで対応していますが、カレーが食べたいと希望される方にはカレーを提供しています。また、当院の職員だけでなく、定期的に研修に来ている医大生の間でもカレーが評判となり、研修に来る木曜日を選んでカレーの日にしています。

主食がカレーの際には、副食には栄養面も考えた野菜たっぷりのサラダと牛乳と一緒に提供しています。サラダにかけるドレッシングは、だしと酸味を効かせた当院の完全オリジナルで手作りをしています。このドレッシングも美味しいと好評を得ており、職員からレシピを教えてほしいという声があるほどです。

嗜好調査や病棟から得た患者さんの意見・希望をできる限り取り入れた献立作成に努め、食べる楽しみや喜びを感じていただけるようスタッフ一同今後もさらに精進し、お腹も心も満たされる食事の提供を心がけていきたいと思えます。

こだわりの一品

田向 麻未

食事療養室

●南ヶ丘病院

所在地：福岡県北九州市小倉北区今町3-13-1

総病床数：320床（精神病床数 256床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年3回

●カラーグラビア掲載頁：p.19

みなさんは「打滷麵（ダルー麵）」をご存知ですか？

チンゲン菜、白菜、人参、木耳（きくらげ）、イカ、豚肉、うずらなどの具材に溶き卵入りのとろみのついた醤油系中華スープの麵料理です。

南ヶ丘病院の自慢の一品は、料理長のこだわりをたっぷりと詰め込んだ、南ヶ丘病院オリジナル打滷麵です。

こだわりその1、三種類のスープを混ぜることです。

その三種とは、野菜でだしを取ったスープ、清湯（チンタン）スープというチキンベースの濁らないスープ、そして昆布とかつおで取った和風だしです。

本来の打滷麵は中華スープであるため、和風だしは入りません。

しかし当院では、日本人の舌にも馴染みやすく、さらにあっさりとお食べられるように和風だしを加える工夫をしました。そして、本来醤油ベースである打滷麵ですが、昆布とかつおの風味を生かすため、あえてスープを濁らせず、色も濃くしないようにこだわり抜いています。

このあっさりとしたスープにとろみを付け、溶き卵を流し入れることでよりマイルドな仕上がりになります。

こだわりその2、スープに入る具ですが、和風だしを引き立たせようと、野菜はあえてシンプルに白菜、筍、木耳だけです。形を短冊にそろえ、白菜の芯、筍、木耳、白菜の葉の順に炒めること

により火の入りが均一になり、野菜の食感が楽しめるようになっていきます。

こだわりその3、打滷麵の主役とも言える海老ですが、直径約4センチはある、大きな海老を一人当たり5尾ものせています。

そして、ぷりぷり艶々に仕上げるために、秘密の工夫を施しています。

最後にごま油を少し加えることにより、打滷麵本来の中華のイメージを引き立たせる香り付けをしています。

当院では、この打滷麵を20年以上前から患者様に提供しており、今でも人気メニューの一つとなっています。

患者様に少しでも豊富な種類の麵料理を提供したいと考えた料理長が、たくさんの料理本の中から見つけたことが誕生のきっかけです。

当時、打滷麵は全くスタンダードではなく、中華料理屋に探しに行っても出会うことはできなかったそうです。まだ今のようにインターネットが普及していなかったこともあり、料理長は、何度も何度も隔から隔まで本を読み返し、世界にひとつだけの南ヶ丘病院オリジナルの打滷麵を作り上げました。

料理長は言います。自分の持っている知識はほんの一部であり、世界にはまだまだたくさんの料理がある、それを自分で勉強して患者様に提供したい。

そうしてこれからもたくさんの人気メニューが生まれていくことになりそうです。

カレーは年代問わず大人気！

牛本 紗織

栄養課

●三善病院

所在地：福岡県福岡市東区唐原4-18-15
 総病床数：135床（精神病床数 120床）
 給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年4～5回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.19

今回は、当院の食事アンケート調査においても定番人気の「カレー」をご紹介します。当院ではカレーメニューの時の喫食率が良いため、通常のカレーだけでなく、ドライカレー、シーフードカレー、チキンカレー、カツカレー、夏野菜カレー等、使う食材や調味料、カレールウを替えてバラエティに富んだカレーを提供しています。

その中でも特に人気なのは「ドライカレー」です。一般的には水分の少ないルウがご飯にかかったものをイメージすると思いますが、当院のドライカレーは全くドライではなく、とろみがついています。通常より水分を多く含んでいるため、ご飯とよく混ざり、食べやすいとご好評いただいています。

ドライカレー作りの工夫としましては、玉ねぎをしっかり炒めて甘みを出すこと、他のカレーと差をつけるために香辛料の効いたスパイシーなルウ2種類を配合すること、スキムミルクを入れて味を少しまろやかに仕上げていることです。

スキムミルクは、脂肪がほとんどなく、良質なたんぱく質とカルシウムを摂ることができるため、カレーには牛乳の代わりに毎回使用しています。

患者様の手作り野菜

当院では、患者様が作業療法の一環として畑で野菜を育てており、夏季のドライカレーには患者様が収穫したピーマンも使用しています。その他にも、春はグリーンピース、夏はきゅうり、秋はさつま芋、冬は博多の伝統野菜のかつお菜など1年を通してさまざまな種類の野菜が収穫でき、給

ドライカレーの材料	1人分(g)
ご飯	240
ターメリック	1.4
マーガリン	3
粗挽き合挽肉	50
玉ねぎ	50
ピーマン	10
レーズン	3
にんにく	0.5
しょうが	2
油	2
カレールウ（2種類）	18
ケチャップ	2
醤油	1
ウスターソース	1.5
スキムミルク	2.5

食のメニューに取り入れています。畑でとれた野菜は形が不揃いで、虫食いも多く、下処理に時間を要しますが、とれたて新鮮な野菜を使用できることが利点としてあります。そして、何よりも「大事に育てた野菜を食べることができて嬉しい」と患者様にはとても喜んでいただいています。

私たちの手作り料理

当院の給食は手作りのものが多く、ハンバーグやコロケ、巻き寿司など作業工程が複雑かつ、時間と手間のかかる大変なメニューがたくさんあります。完調品を使用すれば味も大きさも均一で、調理も解凍や加熱するだけで済むなどとても簡単

ですが、それらの完調品ばかり使用するわけにはいきません。なぜなら、患者様からのリクエストで、頻繁に手作り料理のメニューを「食べたい」という声上がるからです。入院中であっても、家庭で食べるような手作りの食事を食べたいという思いは皆一緒なのだと、日々感じています。病

院給食は大量調理になるため、完調品を全く使用しないことは難しいですが、毎食の食事を楽しみにされている患者様のためにも、これからも手作り料理を大切に、母親が家族のために作る家庭料理のような、温かみのある給食を目指して、業務に励んでいきたいと思っています。

豚ロースのもろみ焼き

山口 幸子

栄養管理科

●虹と海のホテル

所在地：佐賀県唐津市原842-1
 総病床数：265床（精神病床数 265床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年11回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.19

患者さんにリクエストメニューを尋ねると、「カレーライス」「チャンポン」「唐揚げ」「カツ丼」などなど。有難いことに、たくさんのリクエストのお声を聞くことができます。

今回は、そんな数あるリクエストメニューの中から、地元のお醤油屋さんで造られているもろみをたっぷり使った「豚ロースのもろみ焼き」をご紹介します。

醤油や酒などを造る工程でできる「もろみ」は、発酵食品としてよく知られており、アンチエイジングや免疫力アップ効果が期待される食材として注目されています。

もろみの食感が残るもろみ味噌や醤油のもろみから液体を絞り出す前の「醤油の実（地域によって名称が違う）」などはそのまま食べたり、または調味料として使用されたりします。当院でも旬の食材やお肉やお魚などと組み合わせて「もろみ」を使ったメニューを提供しています。中でも人気は肉料理の「豚ロースのもろみ焼き」です。

お肉は、加熱によりサイズダウンしやすいため、当院では豚ロースを使用し、見た目のボリュームにもこだわっています。お肉のこんがりとした焼き色ともろみの香ばしい香りが食欲をそそる人気の一品です。

当院では、年4回広報誌『ciao! [ちゃお]』（イタリア語で「こんにちは・やあ」の意味）が発行されています。ページ内では、栄養管理科の「自慢の一品」を毎回ご紹介させていただいており、料理だけでなく栄養価や調理のポイント、栄養管

理科での取り組みなども掲載しています。「『ちゃお』見たよ～美味しそうだったね!」「うなぎって結構カロリーあるんだね」などお声掛けをいただくこともあり、栄養管理科での取り組みを知っていただける機会となっています。



栄養管理科 **自慢の一品** うなぎの蒲焼

夏バテしやすいこの時期に、香ばしいお肉が食欲をそそる行事食、スタミナ食の代表「うなぎ料理」をご紹介します。

蒲焼では、毎食土曜日の日に焼きうなぎを提供しています。産物のものは、外側ほど比べ味が小ぶりですが、量も少なく、たっぷり脂がのって美味!その上、うなぎには、免疫力を高めてくれるビタミンAや細胞の老化を抑えてくれる若返りビタミンのビタミンEなど体の調子を整えてくれるビタミン類が豊富に含まれています。

今年の夏は、うなぎを食べて暑さには負けないスタミナをつけましょう!

市販のうなぎの蒲焼をおいしく頂くコツ

加熱したフライパンに油(少量)を加え、蒲焼を並べます。上から日本酒を振り、蓋をして弱火でじっくりと蒸し焼きにします。オープンもいいですが、フライパンでも十分にふくらむとおいしく焼けますよ!(冷凍蒲焼の場合は、蒲焼のまま流水で解凍するとよりおいしく食べられます)

【注意】栄養満点のうなぎですが、蒲焼1切れ(中1/4厚約30g)で80kcalとカロリー、コレステロールもたっぷり含まれています。食べすぎには注意したいですね!
 (山口管理栄養士)

やっぱり「長崎ちゃんぽん」ばい!!

宮崎 美佳

栄養課

●西海病院

所在地：長崎県佐世保市権常寺町1500
 総病床数：284床（精神病床数 284床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年8回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.19

ハウステンボスにほど近い、佐世保の東部に位置する当院は、昭和31年（1956年）1月に開院し、来年創立65周年を迎えます。

平成24年（2012年）に厨房の改修工事があり、オール電化の厨房となり、空調も完備され、従来の厨房より調理環境もとても快適となりました。

当院では、各病棟にご意見箱を設置していますが、毎月の報告では、食事に関するご意見が多数入っており、「～が食べたい」との要望が多い中、感謝の言葉や厳しいご意見などさまざまなご意見を献立作成にも反映させています。

毎週水曜日は「麺の日」としてさまざまな麺料理を提供しています。その中でも長崎のご当地メニューの「ちゃんぽん」を紹介します。

豚骨を釜でグラグラと沸騰させ、豚骨がバラバラにとけるまで煮出し、白濁した濃厚な豚骨だしのベースを作ります。

具材には、豚バラ肉・いか下足・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・ねぎ チャンポンライス（ピンク・緑など派手な色のかまぼこ）・天ぶら等を炒め、濃厚な豚骨だし、削り節のだしを入れ調味して仕上げます。

同じ具材を、でん粉でトロミをつけて、油で揚げたバリバリ麺にかける「皿うどん」、ちゃんぽん麺を油で炒めて、その上にかける「あんかけ焼きそば」等も人気のメニューとなっています。

海に囲まれた長崎県では魚がとても美味しく、魚屋さんから新鮮な魚が入り、刺身・海鮮丼・握り寿司などは行事食での提供となりますが、患者

様にとっても喜んでいただいています。

新鮮なアジも1匹、お頭付で提供すると、「頭までたべたよ!」と元気な患者様にお声かけをしてもらえます。春になると真子が入ったいっさき、塩焼きにしておいしい太刀魚等、地元の業者さんのおかげで美味しい給食の提供ができています。

また春には、つわ、竹の子、フキ、菜の花など旬の食材を使い、つわの煮物・竹の子ご飯など昔ながらの料理の提供にも心がけています。

高齢者の多い当院では、懐かしいなどの声もあり喜んでもらっています。

同じ献立も季節により食材を変え、例えば海老のかき揚げなどは、彩りに夏には空豆、冬には春菊を入れるなど、少しでも旬の食材と合わせています。

長い入院生活で季節を感じてもらえるように、旬の食材・果物などをできるだけ献立に取り入れるように心がけています。

地元の長い付き合いの業者さんのおかげで、美味しい魚、野菜等の食材、おいしい新米も8月から提供できるなど、地域の方に支えられています。

また、特別食、キザミ食の細分化、粥食、ミキサー食、アレルギー食への細かい配慮が増え、負担も増える中、「患者さんに美味しい食事を!」との思いで、日々精進し支えてくれている調理スタッフの皆さんと協力し合いながらこれからも患者様に美味しく、喜んでいただける食事を作り、体の健康だけでなく、心に少しでも栄養を与えられる食事を提供していこうと思います。

ほのぼの里山の香りとイタリアンの饗宴に 思いを馳せて

野満 菜穂子

栄養管理課

●山鹿回生病院

所在地：熊本県山鹿市古閑1500-1
総病床数：240床（精神病床数 240床）
給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年5～6回
●カラグラビア掲載頁：p.19

日本を代表する飲み物である緑茶の産地を有する熊本県山鹿市に所在する山鹿回生病院では、地産地消を目標に地元食材の使用を基本に食事作りに取り組んでおります。

平成13年8月の新築移転に伴い、当時では珍しいクックチル方式の調理システムを導入いたしました。食事は配膳車カート内で再加熱するシステムにより適温（温菜65度以上 冷菜10度以下）での食事提供を行っております。

野山に囲まれた温泉地帯で風光明媚な鹿北町・菊鹿町は茶所として有名で、新茶の季節には茶葉を使用した、メニューを提供される飲食店がにぎわいを見せます。「病院の献立に茶飯を入れたい!!」。しかし、変色問題の回避が長年の頭痛の種であり、地元製茶工場の方々を巻き込んだの試行錯誤を重ねながら緑色の発色にたどり着くことができた時の感動は忘れられないものでした。今回の献立の「黒豆茶めし」は製茶工場の職人さんのお知恵と製品を拝借し出来上がった一品で緑茶の香りが特徴で好評です。

さらに昨今の給食施設現場における人員確保には頭を痛めるところであり、当病院の打開策とし

て調理師・栄養士・管理栄養士が一丸となり、同一メニューで幅広い食形態への対応が可能となるメニュー開発に着手いたしました。

今回応募の主菜「畑のミルフィーユ」と副菜「のっぺ煮」は農業王国やまがの自慢の野菜をたっぷり使用し、常菜の患者様はもとより軟菜キザミの患者様にも対応可能な食材献立となっており、現場の人手不足の緩和にも貢献できる献立です。

患者様の楽しみのフルーツは、季節感を醸し出すための名脇役となります。今日のフルーツも熊本県産であり、使用しているイチゴは地元産でした。あらためて熊本の恵みに感謝です。

以前は、お嫌いだったイタリアンメニューも、アツアツのお皿の中でチーズ・トマトソース・ホワイトソースと4種の野菜が織りなす食味と、昔懐かしいのっぺ汁にヒントを得ました「のっぺ煮」に、患者様の御顔もにっこり花まる。

食の安心安全を考えて顔の見える地産地消の食材を可能な限り使用することには、多くの方々のご理解とご協力を頂いております。

今日の献立にも感謝して、「いただきます」。そして「ご馳走様でした」。

伝統を守る手作りおはぎとお手軽炊き込み散らし寿司

萱島 美和

給食

●山本病院

所在地：大分県別府市光町14-3
 総病床数：234床（精神病床数 234床）
 給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年2回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.20

山本病院は、昭和15年12月に先々代の山本哲次郎先生が、別府高等女学校の跡地を買い取り、この地に山本脳病院を開業したのが始まりです。1940年のことで、今年12月が創立80周年となります。現在病床数234床、デイケア120名、ナイトケア80名に食事提供しています。

別府市市内にあり立地条件も良くデイ・ナイトケアの患者さんも多く、食事を楽しみに来られています。手作りにこだわり季節の食材を使用し、安心・安全な食事作りを理念として、日々患者さんへ温かい心のこもった食事提供を心がけています。

今回紹介する料理の一つは、山本病院の初代から伝わる手作りおはぎです。

年に2回のお彼岸に出す手作りおはぎを楽しみにされている患者さんが多く、以前は一人3個提供していましたが、その後おはぎ2個とおにぎり

1個になり、現在はおはぎ1個にうどんを組み合わせさせた献立になりました。手作りおはぎは砂糖にもこだわり、上白糖のほか、三温糖、きざらの3種類の砂糖を合わせて甘さに深みを出しています。

患者さんから美しかった、甘さが丁度良かったなどの声が聞かれ大変喜ばれています。

うどんのだしも大分県の特産物である干し椎茸とイリコを使用しうどん汁に旨味や風味を出す工夫をしています。その他、患者さんに人気のメニューはたくさんありますが……。

次にご紹介する料理は、最近取り入れた炊き込み散らし寿司です。炊き込みご飯に酢を混ぜただけで完成するお手軽、簡単散らし寿司です。

近年人手不足で当院も手が込んだ散らし寿司を作れなくなり困っていたところ、炊き込み散らし寿司というレシピに出会い、病院給食で取り入れてみました。（NHK『きょうの料理』より…）

手作りおはぎ（1個分）

材料	分量(g)
精白米	15
もち米	15
小豆	30
砂糖	20
塩	0.1

炊き込み散らし寿司（1人分）

材料			
精白米	90 g	油揚げ	3 g
鶏ミンチ	20 g	薄焼き卵	30 g
干し椎茸	1 g	絹さや	5 g
人参	8 g	砂糖・醤油・塩・酢	
ごぼう	10 g	だし昆布	

手作りおはぎ：はじめは三温糖だけであんこを作っていましたが、上白糖に変え砂糖の甘さがはっきり出るようにし、現在はさらにきざらを加えてつやも出るように工夫しています。

炊き込み散らし寿司：本のレシピ通りに作ると炊き込みご飯の砂糖の量が多かったので、炊き込みの調味料を薄味にし、すし酢を加えて調整するようにアレンジしています。

時短でできる美味しいレシピです。

朝 234食 昼 360食 夕 310食と手作りにこだわり、手間をかけた大量の給食を提供することが段々と難しくなってきました。どのように続けら

れるか模索中です。

今回の投稿にあたり専務理事の奥様にご協力いただきました。

〈医療事故調査制度〉

～発生した死亡事故を「医療事故調査・支援センターへ報告すべきか否か」の判断に迷った時～

医療事故調査制度では、「提供した医療に起因し、又は起因すると疑われる予期せぬ死亡事故」が発生した場合、医療事故調査・支援センター（一般社団法人 日本医療安全調査機構）に報告したうえ、院内で医療事故調査を実施して原因を明らかにし、遺族に説明することと定められています。

発生した医療事故が「報告すべきか否か」は当該医療機関の管理者が判断することになりますが、報告すべき事案であるかの判断が難しい場合は、医療事故調査・支援団体である日精協にご相談ください。

※日精協 医療事故調査制度の支援相談（当協会の保険加入の有無にかかわらずご相談ください）

日精協ホームページ ⇒ 会員専用ページにログイン（ユーザー名とパスワードが必要です）

⇒ 各種書式 ⇒ 医療事故調査制度の届出書式（日精協版）

⇒ 「予期せぬ死亡事故発生連絡書」にご記入のうえ、ご相談ください。

日精協事務局（医療安全委員会 担当者宛） TEL：03-5232-3311 FAX：03-5232-3309

メールアドレス：jikocho@nisseikyoo.or.jp

*日精協ホームページから会員専用ページにログインする際の「ユーザー名」「パスワード」がわからない場合も、日精協事務局へお問い合わせください。

自慢のメニュー「ロコモコ丼」、自信作のメニュー「魚のお好み焼き」

松原 由家

栄養管理課

●内村病院

所在地：宮崎県小林市水流迫852番地1
 総病床数：261床（精神病床数 261床）
 給食委託：完全委託

●応募メニュー提供頻度：年4回
 ●カラーグラビア掲載頁：p.20

はじめに

医療法人 浩然会 内村病院は、宮崎県の南西部に位置する小林市にあり、火山が形作った美しい霧島連山と九州山地が連なる緑豊かな環境にあります。湧き水は「名水百選」に選ばれチョウザメの養殖が行われており、「チョウザメ料理」は小林市のご当地グルメとなっています。

宮崎県の郷土料理、食べ親しむ家庭料理

宮崎県の郷土料理は、全国的に有名な「チキン南蛮」や「冷や汁」があります。チキン南蛮は、鶏もも肉に小麦粉を付けて卵にくぐらせて揚げ、さっと甘酢に漬け込み、甘いタルタルソースをたっぷりかけたボリュームのある料理です。患者様に大変喜ばれるメニューの一つとなっています。嗜好調査では、毎回、肉料理、麺類、丼物が人気メニューの上位にあります。煮しめ、豚汁、ちらし寿司等は地域性に合わせたやや甘めの“家庭的な料理”も楽しめるよう積極的に取り入れています。

自慢のメニューは「ロコモコ丼」

当院自慢の人気メニューは「ロコモコ丼」です。「ロコモコ丼」は、ハンバーグに添えるデミグラスソースの味・とろみにこだわり、温泉卵と色彩の良い野菜を盛り付けています。デミグラスソースは2種類のルーをブレンドしてバター風味を生かし、生クリームでまろやかなコクに仕上げています。程よいとろみをつけたデミグラスソースは、ハンバーグが隠れるように丁寧にソースをかけています。

「ロコモコ丼」の始まりは、メニューのマンネリ傾向を解消するためでした。まず、患者様の好きな食材を絞り、TVの話題も踏まえた結果「ロコモコ丼」にたどり着きました。野菜を摂ることを考慮してサニーレタスの柔らかさを取り入れて

3色のカラーピーマンを彩り良く混ぜ込み、食べやすく味の変化が楽しめる温泉卵を添えました。メニュー名は迷わず「ロコモコ丼」。予定献立表を楽しみに見られる患者様の反応は早く、「どんな料理？」と疑問を持たれる方もいらっしゃいました。「ハンバーグと温泉卵の丼」と宣伝したところ、患者様より「ハンバーグが美味しかった」「全部美味しかったよ」と大好評でした。また刻み食も彩り良く安全に提供できたこと、野菜に目立った残食がなかったことは、私たち職員にとっても大変嬉しくやりがいを感じる結果でした。「ロコモコ丼」は提供するとすぐにまたリクエストを頂く大人気の“自慢のメニュー”となっています。ハンバーグと温泉卵を同時に味わえるということで患者様からの人気を集めているのだと思います。

自信作のメニュー「魚のお好み焼き」

患者様からは「魚料理が多い」「野菜は苦手」とご意見を頂きます。「また魚か…」とガッカリされることがあり考案したのが「魚のお好み焼き」でした。魚とお好み焼きの組み合わせに少々驚きましたが、キャベツは細かく切ると生地が滑らかになり魚がふんわりと焼き上がります。お好みソースとマヨネーズ、青のりが食欲をそそり「魚も美味しいよ」「お好み焼きをまた出してね」と大変喜んでいただき“自信作のメニュー”になりました。

終わりに

食事摂取基準 2020 に示されている必要な条件を考慮しながら、これまで受け継がれてきた“内村病院の味”を大切に今後患者様の日々の食生活が充実した楽しみのある食事になるように努力していきたいと思っております。

ラーメンに続く院長推しの一品！ 鶏肉のオランダ煮

田中 由美 西川 ひとみ 日高 真衣
栄養管理室

●高宮病院

所在地：宮崎県宮崎市吉村町大町甲1931
総病床数：231床（精神病床数 231床）
給食委託：一部委託

●応募メニュー提供頻度：年6回
●カラーグラビア掲載頁：p.20

当院は昭和27年3月、高宮澄男前院長が開設し68年を迎えます。

最寄りに宮崎駅があり、市の中央部に位置する地域の精神科医療を担う病院です。

前回の当院自慢の給食メニューでは、とんこつラーメンをご紹介させていただきました。

今回は嗜好調査で患者様に人気のメニューでいつも上位にランキングされかつ院長もお勧めの鶏肉のオランダ煮をご紹介させていただくことにしました。

オランダ煮とは料理名ではなく、油で揚げるか炒めて醤油ベースの煮汁で煮込んだ調理方法です。もともと油で揚げたり炒めたりという調理方法は西洋の調理方法で、その西洋風の調理方法が江戸時代に長崎の出島から伝わり「オランダ煮」という言葉ができたそうです。

オランダの料理というわけではなく、西洋風の調理法ということが由来のようです。

揚げているため、材料の食感が表面と中で変化していて、油の風味も加わり濃厚な味わいになることが特徴です。学校給食でも人気の懐かしの味で、「鶏唐揚げの甘辛煮」という方が馴染みあるかと思います。

開院当時は、前院長の奥様（前事務長）が、献立の立案（作成）に参加され、時には調理に携わっておられたと聞いております。長期入院患者様に家庭的な料理を提供したいとの温かい思いを持たれていたとのこと。オランダ煮はそのような教えが継承された昔ながらの甘辛いしっかりし

た味付けで御飯にぴったりの料理です。

当院の鶏肉のオランダ煮は一口サイズの鶏もも肉をしょうが・酒・だし割醤油に漬けてしっかり味を染み込ませ片栗粉を塗って揚げます。大釜に、だし割醤油、みりん、中双糖を入れて煮立たせ、柔らかくジューシーな唐揚げを加えて全体に味を馴染ませ最後に粉ピーナッツを全体に絡めます。ピーナッツの香ばしい風味と、甘辛味の柔らかくジューシーな鶏肉がマッチしてもっと食べたい、お代わりしたくなる美味しさです。甘辛い味付けは塩分が気になりますので、当院ではだし割醤油を使用することで減塩に努めております。

宮崎県は鶏肉王国で今回は宮崎県産の若鶏を使用しております。恵まれた自然と清潔な環境のもと良質な飼料で育った若鶏は臭みがなく、とても新鮮で美味しいと全国的に高い評価を頂いております。若鶏ですので、柔らかく旨味があって食べやすいです。

宮崎県では昔から鶏料理が食べられていて、チキン南蛮、鶏の炭火焼などの鶏料理が食卓に上がることが多く、県民に親しまれております。

デザートの日向夏は南国宮崎の春香をいち早く感じさせ宮崎を代表する柑橘のひとつで柚子の香りに似たさわやかな果実です。黄色い外皮を薄くむき、白皮を多く残し白皮ごと食べるのがポイントで、お好みにより砂糖を少しまぶしても美味しく頂けます。

地域で収穫された食物を食べることで、伝統的

食文化の維持や継承が行え、郷土の特産果樹を味わっていただいております。

できるだけ地元の新鮮・安心・安全・季節感溢れる食材を使うことで、地産地消の推進に努めております。

鶏肉のオランダ煮	100円
一膳単価	270円

当院では高齢化が進み牛乳にとろみ剤を付けて提供しなければ誤嚥・窒息の危険がある患者様が増えております。とろみ剤を付けるのに時間を要する、上手くとろみが付かず危険、食器に付着して取れない等問題がありました。誤嚥防止とスタ

ッフの業務軽減のため、1年前より嚥下に問題がある方を対象に鉄・Ca入りのヨーグルトに変更したことで安全に食事を提供でき、業務がスムーズに流れ患者様にも喜んでいただいております。

昨今、腸内環境の改善が注目されておりますが、院長が以前より乳酸菌飲料に着目され、飲用試験が始まろうとしております。

日々目まぐるしく状況が変わり令和2年度診療報酬改定や新型コロナウイルス感染症対策のため、非常事態に備えなければならない大変な状況下ではありますが、「危機意識」を常に持ち、そのような状況の中でも冷静に業務に当たり、安全で美味しく患者様に寄り添った食事提供を目指し、栄養管理室スタッフ一丸となり邁進したいと思います。

〈日精協ホームページ・会員病院紹介ページ更新方法のご案内〉

日本精神科病院協会ホームページでは、共通フォーマットによる会員病院紹介ページをご用意しております。病院独自のホームページとリンクも可能で、求人情報の掲載も無料にてご利用いただけます。

■更新方法

日精協ホームページ 会員専用ページ「会員病院紹介・求人情報登録ページ」から「病院情報登録」にお進みください（会員専用ページ ユーザー名とパスワードが必要です）。

URL：<http://www.nisseikyo.or.jp/>

※メールでの変更依頼も受け付けております。

■お問合せ

日本精神科病院協会／精情研センター TEL：03-5232-3311
E-mail：mini@nisseikyo.or.jp

自慢の給食メニュー かつおカレー

神村 裕子

栄養部

●南九州さくら病院

所在地：鹿児島県南九州市知覧町永里2082

総病床数：136床（精神病床数 136床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年4回
●カラーグラビア掲載頁：p.20

当院は鹿児島県の薩摩半島にある南九州市に位置しています。病院名にもありますように、敷地内には桜の木が植えられ、春にはきれいな桜の花を眺めることができます。

自慢の給食メニューは「かつおカレー」です。カツオは南九州市の隣にある枕崎市で水揚げされたものを使用しています。枕崎市はカツオ水揚げ量が全国2位の町です。

カツオは良質なタンパク質が豊富で、血合いの部分には鉄分やビタミン類が多く含まれています。

カレーには角切りのカツオを使用し、しょうがを絡めた後に軽く湯通しをして臭みを抑えてから調理しています。調味料は香辛料に加え、りんごやスキムミルクでまろやかさを、オイスターソースでコクを出せるように工夫しています。野菜は定番の玉ねぎや人参の他に里芋を使用しています。里芋のトロみが加わって食べやすいと好評です。

かつおとカレー?? ビックリするかもしれない組み合わせですが、魚特有の臭みも少なく美味しい一品（逸品）です。

材料	分量(g) 1人分	材料	分量(g) 1人分
カツオ角切り	40	カレールー	12
しょうが	0.5	スキムミルク	3
玉ねぎ	50	カレー粉	0.4
里芋	30	トマトピューレー	12
人参	20	りんご	12
マッシュルーム缶	10	ウスターソース	1.5
にんにく	1	赤ワイン	1.5
		塩	0.4
		こしょう	0.2
		濃口醤油	1
		オイスターソース	1.5

<栄養価> 1人分あたり
エネルギー 212kcal
蛋白質 10.7 g
塩分 2.2 g

患者様のリクエストに応じて

阿部 幸美 宮平 俊子

厨房

●西田病院

所在地：鹿児島県指宿市十二町2105-1

総病床数：156床（精神病床数 156床）

給食委託：委託していない

●応募メニュー提供頻度：年3～4回

●カラーグラビア掲載頁：p.20

患者様が個人OT中、
「栄養士さんへ渡してほしい」
と、OTスタッフにメモ紙を持ってこられたそ
うです。
そのメモには、食べたいもののリストが書いてあ
りました。
『『ホットドッグ』はさすがに無理ですよね…』
と言われて、
「・・・」
「できんことはないよね」
「食べたいものは何でも出そう」
予算内・衛生面で問題ないものならGO!!

「ホットドッグ&ナポリタン」のTHE炭水化物。
いいんです。これで。
患者様：「まさか、こんなのが出るとは思わな
かった」
職員：「すごいね。私たちも食べたい」
と大好評。
そして、第2弾は、「コロッケパン&ナポリタ
ン」。
これまた、大好評。
ロングウインナーをコロッケにただけです。
いいんです。これで。
他でカバーすれば。