



見て下さい、たくさんの中中華料理! どれもびっくりするくらいの本格派です。

〈今回のメニュー〉

低脂肪チャーハン(油を一切使わずに、ご飯と鶏からスープの素を混ぜる)
 らーめん風(かんすい麺の代わりにフォーを使用)
 酢豚(茹でた肉と野菜にタレを絡ませる)
 しゅうまい(むきえびとはんぺんをペースト状に)
 焼き春巻き(ひき肉は鶏のささみを使用)
 かぶの蟹あんかけ(柔らかく煮たかぶにとろみをプラス)
 ナムル(ほうれんそうの葉先を使用)
 マンゴープリン(低脂肪乳を使用)



試食の様子。フォーを使ったラーメンと、マンゴープリンが特に好評でした

～油を使わない中華料理!!

目で見て納得! 脂肪酸の種類と量～

今回のIBD教室は、患者さんとその家族が「食材や調理方法の工夫」「低脂肪の献立作り」など食事療法の具体的なスキルを身につけ、また医療従事者がIBD患者さんへの食支援や生活支援などについて学ぶことを目的として開催されました。



筑波大学附属病院では患者中心の医療を実践する人材養成に取り組んでいます。全国屈指の教育支援組織である総合臨床教育センターには、コーディネート機能と事務局機能をもつチーム医療教育推進室が設置され、さまざまなワークショップや研修会が行われています。今回のIBD教室には筑波大学附属病院の医療従事者(看護師・栄養士・調理師・ソーシャルワーカーなど)のほか、他の病院からも栄養士さんが参加していました。



消化器内科の鈴木英雄先生と、チーム医療教育推進室コーディネーターの稲葉めぐみさん

筑波大学附属病院 第4回 IBD患者さんのための 食事療法教室

10月26日(土) 14:00～17:00

筑波大学附属病院3F食堂

主催：筑波大学附属病院 病態栄養部
 共催：チーム医療GP「管理栄養士が中心となった患者のQOL向上チーム」



栄養管理室の栄養士・調理師のみなさん



管理栄養士の戸塚さん。患者さんが選んだ料理を見て、エネルギーと脂肪の合計量を計算します。「今日のメニューを全部チョイスしても脂肪の量は10g以下ですよ」



ソーシャルワーカーの板橋さんがIBDに関わる公的制度や相談窓口について紹介しました。平日の8:30～17:00に患者相談支援室に行けば板橋さんに会えます。



本格中華の王道、酢豚です! 豚肉の代わりに鶏肉(ささみ)を使ってもおいしいそうです。



今回は病院のスタッフのみなさんがすべて調理を担当。参加者のみなさんは、ケースに並んだ料理を選んでトレイにのせていきます。